

Magazine voor medewerkers van Emmaüs

ECLIPS

Expeditie kinderopvang

vu.: Katrien Kesteloot - Edgard Tnellaan 1c - 2800 Mechelen
Erkenningsnummer P206363 - Afgiftekantoor: Turnhout



emmaüs

december 2025



Samen verlichten we de pijn.

Sommige ziektes zie je niet meteen, maar ze zijn er wel. Als trotse partner van De Warmste Week vlammen we daarom voor mensen die onzichtbaar ziek zijn.

Heb je nog geen Vlammetje gekocht? Ga dan nu naar je KBC-kantoor of je verzekeringsagent en koop jouw exemplaar. Of doe heel eenvoudig een storting in KBC Mobile. Jouw steun maakt het verschil!

Meer weten? Surf snel naar www.kbc.be/dww



Beweegt met je mee.



Tweede kans

Met een koffer vol kleren trek ik naar Antwerpen. "Ik heb een koffer vol verhalen bij", zeg ik tegen het meisje van de tweedehandswinkel. "Kijk, de jurk die ik droeg bij de proclamatie van mijn zoon. En dit hemd, gekocht in Parijs, toen we eindelijk weer mochten reizen na de pandemie." "Fijn", lacht ze, "we geven ze liefdevol een tweede leven. Zodat anderen er nieuwe verhalen mee kunnen schrijven." Het kan geen toeval zijn dat tweedehands rijmt op tweede kans. Afscheid nemen is makkelijker met de belofte dat iets of iemand verdergaat.

Soms vraagt een tweede kans moed. Of koppigheid. Of simpelweg: opnieuw proberen. Een diploma op latere leeftijd, een frisse start na een mislukking, een gesprek dat je nog eens aangaat. Tweede kansen komen in alle vormen en maten.

Soms krijg je ze, soms grijp je ze, soms schenk je ze aan iemand die het niet meer verwacht.

Op een of andere manier kom ik dan bij vergeving uit. Niet het populairste thema in tijden van snelle meningen en digitale schandpalen.

Of bij zachter kijken, ook naar jezelf. Want wat is een nieuw jaar anders dan een grote uitnodiging om opnieuw te beginnen?

Wie of wat geef jij volgend jaar een tweede kans?

Fijne kerst en een zacht begin van het nieuwe jaar!

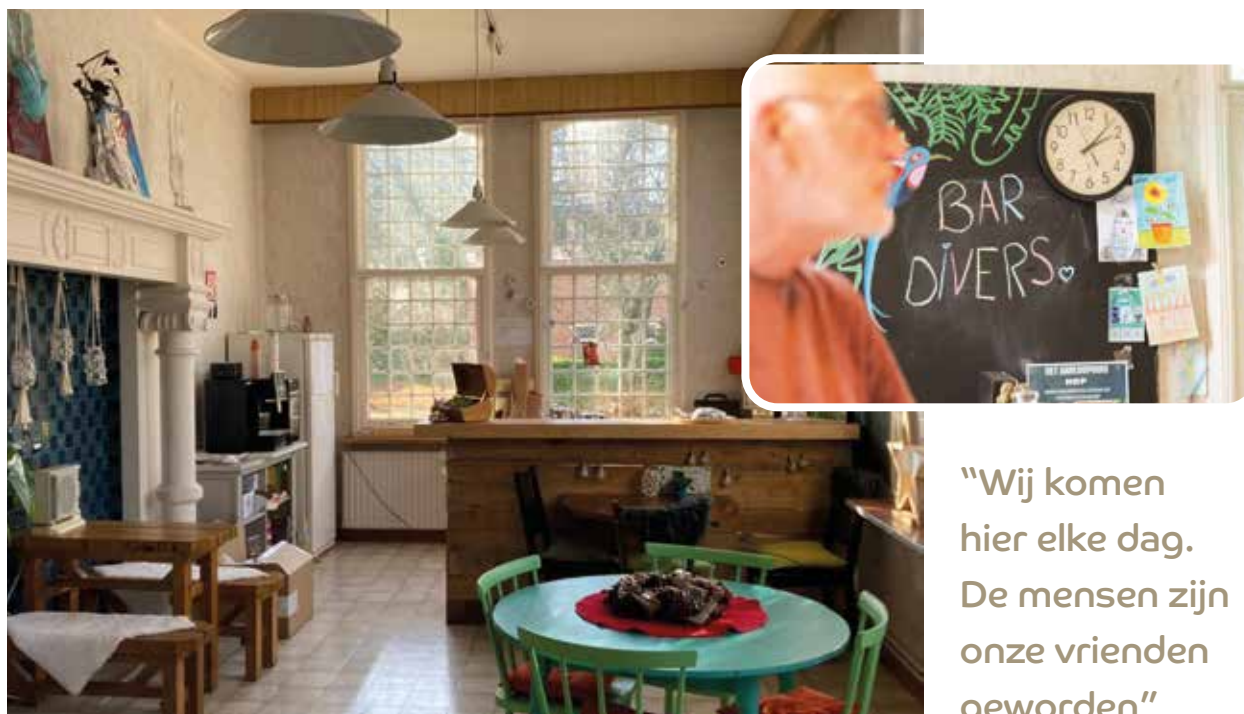
PS 50 woorden te kort voor deze column: ik zocht en vond een tweede adem bij AI. "Poëtisch en warm?", vroeg hij. "Doe maar", antwoordde ik 😊

Ilse Janssens, hoofdredacteur

COLOFON

Eclips is een uitgave van vzw Emmaüs. MAATSCHAPPELIJKE ZETEL EN REDACTIEADRES: Edgard Tinellaan 1c, 2800 Mechelen - Tel 015 44 67 00 - e-mail redactie: coördinatie@emmaus.be VERANTWOORDELIJKE UITGEVER Katrien Kesteloot, voorzitter bestuur HOOFDREDACTEUR Ilse Janssens REDACTIE Dennis Bruyninckx, Carmen Carnier, Ilse Cornelis, Jasper Delanoy, Ellen De Meyer, Mieke De Smet, Johan Meerbergen, Erika Racquet, Liesbeth te Rijdt, Josse Van den Bogerd, Marloes Van der Burgt REDACTIESECRETARIAAT Kim Van Hoof, An Glorie VORMGEVING Ilse Loodts

Eclips verschijnt vier keer per jaar. Oplage: 8000 exemplaren. Eclips verschijnt ook op de website van Emmaüs. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt, op welke wijze ook, zonder schriftelijke toestemming van de redacteur.



“Wij komen hier elke dag. De mensen zijn onze vrienden geworden”

Bar Divers: van pop-up winterbar tot warme ontmoetingsplek



Bar Divers blaast dit jaar vijf kaarsjes uit op de huidige locatie aan de Handelslei. Wat in 2019 enkele honderden meters verderop begon als pop-up winterbar, groeide uit tot een vaste waarde in Sint-Antonius Zoersel: een warme ontmoetingsplek, een tweede thuis én zelfs een trouwlocatie.

Van pop-up naar blijvende ontmoetingsplek

In november 2019 opende Bar D'Hivers haar deuren als pop-up winterbar op een kleine locatie op het domein van Bethanië ggz in Zoersel. Het idee was eenvoudig en tegelijk krachtig: een plek creëren waar iedereen welkom is om elkaar op een ongedwongen manier te ontmoeten, tot rust te komen en te genieten van verse soep, cake en warme gezelligheid.

Het succes zorgde ervoor dat eind 2020 een nieuwe stap werd gezet. De bar verhuisde naar de Handelslei en vormde zowel letterlijk als symbolisch de verbinding tussen Bethanië ggz en het dorp. Het kreeg ook een nieuwe naam: Bar Divers, met een knipoog naar diversiteit, openheid en inclusie. Een sociaal café voor en door mensen met een psychische kwetsbaarheid waar iedereen welkom is en zichzelf mag zijn.

