

Herentals



23 juni is Dag van de Mantelzorg

Ook in Herentals zijn er vele stille krachten die dagelijks de zorg voor iemand anders op zich nemen. De stad Herentals wil hen daarom 'vieren'. Laat je op vrijdag 23 juni verwennen en ontmoet andere mantelzorgers in een gezellige sfeer. Dit kan tijdens een workshop, maar zeker ook tijdens ons ontmoetingsmoment met lekkernijen.

Dienstencentrum
Convent

Het
POMPHUIS
Dienstencentrum

dinsdag 20 juni, van 13.30 uur tot 14.30 uur

Yoga-sessie (gratis)

door yoga-instructeur Liesbeth Helsen

Stoelyoga is de meest toegankelijke vorm van yoga en geschikt voor iedereen. Niks speciaal voor nodig, gemakkelijke kleding is aan te raden, net als comfortabel zittende schoenen. Het is een moment van zelfzorg, van tot rust komen, maar ook van

bewegen op een aangename en luchtige manier. Je hoeft er niet lenig of sterk voor te zijn!

Locatie: parochiezaal Morkhoven
Inschrijven: dienstencentrum Het Pomphuis, dienstencentrum@herentals.be of 014- 28 20 00

vrijdag 23 juni, van 10 uur tot 12.30 uur

Theeproeverij (gratis)

door THEEmuze Iris Weichler

Iris is theesommelier en heeft voor THEEmuze een mooi assortiment samengesteld van zorgvuldig uitgekozen thees. Thees met elk een eigen karakter: mild, geurig, fruitig, krachtig, gerijpt, gerookt, aards, kruidig, ... Ze zorgen altijd voor een complexe en tegelijkertijd pure smaakbeleving.

Tijdens deze theeproeverij bereidt Iris 5 verschillende thees die door iedereen geproefd kunnen worden. Ondertussen vertelt ze over de betreffende thees en thee in het algemeen. Hierbij komen herkomst, teelt, variëteiten, culturen en geschiedenis, bereidingsmethoden, ... aan bod.



Maximum 20 deelnemers

Locatie: zolder Oud Gasthuis (lift aanwezig)

Inschrijven voor 16 juni:
dienstencentrum Convent2,
dienstencentrum@herentals.be
of 014-28 20 00

vrijdag 23 juni, van 13 uur tot 16.30 uur

Ontmoetingsmoment met lekkernijen

In de namiddag kunnen mantelzorgers mekaar gezellig ontmoeten in dienstencentrum Convent2 en worden ze verwend met lekkere versnaperingen.

Locatie: Cafetaria Convent2
Meer info en inschrijvingen bij dienstencentrum Convent2, dienstencentrum@herentals.be of 014-28 20 00

vrijdag 23 juni, van 10 tot 16 uur

Verwensessies

tussen 10 uur en 12.30 uur: Verzorgende massage door vrijwilligster Lieve van VZW Alegria
tussen 13 en 16 uur: Voetmassage door onze Pedicure Ilse
Manicure door vrijwilligster

Locatie: dienstencentrum Convent2
Contacteer tijdig Convent2 om je afspraak in te plannen.
dienstencentrum@herentals.be of 014-28 20 00

vrijdag 23 juni, van 15 tot 16 uur

Yoga-sessie (gratis)

door yoga-instructeur
Gitte Vervloet

Maak kennis met yinyoga, gecombineerd met ademhalingstechnieken; dit werkt heel ontspannend.

Locatie: zolder Oud Gasthuis
Inschrijven voor 16 juni:
dienstencentrum Convent2,
dienstencentrum@herentals.be
of 014-28 20 00

Kaartje sturen

Ken je een mantelzorger of heb je zelf iemand die steeds voor je klaar staat. Stuur hem of haar eens een kaartje om te bedanken en te waarderen. Leuke kaartjes zijn heel de maand juni gratis af te halen in Dienstencentrum Convent2 en het Pomphuis.

Twijfel je of je mantelzorg bent?

Mantelzorg ben je als je

- op regelmatige basis zorgt voor een familielid, buur, vriend, kennis, ... thuis of in een voorziening;
- meer dan gebruikelijke zorg geeft omwille van ziekte, handicap, psychische moeilijkheden, ...
- dit doet omdat je een affectieve band hebt met die persoon.

Mantelzorg is niet te verwarren met professionele zorg

Professionele diensten die aan huis komen, zoals gezinszorg of thuisverpleging, geven de hulp beroepsmatig en worden hiervoor betaald. Dit wordt de 'formele zorg' genoemd. Door deze hulp kan je als mantelzorg even op adem komen en de zorg tijdelijk uit handen geven. Om de zorgsituatie zo lang mogelijk vol te houden, is ondersteuning belangrijk.

Mantelzorg is niet hetzelfde als vrijwilligerswerk

De hulp die vrijwilligers geven is wettelijk geregeld en gaat uit van een organisatie. Vrijwilligers kunnen belangrijke ondersteuning geven thuis. Dit kan in de vorm van oppas, boodschappen, vervoer, ... Vrijwilligers kiezen hiervoor, bepalen zelf de intensiteit en kunnen het engagement altijd stopzetten. Bij mantelzorg is dit niet het geval. Mantelzorg overkomt je. Je rolt er in, omdat iemand in je omgeving hulp nodig heeft.



lokale dienstencentra Herentals

info en inschrijvingen 014-28 20 00 dienstencentrum@herentals.be