

Uitgave 2, september 2022

Samen tegen eenzaamheid!

Iedereen voelt zich wel eens alleen. Maar als dat lang duurt, is dat niet goed voor je gezondheid en kun je wel wat hulp gebruiken. Gelukkig zijn er allerlei initiatieven die je kunnen helpen! In deze speciale uitgave lichten we er een aantal uit. Bewaar 'm gerust voor later!

Ontmoetingen voor inwoners met een verstandelijke beperking of leerachterstand

Liefde en vriendschap; iedereen heeft het nodig. Als je een verstandelijke beperking of leerachterstand hebt, is het maken van nieuwe vrienden of het vinden van een relatie niet altijd makkelijk. Kennis over sociale regels en vaardigheden zijn niet altijd vanzelfsprekend. Ondersteuning hierbij kan dan fijn zijn! Daarom organiseren we samen met Lofjoe en de andere Kempen-gemeenten ontmoetings- en thema-avonden voor mensen met een leerachterstand of verstandelijke beperking (met of zonder autisme). De volgende bijeenkomsten staan al gepland:

- Maandag 3 oktober: ontmoetingsavond
- Dinsdag 1 november: thema-avond over contact maken
- Woensdag 30 november: ontmoetingsavond

Kijk op www.reuseldemierden.nl/lofjoe voor meer informatie en aanmelden.

TRAININGSBUREAU
LofJOE

**EEN BEWAAREXEMPLAAR
TEGEN
EENZAAMHEID**

Join Us in de Kempen

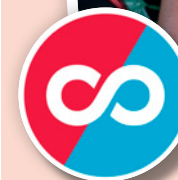
Join Us is er voor jongeren die zich alleen voelen en daar verandering in willen brengen. Elke twee weken zijn er bijeenkomsten voor 12- tot 18-jarigen en voor 18- tot 25-jarigen waarop je andere jongeren ontmoet. Er zijn ervaren begeleiders aanwezig die helpen met het verbeteren van sociale vaardigheden en het versterken van je zelfbeeld. De bijeenkomsten zijn in Bladel en in Bergeijk. Kijk op www.join-us.nl/join-us-kempen voor meer informatie en meld je aan!



Grensdorpen.nl

Grensdorpen.nl is een sociaal platform waarop inwoners en organisaties informatie, activiteiten en initiatieven kunnen plaatsen. Zo kunnen meer mensen elkaar en activiteiten vinden. Neem gerust eens een kijkje en maak zelf ook een profiel aan op www.grensdorpen.nl.

HOOGHE MIERDE • HULSEL • LAGE MIERDE • REUSEL



Een maatje via Cordaad Welzijn

Heb jij behoefte aan gezelschap of zoek je een maatje om spelletjes mee te doen, een fijne wandeling te maken of gewoon elke week samen te kletsen over wat je bezig houdt? Of ben je een mantelzorger en wil je even wat ontspanning? Vind je het moeilijk om contacten te leggen? Ben je iemand verloren en weet je niet goed hoe je de draad weer op moet pakken? Cordaad Welzijn helpt bij het vinden van een maatje om wekelijks samen iets te ondernemen. Een vrijwillig maatje kan echt verschil maken. Een goede klik is daarbij heel belangrijk. Cordaad Welzijn zorgt daarom eerst voor een kennismakingsgesprek. Kijk op

www.cordaadwelzijn.nl/wat-wij-bieden-in/reusel-de-mierden of neem contact op met Eefje Heesterbeek via 06 - 58 79 71 56 of eefjeheesterbeek@cordaadwelzijn.nl.

Wil jij zelf als vrijwillig maatje iets voor een ander betekenen? Heel fijn! Eefje vertelt je er graag meer over.



Psysalon

Om mensen met een psychische kwetsbaarheid en hun naasten en betrokkenen te ondersteunen en te inspireren, organiseren Lumens, MEE, GGzE en Cordaad Welzijn op initiatief van de Kempengemeenten een aantal bijeenkomsten onder de naam Psysalon. Psysalon is voor iedereen die geïnteresseerd is in het thema, maar in het bijzonder voor mensen die te maken hebben met een psychische kwetsbaarheid. Bij Psysalon mag iedereen aansluiten en heeft iedereen recht van spreken. Kom je meepraten of alleen luisteren? Er komen allerlei thema's aan bod. De Psysalons zijn op verschillende locaties. Op 21 november is het thema 'Niet Aangeboren Hersenletsel' (NAH) in Eersel. Meer informatie via psysalondekempem@gmail.com.

psysalon



Loket van A tot Z denkt graag met je mee!

Kom je er niet uit? En lukt het niet met hulp uit je eigen omgeving? Dan kun je terecht bij Loket van A tot Z. Onze medewerkers geven graag advies en denken met je mee. Bel om een afspraak te maken naar 0497 - 582 100. Meer informatie via www.reuseldemierden.nl/loketvanatotz.



De Zonnebloem; voor fijne zondagen



De Zonnebloem staat klaar voor iedereen met een lichamelijke beperking vanaf 18 jaar. Bijvoorbeeld in de vorm van een bezoek, kopje koffie of gezelschapsspelletje. Maar de vereniging organiseert ook algemene activiteiten waaraan iedereen die tot de doelgroep behoort deel kan nemen. In onze gemeente is De Zonnebloem erg actief. Met de hulp van een grote groep enthousiaste vrijwilligers geven zij vele gasten elk jaar weer vele geweldige "zondagen". De vereniging heet je van harte welkom als gast of als vrijwilliger. Meer informatie via Marion van Hoof via 06 - 36 48 56 14 of www.zonnebloem.nl/reusel-de-mierden.

EEN
TEGEN
EENZAAMHEID



Ga ervoor, zet dat stapje

Gevoel van geluk zit vaak in kleine dingen. Een kleine activiteit of actie kan al veel verschil maken. Je kunt ook eens kijken op www.eentegeneenzaamheid.nl/dit-kun-jij-doen.

Samen op pad met de Zonnebloemfiets

Met de speciale rolstoelfiets kunnen mensen met een lichamelijke beperking – al dan niet in een rolstoel – samen met een vrijwilliger, familielid of vriend op pad. Het fietsdeel kan worden afgekoppeld van het rolstoeldeel. Hierdoor is het erg gemakkelijk om tussendoor even te ontspannen. Bijvoorbeeld door familie of een terras te bezoeken. De fiets is verzekerd via De Zonnebloem. Wil je deze fiets huren? Neem dan contact op met Ad van Limpt, 06 - 23 46 52 75. De kosten bedragen € 5,00 per dagdeel of € 10,00 per dag.



KBO; zin in een leuke activiteit?

Ben je 50+ en vind je het leuk om deel te nemen aan sportieve of culturele activiteiten? In elke kern is er een KBO die activiteiten organiseert en ondersteuning biedt bij bijvoorbeeld belastingaangifte. Neem gerust contact op met de KBO in jouw kern!