Een tweede thuis

Die missie werd de voorbije jaren ruimschoots waargemaakt. “Voor veel bezoekers is het een tweede thuis, zelfs wanneer ze niet meer op het domein verblijven. Het is een plek waar verhalen samenkomen, waar kwetsbaarheid en kracht hand in hand gaan en waar drempels laag zijn”, vertelt vrijwilliger Gert Brunt. Ook voor Mike Van Uffel is Bar Divers veel meer dan een café. “Toen ik er de eerste keer kwam, voelde ik me meteen thuis. Later werd ik er vrijwilliger.” Een beslissing met een enorm positieve impact, blijkt nu. “Dankzij Bar Divers ben ik na een moeilijke periode opnieuw open gebloeid. Ik heb er nieuwe

mensen leren kennen en er leren omgaan met mijn angsten. Het was een veilige plaats waar ik structuur, zelfvertrouwen en eigenwaarde terugvond. Als vrijwilliger werd ik er goed begeleid, maar kreeg ik ook de autonomie om mijn eigen ding te doen. Zo heb ik mijn professionele carrière nieuw leven ingeblazen, waardoor ik nu in het ontspanningsteam van Bethanië ggz werk en binnenkort aan de slag ga als ervaringswerker in beschut wonen De Sprong.”

Een plek voor onvergetelijke momenten

Naast vaste bezoekers uit Bethanië ggz vinden ook buurtbewoners en passanten steeds vaker de weg naar Bar Divers. “Wij komen hier elke dag. De mensen zijn onze vrienden geworden”, vertellen buurtbewoners. “De democratische prijzen en heel wat spelletjes en activiteiten zoals een ontbijt, een bingo en Boterhammen in ons Park”, somt Gert de troeven op. Dankzij deze troeven is Bar Divers ook een populaire locatie voor andere Emmaüs-voorzieningen uit de omgeving zoals Monnikenheide, De Buurt en AZ Voorkempen.

“Het is een plek waar verhalen samenkomen, waar kwetsbaarheid en kracht hand in hand gaan en waar drempels laag zijn.”

Soms wordt Bar Divers zelfs een plek voor onvergetelijke momenten. “Onlangs mochten we een trouwreceptie organiseren”, glimlacht Gert. “Het koppel was meteen verkocht door de gezellige sfeer en de ligging naast het gemeentehuis. En ja, de bar bleef open voor andere klanten. Onze vaste bezoekers zaten gewoon tussen de 130 genodigden – mooier kan verbinding niet zijn.”

Volg Bar Divers op Facebook voor de exacte openingsuren en de activiteitenkalender. Tot binnenkort!

Dennis Bruyninckx,
stafmedewerker communicatie Bethanië ggz

Waar is otter?

Het start met een brief van een jongere bij de plaatselijke apotheker. Met een oproep: ik kan niet met vakantie, wie neemt mijn knuffel Otter mee op reis? De vraag slaat aan, Otter begint aan zijn avontuur. En is eind van de zomer veilig terug 'thuis' gekomen. Mooi hoe begeleiders en jongeren van Jeugdzorg Emmaüs Mechelen erin slagen om de samenleving aan te spreken betekenisvol te zijn. Ook in kleine warme projecten.

LIEVE MENSEN,

DEZE ZOMER WORDT EEN BEETJE ANDERS VOOR MIJ. DOOR MIJN SITUATIE KAN IK JAMMER GENOEG NIET OP VAKANTIE GAAN, EN TWEE MAANDEN IS BEST LANG OM IN M'N EENTJE DOOR TE BRENGEN. MAAR... IK HEB EEN PLANNETJE BEDACHT DAT MISSCHIEN WEL VOOR DE ZOMER VAN MIJN LEVEN KAN Zorgen!

MIJN ALLERLIEFSTE KNUFFEL, OTTER, GAAT OP AVONTUUR! OTTER MAG DEZE ZOMER OP REIS - NIET MET MIJ, MAAR MET JULLIE. HIJ WIL GRAAG RONDREKKEN VAN HUIS TOT HUIS, OP STAP GAAN MET VERSCHILLENDE MENSEN, NIEUWE PLEKKEN ONTDEKKEN EN VOORAL... AVONTUREN BELEVEN!

DAAROM WIL IK JULLIE VRAGEN: WILLEN JULLIE OTTER EEN PAAR DAGEN MEENEMEN? EEN WANDELING MAKEN, EEN UITSTAPJE DOEN, HEM MEENEMEN IN JULLIE DAGELIJKSE LEVEN? EN ALS JULLIE DAT WILLEN, ZOU HET GEWELDIG ZIJN ALS JULLIE WAT FOTO'S NEMEN VAN OTTERS BELEVENISSEN EN DIE DOORSTUREN NAAR MIJN BEGELEIDING. (0498/90.46.13) ZIJ ZORGEN ERVOOR DAT IK ZE TE ZIEN KRIJG.

ZO LIJKT HET VOOR MIJ ALSOF IK OOK EEN BEETJE MEE OP REIS BEN - SAMEN MET OTTER, EN MET JULLIE.

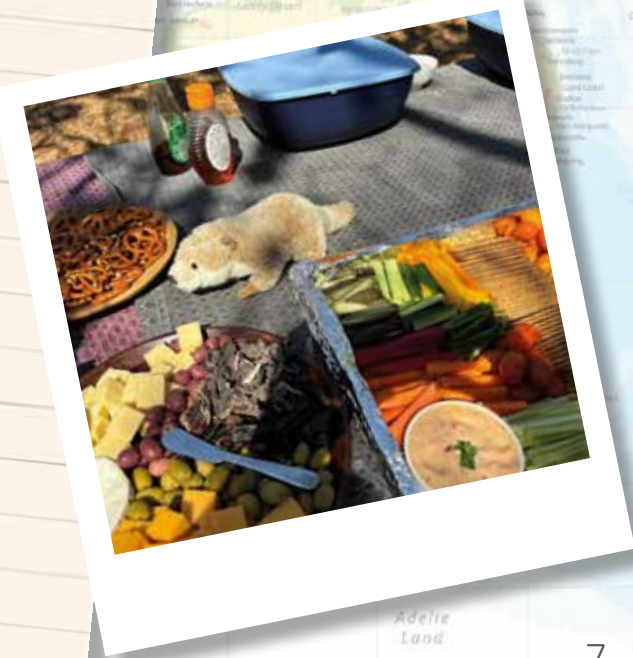
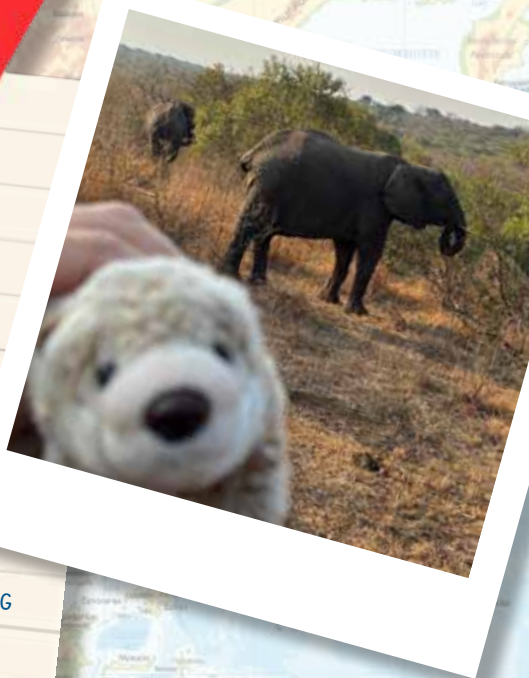
ALS JULLIE KLAAR ZIJN MET JULLIE AVONTUUR, MOGEN JULLIE OTTER DOORGEVEN AAN EEN VRIEND, BUUR OF FAMILIED. ZO REIST HIJ VERDER EN BELEEFT HIJ EEN ZOMER VOL VERRASSINGEN.

OTTER KOMT GRAAG TERUG NAAR HUIS TEGEN EIND AUGUSTUS. JULLIE MOGEN HEM DAN TERUGBRENGEN NAAR DE HEFBOOM (STEENWEG OP HEINDONK, HEFFEN).

ALVAST EEN DIKKE DANKJEWEL! JULLIE MAKEN MIJN ZOMER EEN STUK VROLIJKER - EN WIE WEET... MISSCHIEN WORDT DIT WEL DE LEUKSTE REIS OOI VOOR OTTER ÉN

VEEL LIEFS,

J.



