

Welzijn wijzer

Welzijn wijzer

📄 pagina inwoners gemeente Eersel

Redactie:

e-mail: welzijnwijzerredactie@gmail.com

Secret Santa 2023; doe je ook mee met de kerstkaartenactie?



Voor de zesde keer organiseren Steunpunt Vrijwilligerswerk Eerselvoorelkaar en Gemeente Eersel de Secret Santa Kerstkaartenactie. 'Aandacht voor elkaar', dat is de kern van de actie. Je kunt meedoen door één of meerdere (zelfgemaakte) kerstkaarten met een lieve of leuke boodschap te schrijven. Deze kaarten brengen wij vervolgens naar bewoners en zorgpersoneel van Zorg in Oktober, Joris Zorg en Lunetzorg. Zo krijgen zij een steuntje in de rug en weten ze dat wij hun een warm hart toegedragen tijdens de feestdagen.

Doe jij ook mee?

Deze actie slaagt alleen met jullie hulp. Vorig jaar kwamen er ongeveer 1600 kaarten binnen. Het zou natuurlijk fantastisch zijn als we daar dit jaar een schepje bovenop kunnen doen. Hoe meer kaarten, hoe meer mensen we kunnen verrassen, ook naast de hierboven genoemde bewonersgroepen en medewerkers.

Heb je ook zin om mee te doen? Iedere kaart is welkom! Het is de intentie die telt. Lever je kaartje(s) uiterlijk vrijdag 15 december in bij de balie van het gemeentehuis in Eersel, Dijk 15, ter attentie van het Steunpunt vrijwilligerswerk Eerselvoorelkaar.

Voor wie en van wie

Heb jij je kaart specifiek geschreven voor het zorgpersoneel? Geef dit bij jouw kaartje aan. Wij zorgen er dan voor dat ze bij de medewerkers terecht komen. Voor alle kaarten geldt dat je zelf kunt bepalen of je je eigen naam en afzender er op zet. Wel willen we je vragen om een briefje met je contactgegevens toe te voegen voor het steunpunt zelf. Zo weten we wie de kaart geschreven heeft en kunnen we je bereiken als we vragen hebben.

Meer informatie of vragen?

Kijk op www.eerselvoorelkaar.nl/secret-santa-kerstkaartenactie-2023 en volg de Facebookpagina van Eerselvoorelkaar om op de hoogte te blijven van deze actie. Heb je vragen over de actie? Het Steunpunt Vrijwilligerswerk Eerselvoorelkaar is iedere maandag, dinsdag en woensdag telefonisch te bereiken tussen 9.30 en 12.00 uur via telefoonnummer 0497-531304. Je kunt ook een mail sturen naar steunpuntvrijwilligerswerk@eersel.nl of info@eerselvoorelkaar.nl.

De gemeente Eersel waardeert haar mantelzorgers!

10 november was de dag van de mantelzorger. Op en rond die dag organiseerde Cordaad Welzijn, in samenwerking met de gemeente Eersel, een aantal activiteiten waarbij mantelzorgers elkaar konden ontmoeten.

Een groepje van 7 mantelzorgers ging aan de slag met droogbloemen bij Creatiek Uniek in Eersel. Aan het einde van de workshop ging iedereen met een mooie creatie naar huis. Ruim 30 mantelzorgers schoven aan voor de lunch bij Lekker in Steensel. En lekker was het zeker! Ook in Vessem werd er met zo'n 30 mantelzorgers geluncht bij de Vessumse Hoeve. Net als in Knegsel bij dinee cafe de Kempen. En tot slot trotseerden enkele mantelzorgers het wisselvallige weer voor een prachtige boswandeling in Wintelre. In totaal namen ruim 100 mantelzorgers deel aan de activiteiten. Wat was het fijn om elkaar te kunnen ontmoeten en bij te kletsen. Ook mensen die alleen binnenkwamen vonden al snel contact met andere mantelzorgers. Want hoewel ieders situatie verschillend is, is er veel herkenning bij elkaar. En dat maakt deze activiteiten zo waardevol.