Een virus in je lijf, een storm in je hoofd

Hoe ons immuunsysteem
onze psyche beïnvloedt ... en omgekeerd



Een verkoudheid die je neerslachtig maakt. Een depressie die je vatbaarder maakt voor griep. Vaak ziek als kind, later meer kans op een psychische aandoening. Voor psychiater en onderzoeker Livia De Picker is dat geen toeval, maar een intrigerende puzzel. "Lichaam en geest zijn geen aparte werelden. Ze praten voortdurend met elkaar." Met die blik trekt ze naar het grensgebied tussen hersenen en afweer. Dat leverde haar de Power Prijs van EOS Psyche & Brein op.

Tijdens de pandemie zag Livia hoe patiënten met een depressie of psychose ernstiger ziek werden van COVID-19. "Hun immuunsysteem reageerde ook minder goed op vaccins. Dat zette me op het spoor dat hun afweer écht anders werkt." Haar internationaal onderzoek bevestigde het vermoeden:

hetzelfde mechanisme duikt op bij andere infecties. "Mensen met een psychische kwetsbaarheid blijken vaak gevoeliger voor virussen en reageren in het algemeen minder goed op vaccins."

Dialogoog tussen hersenen en immuunsysteem

Livia onderzoekt hoe ontstekingsprocessen de hersenen beïnvloeden. "Wie als kind vaak ziek was,

"Wie depressie enkel in de hersenen zoekt, mist de helft van het verhaal."

of wie in de baarmoeder werd blootgesteld aan een infectie van de moeder, loopt later meer kans op een psychische kwetsbaarheid. Ook chronische aandoeningen zoals reuma of Crohn, en leefstijlfactoren zoals overgewicht, diabetes of hoge bloeddruk kunnen leiden tot langdurige ontstekingen."

Die ontstekingsstoffen bereiken soms de hersenen, waar ze stemmingen onregelen en het risico



Beluister de podcast

Wie méér wil weten, hoeft niet in het labo te duiken. In de podcast 'Waarom maakt een infectieziekte je mentaal ziek (en omgekeerd)?' legt Livia helder uit hoe emoties en immuniteit elkaar kruisen en waarom die ontdekking het psychiatrisch landschap kan veranderen. Luisteren is bijna even intrigerend als het onderzoek zelf.



op depressie verhogen. Uit haar onderzoek blijkt dat bij minstens één op de vier depressies een verstoord immuunsysteem meespeelt. Dat opent de deur naar innovatieve therapieën, bijvoorbeeld het combineren van ontstekingsremmers met klassieke antidepressiva of psychotherapie.

Een nieuwe kijk op kwetsbaarheid

De jury van de Power Prijs prees het onderzoek als 'toponderzoek met internationale uitstraling', dat bovendien mee het vaccinatiebeleid beïnvloedde. "Ik hoop vooral dat mijn bevindingen patiënten met een psychische kwetsbaarheid nieuwe kansen bieden:

betere bescherming tegen infecties én behandelingen op maat."

Met haar werk plaatst ze Vlaanderen stevig op de kaart van de internationale immuno-psychiatrie, het onderzoeksveld dat de dialoog tussen afweer en psyche ontrafelt. "We staan nog maar aan het begin", besluit ze. "De toekomst van geestelijke gezondheid kan wel eens in ons eigen immuunsysteem liggen."

Jasper Delanoy ,
communicatieverantwoordelijke
Zorggroep UPC Duffel

VOORDELIG HET EINDEJAAR INDUIKEN MET BENEFITS AT WORK

Etam	HEMA	Bluebird
SAMSUNG	dyson	BONGO
my/	RITUALS...	zalando
bloemen	cewe	Kiehl's
PG	Tamaris	PHILIPS hue
NINJA	Miele	IONA

EMMAUS.BENEFITSATWORK.BE

8

9

▼ Comedy on a mission

Met lef, een microfoon en messcherpe humor brengt de Amerikaanse stand-upcomedian Angelina Spicer haar voorstelling Waldorf Hysteria naar UPC Duffel. Ze vertelt openhartig over haar postpartumdepressie en de hulp die ze vond. Recht uit het hart, met een lach én een traan. Na de show wordt de spotlight verlegd naar kennis en dialoog: het podium voor de officiële lancering van de Lancet Psychiatry Commission on Women's Mental Health, een internationaal gezelschap van topexperts, waaronder prof. dr. Livia De Picker (UPC Duffel). Hun missie: wereldwijd zorgstandaarden beter afstemmen op vrouwen, beleid beïnvloeden en onderzoek met echte impact stimuleren. Voor wie nog twijfelt: ja, lachen kan in een psychiatrisch ziekenhuis. En het werkt.



◀ Wat goed is voor je hart, is ook goed voor je hersenen

Tijdens de week van dementie organiseert Ambroos elke dag iets in het teken van preventie van dementie. De slogan luidt 'Wat goed is voor je hart, is ook goed voor je hersenen'. Maandag maken de bewoners een koude schotel op grootmoederswijze, dinsdag wordt het brein aan het werk gezet, en woensdag komen we in beweging. Donderdag maken ze samen met leerlingen van een kleuter- en lagere school kunstwerken. De laatste dag gaan bewoners samen met hun familie op de foto dankzij studenten fotografie uit de school Coloma Plus en is er een tentoonstelling van foto's en de gemaakte kunstwerken.



◀ Magisch jobfestival in Bethanië

Een enthousiaste crew, een chill corner om kennis te maken met toekomstige collega's, een backstage pass waarmee je ons groen domein vanop de huifkar kon ontdekken, silent stories, een dj op de main stage en een wedstrijd om tickets te winnen voor Regi: het bleken de juiste ingrediënten voor een magisch jobfestival. Niet alleen sfeervol en gezellig, maar ook met resultaat: intussen werden al gesprekken en proefdagen/-nachten ingepland.



◀ Eretekens van de arbeid

Werk je 25, 30, 35 of 45 jaar en stel je een ereteken op prijs, dan kan je een aanvraagformulier krijgen bij coördinatie@emmaus.be. De aanvragen kunnen gebeuren tot 15 april. Meer informatie staat op het intranet van Emmaüs.



◀ Kunstenaars Klavier tonen werk op de Wak

Tijdens de week van de amateurkunsten is er elk jaar een tentoonstelling in Merksplas. Op vraag van de organisatie zorgt ook het kunstateljee van Klavier voor een mooie bijdrage. Het kunstateljee werd eerder dit jaar opgestart en biedt de deelnemende cliënten de kans om hun talenten te ontdekken. "Ik wil mijn gevoel in kunst steken. Hierbij leer ik omgaan met mijn beperking, maar verleg ik ook mijn grenzen. Daardoor verras ik mezelf over wat ik kan en kan ik dat ook aan anderen laten zien."



◀ Wij laten onze jongeren niet vallen

Van 1 tot 10 oktober neemt Jeugdzorg Emmaüs samen met de stad Mechelen deel aan de 10-daagse van de Geestelijke GezondheidsZorg. Het thema is 'VEERKRACHT VIA ONTMOETING'. We organiseren een wandeling doorheen het centrum van Mechelen, waarbij de deelnemers op vier plaatsen via een QR-code kunnen luisteren naar getuigenissen over dit thema. Voor wie nieuwsgierig is naar wat Jeugdzorg Emmaüs doet, is er een open-deur momentje over het aanbod en de projecten.



◀ Ballekesfeest in Ten Kerselaere

Ten Kerselaere neemt deel aan een verandertraject rond persoonsgerichte zorg voor mensen met dementie, gebaseerd op de zes fundamenteën van het Referentiekader Dementie. Dankzij de steun van de Vlaamse Overheid krijgen ze 20 maanden lang begeleiding van Herman Wauters van het Expertisecentrum Dementie. Het kernteam werkt rond drie waarden: respect, geborgenheid en authenticiteit. Op 21 oktober vieren ze het resultaat met een gezellig 'Ballekesfeest', frikadellen met kriecken voor bewoners, familie, vrijwilligers en collega's.

Zie me stralen:

samen veilig onderweg in Schorshaegen, Home Marjorie en Ten Kerselaere

Voor veel bewoners van psychiatrisch verzorgingstehuis Schorshaegen - mensen met een langdurige psychische kwetsbaarheid - is deelnemen aan het verkeer geen evidentie. Drukke kruispunten, onverwachte prikkels en onduidelijke situaties maken de weg naar vrijwilligerswerk, winkel of terras vaak tot een uitdaging. Precies daarom organiseerde Schorshaegen haar allereerste Week van de Verkeersveiligheid, een van de winnende projecten in de wedstrijd patiëntveiligheid bij Zorggroep UPC Duffel.

Voor bewoonster Christel was het een echte eyeopener. "Ik neem vaak de bus naar mijn vrijwilligerswerk of de winkel. Het zebepad vlakbij is gevaarlijk: auto's stoppen niet altijd. Daarom vond ik deze week zo belangrijk." Voor haar en vele andere bewoners gaat verkeersveiligheid niet enkel om regels kennen, maar ook om zich vrij en verbonden te voelen. Veilig onderweg opent de deur naar sociaal contact, zelfstandigheid en het gevoel erbij te horen.

Kleine inzichten, groot verschil

Het werd een week vol belevenissen en leermomenten: van interactieve workshops en een grote fietsencheck door De Fietsmobiel, tot een pakkende getuigenis in samenwerking met de Hersenletselliga. Ook een verkeersquiz en oefenparcours stonden op de agenda.

Christel herinnert zich vooral de workshop van de Vlaamse Stichting Verkeerskunde. "Ik wist niet dat je als fietser géén voorrang hebt op een fiets-

oversteekplaats. Nu kijk ik veel bewuster naar de verkeersborden." Tijdens de fietsencheck voelde ze zich extra gerustgesteld: "Met een veilige fiets de baan op kunnen, dat geeft vertrouwen."

Het meest aangrijpende moment was de getuigenis van Stijn, die leeft met de gevolgen van een zwaar verkeersongeval. "Zijn verhaal raakte me diep. Sindsdien denk ik vaker na hoe kwetsbaar je bent in het verkeer."

Hoogtepunt op drie wielen

Tijdens de feestelijke slotdag werd de gloednieuwe duofiets onthuld, mogelijk gemaakt dankzij steun van De Warmste Week. Christel waagde zich meteen aan een testrit. "Ik was wat bang om zelf te sturen, maar met begeleiding voelde ik me veilig. Je zit naast elkaar, kan een babbeltje doen en toch genieten van de frisse lucht. Dat geeft vertrouwen en vrijheid."

Emmaüs-feest in Heist-op-den-Berg

Niet alleen in Duffel, maar ook in Heist-op-den-Berg werd verkeersveiligheid in de verf gezet. Schorshaegen, Home Marjorie en woonzorgcentrum Ten Kerselaere bundelden de krachten voor hun eigen Week van de Verkeersveiligheid met workshops, een quiz en een parcours voor fietsers, wandelaars en rolstoelgebruikers. Ook buurtbewoners, de lagere school en het lokaal dienstencentrum waren welkom.

Voor Christel blijft vooral één gevoel hangen: "Ik heb veel bijgeleerd en voel me zekerder in het verkeer. Maar het mooiste vond ik dat we dit samen deden." Als kers op de taart schitteren alle bewoners voortaan extra in het verkeer met hun gloednieuwe fluohesje 'Zie me stralen'.

Jasper Delanoy,
communicatieverantwoordelijke
Zorggroep UPC Duffel



"Veilig onderweg
opent de deur naar sociaal contact, zelfstandigheid
en het gevoel erbij te horen."



Duurzaam? Inclusie?

Spelothek Dobbeltje brengt het al 15 jaar in praktijk

Wat boeken zijn voor de bibliotheek, zijn gezelschapsspellen voor een spelothek. In Zoersel wordt deze dienstverlening aan de samenleving al 15 jaar gerund door mensen met een verstandelijke beperking. Welkom bij Spelothek Dobbeltje.

De beroemde 'explorateur' Jean-Yves Cousteau zei het al: "Spelen is een bezigheid die men niet ernstig genoeg kan nemen." Moeders, vaders en andere opvoeders hebben dus groot gelijk als ze kinderen aanporren om die tablet eens opzij te leggen en een gezelschapsspel uit de kast te halen. Spelen is natuurlijk gewoon plezierig en ontspannend, maar het is ook onontbeerlijk voor een evenwichtige ontwikkeling. Spelen is immers ook: meer verbondenheid, creatief denken, leren omgaan met je emoties, sociale vaardigheden ontwikkelen, samenwerken en eerlijk spelen ... Af en toe een nieuw spelletje, zet kinderen ertoe aan om meer te spelen, maar de Sint weet het maar al te goed: mooi speelgoed heeft zijn prijs. Uitlenen biedt een oplossing. "Ben je je spelletjes en je puzzels beu, je buitenspeelgoed ontgroeid? Dan hoef je niet altijd nieuwe spellen aan te kopen, maar kan je ze komen uitlenen bij ons in spelothek Dobbeltje", vertellen Jens van Hal en Kris Mast van het dagbestedingsteam van Monnikenheide, die de uitbating begeleiden. "Hier

wachten meer dan 750 items op je: 508 gezelschapsspellen voor alle leeftijden, 134 puzzels, 83 stuks buitenspeelgoed en nog 30 andere spelmaterialen, zoals verkleedkleden, themakoffers of clicks."

Uniek in inclusieve uitbating

Uniek in Vlaanderen is dat de spelothek een door-gedreven inclusief project is van gemeente & ocmw Zoersel en Monnikenheide: ze wordt gerund door twee teams van telkens vier bewoners en cliënten van Monnikenheide. Deze mensen met een (lichte tot matige) verstandelijke beperking nemen alle taken van het beheer op. Hoewel andere spelotheken bijvoorbeeld ook een begeleid werker mee inschakelen, blijft spelothek Dobbeltje de enige die volledig wordt gerund door mensen met een beperking. Er is steeds een begeleider aanwezig, maar die blijft zoveel mogelijk achter de schermen. "De afwisseling in het werk is heel leuk", zegt Nadia, en daar zijn de anderen het volmondig mee eens. Hanne is heel vlot met de pc om bijvoorbeeld nieuwe leden in te schrijven. Ook Charlotte zit graag aan het onthaal voor het registreren van de uitleningen. "Ik had vroeger nog nooit een computer aangeraakt. Hier heb ik geleerd daarmee te werken en dat gaat nu vlot", vertelt Jan, die er al bij is van bij de start. Halverwege de shift worden de rollen gewisseld: wie bij het publiek werkte, vertrekt naar het lokaal boven, en vice versa. Boven worden alle spelletjes nageteld.



Meer informatie over de werking, openingsuren en gebruiksvoorwaarden? Scan de QR-code of surf eens naar de Facebook-pagina van Spelothek Dobbeltje.



Elk nieuw spel krijgt een fiche waarop duidelijk staat hoeveel pionnetjes, kaartjes, dobbelstenen, appeltjes, muizen, namaakgeld... in de doos horen. "Als ik een puzzel moet natellen, maak ik die zelf!", lacht Anneleen. Goeie truc. Dirk buigt zich dan weer graag over het natellen van het geldkistje. "De mensen mogen de spelletjes vier weken houden en één keer verlengen. Maar als ze te laat zijn, is het boete, hè!"

Sociale contacten, nieuwe vrienden

Naast het ontwikkelen of behouden van vaardigheden is het sociale aspect uiteraard essentieel. "Ik ben eens een tijdje gestopt met dit werk maar ben herbegonnen omdat ik het miste om onder de mensen te komen", vertelt Peggy. "Nu stop ik nooit meer!" En Lien voegt toe dat ze nieuwe vrienden maakte bij het werk. Bezoekers erkennen de meerwaarde van de inclusieve werking. "Ik vind het enorm waardevol dat onze zonen via deze weg in contact komen met de mensen van Monnikenheide. Het is voor hen niet altijd even makkelijk, maar ze blijven proberen - en altijd mét de glimlach. Het is mooi dat onze kinderen dat meekrijgen", vertelt een vaste klant. De lokale overheid, die 15 jaar geleden mee het initiatief nam, is ook nog steeds enthousiast. In de

plannen voor de nieuwe bibliotheek die ze in Sint-Antonius Zoersel gaat bouwen, is ruimte ingepland voor de spelothek. "Dobbeltje zal zo geïntegreerd deel uitmaken van ons aanbod aan informatie, cultuur, ontmoeting en vrijetijdsbeleving", vertellen burgemeester Katrien Schryvers en schepen van cultuur Liesbeth Verstreken.