WAT EEN GELUK DAT ER MANTELZORGERS ZIJN!

Het is een waardering voor alles wat mantelzorgers doen, een moment waarop zij even de boel de boel kunnen laten. Maar ook een moment waarbij zij andere mantelzorgers kunnen ontmoeten en daarbij aan een half woord genoeg hebben om elkaar te begrijpen.

Tijdens deze activiteiten is aan alle aanwezige mantelzorgers het mantelzorgcompliment uitgereikt. Degenen die niet aanwezig waren, hebben dit compliment thuis gestuurd gekregen. De gemeente wil daarmee haar waardering en dankbaarheid uitspreken aan iedereen die zich inzet om voor zijn of haar naaste(n) te zorgen. In totaal zijn daarmee ruim 300 mantelzorgers bereikt.

Voor het versturen van het mantelzorgcompliment is gebruik gemaakt van het adresbestand van Cordaad Welzijn. Staat u nog niet ingeschreven bij Cordaad Welzijn en bent u wel mantelzorger van een inwoner van de gemeente Eersel, dan kunt u contact opnemen met Eefje Heesterbeek via eefjeheesterbeek@cordaadwelzijn.nl of 06-58797156.

Maatschappelijk werk in de Kempen

Maatschappelijk werk Lumens biedt hulp bij verschillende levensvragen. Naast de individuele hulpverlening, op kantoor of thuis, biedt het maatschappelijk werk ook trainingen. Lumens biedt de volgende drie trainingen voor de bewoners van de Kempen

1. Assertiviteitstraining
2. Omgaan met Verlies
3. Sterke Vrouwen training

Deelname aan deze trainingen is gratis.

De assertiviteitstraining

Assertiviteit gaat over je omgang met andere mensen, relaties en bijvoorbeeld werk of school. De assertiviteitstraining leert je voor jezelf op te komen zonder dat je daarbij een schuldgevoel krijgt. Ook leer je met respect voor de ander je belangen te behartigen. Tijdens deze

driedaagse training is het doel jouw zelfvertrouwen te vergroten, je assertiviteit in omgang met anderen te vergroten en je te leren omgaan met problemen en tegenslagen in het leven. Heb je vragen: Neem dan contact op met Mieke Maas via m.maas@lumenswerkt.nl. Aanmelden voor de training kan via: assertiviteitstraining@lumenswerkt.nl.

Omgaan met verlies

Wanneer je te maken krijgt met verlies maar niet écht afscheid neemt, kan dat leiden tot fysieke en psychische klachten.

Iemand verliezen is heel duidelijk wanneer iemand komt te overlijden. Maar iemand verliezen is ook wanneer door bijvoorbeeld een scheiding iemand uit je leven verdwijnt. De pijn hoeft er niet minder om te zijn. In een groep van maximaal 8 deelnemers doen we ervaringsgerichte oefeningen en eenvoudige rituelen om aan de slag te gaan met de thema's: verlies, rouw, afscheid en integratie. Wil je meer weten over de trainingen of je aanmelden? Neem dan contact op met een van de trainers via telefoon of email.

Trainers zijn Maarten van Gorp: 06-11322867 en Ellen Ooms: 06-30652410. Mail: trainingomgaan-metverlies@lumenswerkt.nl.

Sterke vrouwen

De Sterke Vrouwen groep is opgezet voor vrouwen die in hun relatie te maken hebben (gehad) met enige vorm van geweld of dreiging daarvan. Het gaat dan om lichamelijke en/of geestelijke mishandeling. In de Sterke Vrouwen groep wordt door middel van groepsgesprekken, individuele opdrachten, lichaamsgerichte oefeningen en creatieve opdrachten gewerkt om verschillende thema's bespreekbaar te maken. De groep heeft maximaal 10 deelnemers en 2 begeleiders. Voorafgaand aan de start van de groep vinden er individuele kennismakingsgesprekken plaats met de trainers. Voor vragen een aanmelding kan je terecht bij Mieke Maas en Hilde van der Wal via het email-adres trainingsterkevrouwengroep@lumenswerkt.nl.