Iedereen welkom

Jaarlijks telt de spelothek al meer dan 1.000 uitleeningen. Het lijkt er wel op dat het feest voor de 15 de verjaardag aanstekelijk heeft gewerkt: wekelijks worden er nieuwe leden ingeschreven. Maar het team zit nog niet aan zijn grenzen, er kunnen nog altijd klanten bij. Je hoeft niet in Zoersel te wonen, en voor het budget moet je het ook niet laten: particuliere gezinnen betalen 10 euro lidgeld per jaar en mogen zo vaak ze willen langskomen. Per uitleenbeurt mogen er drie spelletjes of puzzels mee naar huis voor enkele weken. De werkers in de spelothek zullen je met open armen ontvangen. "Wij doen dit heel graag. Dus hoe meer mensen er langskomen, hoe meer werkplezier voor ons. Het allerfijnste aan dit werk is de kinderen blij maken!"

Erika Racquet, stafmedewerker communicatie
Monnikenheide



Laat je handen niet in de kou staan



Als zorgverlener gebruik je je handen elke dag om anderen te helpen, te troosten, te verzorgen. Maar tijdens de koude wintermaanden krijgen die helpende handen het vaak hard te verduren. Droge huid, kloven en handeczeem komen dan vaker voor. Gelukkig deelt dr. Martine Schramme, dermatoloog bij AZ Voorkempen, enkele eenvoudige tips om je handen gezond te houden.

Bescherm ze tegen de kou

Wie vaak buiten is, bijvoorbeeld op de fiets, merkt dat wind en koude je huid snel uitdrogen. Een paar goed gevoerde of warme handschoenen kan dan veel verschil maken.

Gebruik handschoenen bij huishoudelijke taken

Of je nu poetst, afwast of andere klusjes doet: handschoenen beschermen je huid tegen water en schoonmaakmiddelen. Heb je snel last van zweethanden? Draag dan katoenen handschoenen onder je rubberen handschoenen, dit vormt een zachte, ademende laag en absorbeert zweet en vocht.

Smeer regelmatig handcrème

Neem even de tijd om je handen in te smeren met een voedende handcrème, bijvoorbeeld na het handen wassen of tijdens een koffiepauze. Zo geef je je huid de nodige verzorging.

Extra verzorging voor het slapengaan

Voor het slapengaan kan je een rijkere crème aanbrengen om de huid te herstellen en versterken. Heb je last van kloven? Dan kan pure vaseline een goede optie zijn om de huid te beschermen.

Slim smeren

De eerste droge plekjes verschijnen vaak op je handrug, ter hoogte van de knokkels. Door de crème op de handrug aan te brengen en beide handruggen tegen elkaar te wrijven, blijven je handpalmen vrij van vet - handig als je nog iets moet vastnemen.

Met een beetje aandacht blijven je handen zacht, sterk en klaar om te zorgen. Want goed zorgen begint bij jezelf.

Ilse Cornelis,
communicatie AZ Voorkempen

De kurken mogen knallen

15 jaar Werkplaats Monnikenheide

Lekkers, slingers en muziek, want de Werkplaats van Monnikenheide is al een opgeschoten tiener.

15 jaar geleden startte Monnikenheide in Zandhoven met de verwerking van kurken tot isolatiemateriaal of grondstof. Intussen is dit opgelopen tot 14,2 ton verwerkte kurk per jaar (cijfer van 2024, en dit jaar wordt het wéér meer).

10 jaar geleden kon de Werkplaats verhuizen naar de plek waar ze nog steeds is in Malle. Dankzij de grotere ruimte kon de werking uitgebreid worden met semi-industriële taken voor allerlei bedrijfsklanten. Recenter kwam er de recyclage van datadragers zoals cd's of videobanden bij.

Zo vonden en vinden vele tientallen mensen in al die jaren een zinvolle dagbesteding in de Werkplaats, zowel cliënten van Monnikenheide als van Bethanië ggz en van de school De Driemaster. Mooie samenwerkingen die we graag nog lang voortzetten.

PS Bedankt aan alle Emmaüs-collega's die mee kurken inzamelen, ze blijven welkom! Bij veel voorzieningen worden ze al samengebracht. Je kan er ook zelf mee terecht bij Monnikenheide, Spectrum of de Werkplaats zelf. Nog meer inzamelpunten vind je via www.recycork.be.

Erika Racquet, stafmedewerker communicatie Monnikenheide



Hulpverlener of mama? Of allebei?

In een gewoon huis in Boom staan acht paar kinderschoenen op een rij. "Soms denk ik: ik run hier een kleine leefgroep," lacht Hilke. Maar het is haar thuis, met eigen kinderen, pleegkinderen én 'gezinshuiskinderen'. Zoals Iris en Yentl is ze gezinshuisouder bij Jeugdzorg Emmaüs. Ze vangen kinderen op die niet bij hun ouders kunnen wonen en voor wie een leefgroep in de jeugdhulp geen oplossing is. In hun huis vinden die kinderen rust, ritme en iets wat ze vaak lang hebben gemist: échte nabijheid.

Warm thuiskomen

In elk gezinshuis wonen maximaal drie kinderen uit de jeugdhulp. Hilke en Iris hebben daarnaast ook nog (pleeg)kinderen. Ze gaan naar school, naar de Chiro, zwemmen of schaken, ze leren wat gewone dagen zijn in het ritme van een gezin. "Die normaliteit is het grootste verschil met een leefgroep," zegt Iris. "Er is rust, geen wisselende begeleiders. Gewoon: samen eten, huiswerk, slapen." Ze combineert het met haar twee pleegkinderen. "Ik wil impact in het leven van een kind. Hier kan dat. Je werkt, maar tegelijk leef je."

"We geven kinderen een plek in ons gezin, maar betrekken en ondersteunen ook 'het natuurlijke netwerk': hun ouders, familie..." vult Hilke aan.



"Alle kinderen hebben recht op een huiselijke omgeving. Dat ik dat professioneel mag bieden, is een cadeau."

Grenzen die vervagen

Ouder of hulpverlener? "In de eerste plaats hulpverlener," zeggen ze alle drie. Toch worden ze op school vaak aangesproken als mama. "Ik heb dat eerst proberen uit te leggen," zegt Yentl. "Maar nu laat ik het los. De kinderen weten wie hun echte mama is." Yentl heeft zelf geen kinderen, maar zorgt voor de twee peuters die bij haar wonen alsof het haar eigen kinderen zijn. "Alle kinderen hebben recht op een huiselijke omgeving. Dat ik dat professioneel mag bieden, is een cadeau."

De loyaliteit van kinderen naar hun ouders blijft. "Zoë is gelukkig bij ons," vertelt Iris. "Maar ze zou nog altijd liever bij haar moeder wonen. Dat is oké. We geven haar tijd, structuur en warmte, tot het weer kan." Hilke vult aan: "Mijn professionele droom is om een kind terug te zien gaan naar zijn natuurlijke gezin."

Het verschil dat blijft

Een gezinshuis is intensiever dan een leefgroep. De gezinshuisouder volgt elk contact, elke schoolbeëindiging, elke stap. Je begeleidt niet alleen het kind, maar ook het gezin of wat ze de 'natuurlijke context' noemen. "Er is geen overdracht nodig," zegt Hilke. "Eén iemand kent het hele verhaal. Dat maakt het mogelijk tempo te maken in de begeleiding." Yentl ziet de winst bij de kinderen. "Ze bloeien open. Ouders bedanken me omdat ik hen laat meedoen. Dat raakt me."

En Iris? "Ik heb voor mijn gezinshuiskind haar familie opgespoord. Niemand vond haar moeder, maar ik vond een nonkel en neefjes. Dat maakt verschil: ze hoort weer ergens bij."

Een roeping, geen routine

Het werk stopt nooit, ook niet om acht uur 's avonds. Toch klinken ze alle drie overtuigd. "Je doet dit niet met je hoofd," zegt Iris, "maar met je hart." Hilke knikt. "Ik wist al lang dat ik zo wou werken, ik moest alleen het juiste kader vinden."

Yentl hoopt dat het aanbod gezinshuizen nog groeit: "In Nederland bestaan gezinshuizen al langer. Hier zijn er helaas nog niet voldoende gezinshuizen om meer kinderen met een zware rugzak een plaats te geven in een gezin met 1 of 2 vaste opvoedingsfiguren."

Ze lachen wanneer het gesprek op pensioen komt. "Kunnen wij ooit met pensioen?" zegt Yentl. "Dit is meer dan een job." Iris vult aan: "Ik zie die kinderen als deel van mijn leven, ook later. Ze mogen altijd blijven langskomen. Dat stopt niet."

Vrijwilligers zijn welkom

Vrijwilligers zijn nog welkom, bijvoorbeeld om kinderen naar een hobby te brengen of voor een één op één moment met een kind dat geen netwerk meer heeft. Dat geeft wat ademruimte in het gezinsleven en de combinatie met ondersteuning van de natuurlijke ouders, de contacten met de jeugdrechtsbank, aanvullen van dossiers... Kandidaat vrijwilligers kunnen contact nemen met iris.bellens@emmaus.be.

Johan Meerbergen,
coördinator pr & communicatie

Van auto- tot moersleutels?

De werkgroep lean management neemt alles onder de loep

"Ik heb een dienstwagen gereserveerd om op uitstap te gaan met enkele cliënten. Maar de sleutel hangt niet op zijn plaats. Weten jullie wie de auto gisteren heeft gebruikt?" "Wat vervelend dat we de papieren hier moeten ophalen, terwijl de auto's zelf helemaal aan de andere kant van het domein staan." Het reservatiesysteem voor de dienstwagens van Klavier zorgt voor heel wat frustraties. Daarom staat het volgende vergadering op de agenda van de werkgroep lean management.

"Lean management is een soort organisatiecultuur die zijn oorsprong vindt in de auto-industrie", zegt Dominique Paradis, teamverantwoordelijke ABAGG en voorzitter van de werkgroep lean management. "Het bestaat uit een aantal technieken en methodes die gericht zijn op het maximaliseren van de klantwaarde. Wat willen we als organisatie bereiken en hoe kunnen we dat zo efficiënt mogelijk doen."

Meer doen, minder middelen

"Na de auto-industrie gingen ook andere sectoren aan de slag met dezelfde technieken

en methodes. Ook de zorgsector, die al jaren onder druk staat, moet steeds meer doen met minder middelen. Dan is het interessant om de interne processen onder de loep te nemen en te bekijken hoe we die beperkte middelen efficiënt kunnen inzetten, zonder verspilling." "Tijdens mijn opleiding 'Management en beleid in de gezondheidszorg' was ik al erg geïnteresseerd in dit onderwerp", gaat Dominique verder. "Toen kreeg ik de vraag om een vorming te organiseren voor de leidinggevenden binnen Klavier. Intussen is het hier een vaste waarde in het vormingspakket voor leidinggevenden."

Bottom-up

"Omdat we de processen echt bottom-up en organisatiebreed willen bekijken, beslisten we al snel om een structurele werkgroep te starten. Naast enkele medewerkers uit het pedagogisch departement vinden we hier ook vertegenwoordigers van de administratie, medische dienst en de andere ondersteunende diensten. Zo kunnen we van elkaar leren en samen tot creatieve oplossingen komen." "Op onze vergaderingen passeren erg uiteenlopende onderwerpen, van de tabaksleveringen

tot het reservatiesysteem van de dienstwagens. Sommige zaken zijn al snel duidelijk en eenvoudig aan te passen. Andere dingen, zoals bv. de procedures rond zakgeld en bankkaarten zijn complexer en vergen iets meer tijd en onderzoek. Ter inspiratie kunnen we ook aankloppen bij collega voorzieningen om te bekijken hoe zij omgaan met dezelfde uitdagingen." "Een mooi voorbeeld is de maandelijkse bestelling van tabak voor onze cliënten. Vroeger werden de rookwaren geleverd op de laatste dag van de maand. Als die dag toevallig in het weekend viel, kwamen sommige cliënten soms enkele dagen zonder sigaretten te zitten, met heel wat frustraties en crisismomenten tot gevolg. Daarom komt de levering voortaan op de laatste woensdag van de maand. Weg frustraties, weg crisismomenten."

Zelf aan de slag

"Ook thuis of op je eigen werkplek kan je gemakkelijk aan de slag met deze technieken of methodes. Sta eens stil bij wat je aan het doen bent en kijk hoeveel (onnodige) stappen je daarbij moet doorlopen. Is er bijvoorbeeld een document op je computer dat je dagelijks gebruikt, maar waarvoor je meerdere menu's en submenu's moet

doorworstelen? Is je mailbox duidelijk geordend in verschillende kleine mappen per onderwerp of heb je liever 1 grote map? Vaak valt hier heel wat efficiëntiewinst te halen, uiteraard ook rekening houdend met je eigen voorkeuren." "Een ander typisch voorbeeld is je tuinhuis of berging. De meeste mensen doen 1 of 2 keer per jaar een dappere poging om deze netjes op te ruimen en op orde te zetten. Om dan enkele maanden later vast te stellen dat er van die orde weinig overblijft. Een techniek die daar kan helpen is visualisatie. Dan denk ik aan de materiaalbakken waar op de achterwand een zaag en een moersleutel zijn geschilderd. Als een van die zaken niet op zijn plaats hangt, valt het meteen op en is het een kleine moeite om deze scheve situatie recht te zetten." "Ook in ABAGG werken we in het tuinhok met visualisaties, zodat de cliënten zelf kunnen helpen met het tot stand houden van de orde. In een oogopslag is het voor iedereen duidelijk hoe alles moet staan. Zo houden we samen het overzicht en kan ieder zijn steentje bijdragen."

Josse Van den Bogerd,
stafmedewerker communicatie Klavier

Expeditie kinderopvang

Met een open blik, eindeloos geduld en een hart boordevol warmte begeleiden medewerkers van de kinderopvang de jongste avonturiers op hun eerste stappen in de grote wereld. Elke dag opnieuw creëren ze een plek waar verwondering groeit en kinderen kunnen openbloeien. Als ontdekkingsreizigers samen op expeditie.

Tijdens de 'Week van de kinderopvang' in oktober volgen de medewerkers van kinderopvang Emmaüs samen met de kinderen elke dag opnieuw het groeipad in hun jonge leven. Niet alleen de zorg, maar ook het pedagogische luik komt aan bod. Het thema is 'Expeditie' en werkt rond thema's zoals wennen, buitenspel, taalontwikkeling, voorbereiding op een warme overgang naar de kleuterschool...

De eerste 1000 dagen zijn cruciaal voor de ontwikkeling van een kind. We weten dat een kinderopvang grote stappen helpt zetten in de ontwikkeling van kinderen. Bij de kinderopvang Emmaüs zijn ze daarvoor in goede handen.

Bedankt avonturier

De week van de kinderopvang steekt elke avonturier uit de kinderopvang een riem onder het hart als dank voor de inzet. Elke medewerker ontvangt een rugzakje met een kaartje met een dankvolle boodschap:

Met een rugzak vol geduld en tijd,
staan jullie klaar voor elk avontuur.
Stap voor stap, met liefde en een lach,
Jullie zijn onze helden, dag na dag.

Ouders kunnen blanco kaartjes gebruiken om de medewerkers een fijne boodschap te geven. En het Agentschap Opgroeien stuurt digitale complimenten-buttons door.

Herfst-expeditie

In buitenschoolse opvang en activiteiten (BOA) Speelvogels Oost gaan de begeleiders op Herfst-expeditie met hun kinderen en maken ze nadien met de verzamelde natuurmaterialen prachtige kunstwerken.

'Waar vind je schatten?'