Gratis coronatesten ophalen bij het gemeentehuis

De gemeente Eersel heeft nog ongeveer 1000 Covid-19 zelftesten in het magazijn liggen met een houdbaarheid tot het einde van het jaar. Deze zijn tijdens de lockdown via het rijk beschikbaar gesteld aan inwoners met een lager inkomen. Nu zijn ze voor alle inwoners van de gemeente gratis af te halen.

Waar en wanneer?

Je kunt de zelftesten ophalen bij de receptie van het gemeentehuis tijdens de reguliere openingstijden. Een afspraak is niet nodig.

Het gemeentehuis is geopend:
- maandag tot en met donderdag van 8.30 tot 17.00 uur.
- vrijdag van 8.30 tot 12.30 uur.

Het belang van (zelf)testen

Het is al een tijdje niet meer verplicht om een (zelf)test te doen bij klachten, maar dat mag natuurlijk wel. Zeker wanneer je klachten ervaart en je op bezoek wilt gaan bij ouderen of bij mensen die ernstig ziek kunnen worden van een luchtweginfectie. In het najaar zijn er ook weer meer

E-mail uw activiteiten, vergaderingen e.d. om deze onder de aandacht te brengen naar: welzijnwijzerredactie@gmail.com

Activiteiten Agenda 2023

Informatieplein Eersel voor vragen over taal, digitaal, geld, formulieren en administratie. Om de week op woensdagmiddag 14.00-16.00 uur in de even weken. Locatie: Bibliotheek Eersel, Dijk 7, www.eersel.nl/informatieplein-gemeente-eersel

Taalcafé Eersel voor anderstaligen, nieuwkomers en iedereen die interesse heeft om spelenderwijs met taal bezig te zijn. Elke woensdag 10.00-11.30 uur en 14.00-15.30 in Bibliotheek De Kempen, Dijk 7, Eersel. Elke maandag 10.00-11.30 uur in De Eikenburg, Eikenburg 10, Eersel. In schoolvakanties geen Taalcafé. www.cordaadwelzijn.nl/dienst/taal/eersel

't Kletscafé 13.00-15.00 uur. Elke maandagmiddag voor iedereen. Locatie: Zitruimte Fit Factory, Dreef 31, Eersel. Tel.nr.: 0497-515152. Info: tKletscafe@Molenakkers.nl

Inloop ouderen Elke dinsdagmiddag vanaf 13.30 uur in d'n Boogerd in Vessem.

Iets drinken: volwassen vanaf 18 jaar met ASS. Elke eerste woensdag van de maand 19.00-23.00 uur in zaal achter Café de Mert in Eersel. Info: www.ietsdrinken.nl

Senioren sociëteit 't Wiekske elke vrijdag 10.00-15.30 uur in De Koperwiek, Gebr. Hoeksstraat 8, Eersel. Kosten € 4, € 6 of € 10 afhankelijk van tijd en lunch. Info: eefjeheesterbeek@cordaadwelzijn.nl

Stichting De Kempen Specials TEENS (vanaf 12 jaar). De leukste club voor jongeren met ASS en normale begaafdheid. Voor een overzicht van de activiteiten zie: www.dekempenspecials.nl

VRIJWILLIGERSWERK

Voor vraag en aanbod van vrijwilligerswerk, individuele hulp en maatjes in en om gemeente Eersel www.eerselvoorelkaar.nl. Meer info of persoonlijk advies Steunpunt Vrijwilligerswerk Eerselvoorelkaar: 0497-531304 info@eerselvoorelkaar.nl

mensen die hoesten, niezen, keelpijn of een loop/snotneus hebben. Dus een beetje extra alertheid kan nooit kwaad.



Kopij: e-mail: welzijnwijzerredactie@gmail.com