Nancy is een medewerker van De Hummeltjes in Duffel en schreef het gedicht 'Waar vind je schatten?' voor de wedstrijdoproep van de Week van de kinderopvang. Scan om het gedicht te lezen.



Jungle- en herfstexpeditie

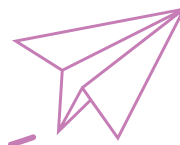
Bij de buitenschoolse opvang en activiteiten (BOA) Speelvogels West gaan de begeleiders met hun kinderen op Jungle-expeditie. De avontuurlijke speelplaats van de school 't Kompas wordt omgetoverd tot een jungle waarin de kinderen opdrachten uitvoeren en een olifant, slang of aap moeten vinden om dan uiteindelijk de schatkist te veroveren.

Kinderopvangfeest

De Week van de kinderopvang sluit af met een groot Kinderopvangfeest waarop alle medewerkers, wijkwerkers, vrijwilligers en gepensioneerden worden uitgenodigd. Een feest inclusief verrassingsact en uiteraard een dansvloer...



Werkgeluk voor boomers en GenZ?



Werkgeluk voor boomers en GenZ?

Is de leidinggevende verantwoordelijk voor het werkgeluk van elke medewerker of voor de resultaten van het team? En hoe zit het nu echt met die generaties op de werkvloer?

Deze vragen leven ook bij leidinggevendenden van Emmaüs. Tijdens de inspiratiedag 'Leiderschap in Beweging' luisteren 250 verantwoordelijken uit alle voorzieningen gebouwd naar prof. dr. Peggy De Prins van de Antwerp Management School en dr. Shana Mertens van de Open Universiteit.

Een greep uit de vele inzichten over deze thema's.

Stilte op het werk

Peggy De Prins start haar lezing met het thema stilte op het werk ofwel 'employee silence'. Het gevoel onzichtbaar te zijn heeft impact op ons werkgeluk. We willen gezien en gehoord worden, anders dreigt frustratie en cynisme.

Toch zijn er heel wat onderwerpen waarop een taboe rust en waar dus bewust over gezwezen wordt. Op het werk is de top 3 van taboes: loon, disfunctioneren en fouten van de leidinggevende,

en disfunctioneren en fouten van collega's. In de privé-sfeer is de top 3: mentale problemen, relationele problemen en fysieke problemen.

Stop de zaag- en klaagcultuur

Tip van Peggy De Prins: ga de dialoog aan binnen je cirkel van invloed. De leidinggevende hoeft geen therapeut te zijn (een valkuil in zorg & welzijn!), maar kan wel de focus verleggen van 'moeten' naar 'kunnen'. Dat geldt trouwens ook voor medewerkers. Er zit veel kracht in het team: minder bureaucratie/controlemanie/paraplupolitiek, stop vergaderinflatie en zaag- en klaagcultuur...

Ze pleit voor vernieuwd realisme. Elke job kent 'dark sides' of donkere kanten, dat hoort er nu eenmaal bij. Geef taal aan deze 'modderdagen', ook in selectie en onboarding van nieuwe medewerkers. Werkgeluk legt de verwachtingen te hoog.

Jezelf kunnen zijn?

Nog een prikkelende vraag: moet je helemaal jezelf kunnen zijn op de werkvloer? Ook je dark side? Wees ook hier realistisch en vind de balans tussen

verbinding en uniciteit. Een cultuur van psychologische veiligheid is het belangrijkste: vermijd wij-zij denken.

Zo maken we naadloos het bruggetje naar Shana Mertens die het publiek in een wervelende keynote meeneemt over de (on)zin van generaties op de werkvloer.

Boomers en GenZ

We denken snel in stereotypen over Boomers, GenZ en andere Millennials en hebben de clichés meteen klaar over hun eigenschappen: de digitale sukkelaar van 50+, de TikTok-verslaafde jongste collega...

Collega's op basis van één kenmerk (generatie) in een groep plaatsen, is echter lui en problematisch. Het stimuleert het wij-zij denken. Er zijn trouwens meer individuele verschillen binnen een generatie dan tussen generaties.

Spreek eerder over leeftijd-effecten: die boomer was ooit ook een starter die loon belangrijk vond om de lening af te betalen. Of over periode-effecten: sinds de covid-pandemie is er meer thuiswerk, heus niet alleen voor de jongste generaties.

Wat verbindt teams dan wel?

Waar kunnen we dan op inzetten om samenwerking in diverse teams te bevorderen? Autonomie – verBondenheid – Competentie (jawel, het gekende

ABC-model) zijn wel universele noden met positieve impact op de motivatie van elke medewerker, los van de leeftijd.

Als leidinggevende zet je de diversiteit in je team best zo optimaal mogelijk in:

- manage de verwachtingen
- maak samenwerking bespreekbaar (team-reflexiviteit)
- gebruik feedback als middel om samen te groeien
- zet mentorschap in, in alle richtingen over leeftijden heen

Vliegertjes met kernboodschappen

Op het menu in de namiddag van de inspiratiedag een festival aan workshops door interne en externe experts. Of een mindful wandeling over het domein van UPC Duffel, body en mind in balans. Meer info vind je op het intranet van Emmaüs.

We sluiten af met een energiegevend 'vliegertjes gooien'. Mét een boodschap op de vleugels: wat neem je mee van de inspiratiedag? Met een waaier aan ideeën en inzichten kunnen de deelnemers het weekend in. En verder...

Ilse Janssens,
coördinator HR & Community



▼ Taart bij de zusters



De zusters van het Convent van Betlehem staan aan de wieg van Emmaüs en volgen nog steeds geïnteresseerd wat er gebeurt in de organisatie. Ieder jaar krijgen de zusters bij een stukje taart een toelichting over nieuwe initiatieven en een specifiek thema. Dit jaar was dat duurzaamheid. Anke Meeus, coördinator preventie en milieu, gaf de zusters een inkijk in de werking rond duurzaamheid: van duurzaamheidsverantwoordelijken in de voorzieningen tot acties om voedselverspilling tegen te gaan.

◀ 10 jaar De Loods in Duffel



Tien jaar geleden ontstond Kunstencentrum De Loods als sociaal-artistiek atelier voor mensen met én zonder psychische kwetsbaarheid. Een plek waar ruimte is voor artistieke ontplooiing en ontmoeting. Waar kwetsbaarheid een bron van kracht kan zijn. Kunstenaars, vrijwilligers en sympathisanten van het initiatief vieren de verjaardag met muziek, spinsels uit het schrijfatelier, een tentoonstelling, een terugblik in woord en beeld en een voordracht over de grenzen tussen kunst en zorg.

◀ Lancering jongwonen.be



Steeds meer jongvolwassenen in Vlaanderen hebben moeite om een betaalbare en veilige woonplek te vinden. Kamino (Contextbegeleiding Autonoom Wonen CBAW-werking van Jeugdzorg Emmaüs Antwerpen) merkt dagelijks wat dat betekent: onzekerheid, stress en een moeilijke start richting zelfstandigheid. Daarom hebben vijf Antwerpse CBAW-diensten, waaronder Kamino, de handen in elkaar geslagen en samen jongwonen.be gelanceerd. Met dit platform roepen we huisbazen en immokantoren op om ook jongeren in kwetsbare omstandigheden een betaalbare woning aan te bieden. Want een huis is zoveel meer dan vier muren en een dak: het is stabiliteit, toekomst en waardigheid.



◀ Creativiteit in De Buurt

Twee keer per jaar slaat wzh De Buurt de handen in elkaar met het Zoersels Kunstcollectief. Tijdens deze bijzondere momenten krijgen bewoners met dementie de kans om hun creativiteit te ontdekken en te uiten. Zo bouwen we bruggen tussen bewoners en bredere samenleving. Integratie en verbinding staan centraal, met de nadruk op wat nog wél mogelijk is.

Op 8 september staat de knutselactiviteit in het teken van de Wereld Alzheimer Dag (21 september). De bewoners portretteren elkaar. Het prachtige resultaat is te bewonderen in de cafetaria.



◀ School is cool

Jeugdzorg Emmaüs Mechelen verrast de jongeren op een ochtend met een rode loper, muziek, enkele vrijwilligers en koffiekoeken. Zo willen we onze jongeren ondersteunen, maar ook laten voelen dat we trots zijn dat ze naar school gaan. Een bijkomend doel is schooluitval te voorkomen. Veel blijge gezichtjes zien vertrekken naar school...



◀ Monnikenheide en AZ Voorkepen koken samen voor Evi

Nierpatiënten die dialyse krijgen, moeten zich aan aangepaste voedingsvoorschriften houden. En die wijken nogal af van wat voor de meeste mensen als 'gezonder' geldt: geen volkorenbrood of rauwkost bijvoorbeeld.

In woning Zonnebloem op Monnikenheide krijgt nierpatiënte Evi door de week aangepaste voeding van de centrale keuken. Maar wat bij uitstapjes, bij feestjes of wanneer de begeleiding in de woning in het weekend een extraatje maakt? Het team vraagt de collega's van AZ Voorkepen om raad. Ilse Roofthoofd en Tine Nuyts, diëtisten van de afdeling Kunstnier, lichten alle do's en don'ts toe. Vervolgens gaat het team in de keuken aan de slag onder toezicht oog van kok An Timmermans. Rond de middag kan Evi komen proeven. Een smakelijke teamworkshop!



De Warmste Week van Emmaüs

Sommige ziektes zie je niet altijd, maar ze zijn er wel. In Vlaanderen zijn er veel mensen die onzichtbaar ziek zijn. Ze kampen met aandoeningen die niet meteen zichtbaar zijn voor anderen, maar die hen dagelijks beïnvloeden. Of het nu fysieke of mentale klachten zijn, de impact is groot.

Daarom vlamt De Warmste Week dit jaar voor mensen die onzichtbaar ziek zijn. Dit jaar willen we samen de pijn verlichten, de onzichtbaarheid doorbreken en de steun bieden die zo hard nodig is.

In Emmaüs zijn er erkende projecten die steun zullen krijgen vanuit de Warmste Week. Daarnaast zijn er ook verschillende voorzieningen die acties ondernemen of mee ziektes bespreekbaar maken.

Meer weten? www.vrt.be/nl/de-warmste-week

project

Warm zorgen voor mensen met dementie met slimme tools

Ook in AZ Sint-Maarten vlammen personeelsleden en artsen voor De Warmste Week. De dienst geriatrie zet zich in voor warme, persoonsgerichte zorg voor mensen met dementie. Ze dromen van innovatieve en interactieve hulpmiddelen (reminiscentie, taalspelletjes, sensorische prikkeling...) en een Interactieve Fiets. Deze technologie biedt ontspanning en verbinding, zelfs bij mensen met een vergevorderd stadium van dementie. Menselijkheid én innovatie, hand in hand.

Met hun verkoopactie in de inkomhal maken ze bovendien bezoekers en medewerkers warm voor de Warmste Week.



project

Buiten Gewoon: een belevingstuin voor geriatrische patiënten

Het project 'Buiten Gewoon: een belevingstuin voor onze geriatrische patiënten' van AZ Voorkepen werd geselecteerd als een van de goede doelen van De Warmste Week. De rustgevende, dementievriendelijke tuin wordt een veilige plek waar geriatrische patiënten en hun bezoekers kunnen genieten van de buitenlucht, wat het mentaal welzijn en herstel bevordert.

AZ Voorkepen organiseert zelf ook nog acties om dit project mogelijk te maken.



project

Endometriose Onder(be)licht

AZ Sint-Maarten is ook actief betrokken bij de ontwikkeling van de sensibiliseringscampagne 'Endometriose Onder(be)licht', een initiatief van de Eerstelijnszone Mechelen-Katelijne. Op 11 december organiseerde het endometriosecentrum van het ziekenhuis het symposium 'Multidisciplinaire aanpak van endometriose, samen werken aan (h)erkenning en betere zorg', om zo het onzichtbare endometriose in de kijker te zetten.

actie

De Warmste Loop

Zevenbergen in Ranst organiseert dit jaar voor de 3de keer de Warmste Loop voor medewerkers en familie, vrienden of kennissen. Op 11 december, vanaf 17 uur lopen of wandelen ze toertjes van exact één km rond Zevenbergen, ieder volgens eigen plan of vermogen. De deelnemers betalen bij inschrijving een kleine bijdrage en Zevenbergen legt per gelopen toer 1 euro bij. Er wordt voor randanimatie gezorgd en de innerlijke mens wordt natuurlijk ook niet vergeten. Gezelligheid troef!



actie

Het Warmste Masker

Het Warmste Masker gaat op reis langs alle afdelingen van Jeugdzorg Emmaüs Mechelen en nodigt elke jongere uit om een masker te maken. De maskers zullen geveild worden en de opbrengst gaat volledig naar de Warmste Week. Wie een masker koopt, heeft meteen ook het inkomticket voor het Gemaskerd Bal, op 6 december, in Mechelen, het grote slotmoment van dit project.

Tijdens de reis van Het Warmste Masker kan iedereen meevolgen via Instagram: @het_warmste_masker.

bespreekbaar maken

Collectief Bipolair, een podcastreeks over leven met een bipolaire stoornis

In zes openhartige afleveringen gaan lotgenoten, naasten en hulpverleners in gesprek over herkenbare levensthema's waarin bipolariteit vaak onzichtbaar meespeelt: van relaties en seksualiteit tot studeren, werken en ouderschap. De podcast wil de vele facetten van bipolariteit bespreekbaar maken, stigma doorbreken en verbinding creëren tussen mensen die met de aandoening te maken hebben. De podcast is een initiatief van Tatjana Gauwloos (UPC Duffel), Tim Rietberg (SINAPS/UPC Duffel) en Kaat Hebrecht (UPC KULeuven).



The Soulpinchers

brengen muziek met een ggz-twist



Kristiaan Plasmans en Wim Vanspringel staan als respectievelijk gitarist en drummer op het podium bij The Soulpinchers. Geen uitzonderlijke hobby voor de psychiater van Moeder-Baby en de directeur beschut wonen, pvt en psychosociale revalidatiecentra binnen Bethanië ggz. Wat het wel speciaal maakt, is de link tussen de band en hun werk.

Not an Addict van K's Choice, Icon van Daan, Psycho Killer van Talking Heads, ... Het is slechts een greep uit het repertoire van The Soulpinchers. De nummerkeuze is niet toevallig: alle liedjes die ze spelen, hebben een link met geestelijke

gezondheid, net als de naam van de groep. The Soulpinchers is bovendien de opvolger van de vroegere Vagga-band. Die bestond volledig uit hulpverleners van het centrum voor geestelijke gezondheidszorg (ggz) in Antwerpen. Doordat een aantal bandleden stopten, vroeg Kristiaan aan Wim, die intussen in Bethanië werkte, om als drummer aan te sluiten. De groep repeteert elke twee weken en treedt minstens één keer per jaar op. Dit jaar deden ze dat voor het goede doel, dat ook weer niet toevallig gekozen werd: Tejo, een vzw die kortdurende gratis therapeutische hulp aan jongeren aanbiedt. Ook hier ervaren de muzikanten dat samen spelen en optreden het netwerk vergroot en (werk)stress verlaagt.

Goedele Romanus, beschut wonen De Sprong

EVACUEREN KUN JE LEREN



Zorgen voor mensen doe je met hart en ziel. Maar wat als er plots brand uitbreekt?

In crisissituaties telt elke seconde. Weten wat je moet doen, maakt dan het verschil.

Een gerichte opleiding bereidt jou en je team voor op een noodsituatie.

Tijdens de zandbakoefening leer je op een speelse, praktijkgerichte manier om veilig te evacueren. Je werkt met het grondplan van je eigen werkplek en oefent het intern noodplan. Samen met je collega's ontdek je hoe je snel, correct en in team reageert op specifieke noodsituaties. Zo weet je hoe je jezelf én je zorgvragers in veiligheid brengt.

De focus ligt op het 'doen', met praktische tips die je meteen kunt toepassen op jouw werkplek.

**Meer info over de opleiding
'Zandbakoefening - inoefenen van
het intern noodplan'**



Buiten de (m)uren

"Alle songs die we spelen,
hebben een link met geestelijke gezondheid"

