

OverKop biedt jongeren een luisterend oor

In februari opende in het Koetshuis in het Herentalse Stadspark het allereerste OverKop-huis in de Kempen. In een OverKop-huis kunnen kwetsbare jongeren tot 25 jaar terecht voor een luisterend oor of therapeutische hulp.

Met de opbrengst van Rode Neuzen Dag 2016 werden her en der in Vlaanderen OverKop-huizen opgericht. In een OverKop-huis moeten jongeren gewoon binnen en buiten kunnen wandelen voor een goeie babbel, wanneer ze daar nood aan hebben.

OverKop gaan is oké

Jongeren bedachten zelf de naam OverKop. Het heeft een dubbele betekenis. Overkop gaan kan fun zijn, maar kan ook betrekking hebben op 'problemen in je kop'. Op deze cruciale momenten staan de Overkop-huizen en het online OverKopplatform overkop.be voor hen klaar. Want het is OK om je af en toe minder goed te voelen en OK om erover te praten.

Stadspark

OverKop vond in het Koetshuis in het Stadspark een geschikte stek in Herentals: letterlijk tussen de jongeren. De deuren staan wijd open op dinsdag van 15

tot 20 uur en op woensdag van 12 tot 17 uur. Sinds de start in februari ontvangt het gemiddeld een 30-tal jongeren.



Dit OverKop-huis is een initiatief van een samenwerkingsverband in de Kempen ondersteund door CAW De Kempen en Arktos.

Stad Herentals schakelt ervaringsdragers verslaving in

Herentals gaat samenwerken met ervaringsdragers verslaving van de Verslavingskoepel Kempen om mensen met een verslaving en hun familie beter te kunnen helpen. De ervaringsdragers verslaving hebben het zelf meegemaakt en weten wat het is om geen volledige controle meer te hebben. Ze kennen de hulpverlening en kunnen vanuit hun ervaring informatie geven. Het zijn ervaren gidsen.



De ervaringsdragers verslaving zijn lid van de Verslavingskoepel Kempen. De Verslavingskoepel Kempen heeft als doel de hulp te verbeteren voor inwoners die het moeilijk hebben met alcohol, medicatie-of druggebruik of met koop-, gok- of game-

verslaving. De ervaringsdragers verslaving vormen een brug tussen de maatschappelijk werkers van het OCMW, professionele hulp van het CAW en CGG en de verschillende zelfhulpgroepen die in de Kempen aanwezig zijn.

Wanhoop

Alcoholmisbruik en gebruik van verslavende middelen zorgen immers voor veel leed, bij de verslaafde zelf én bij zijn omgeving. De COVID-periode heeft zich hier ook laten voelen. Sommige mensen zijn minder gaan drinken, maar er zijn ook heel wat mensen meer gaan drinken. Anders dan men denkt, zitten vooral hoogopgeleiden en vrouwen van 65+ meer en meer in de gevaarszone.

We vergeten te vaak dat mensen met een verslaving zelf erg wanhopig zijn. Zoals een ervaringsdrager verslaving vertelde: “Je haat jezelf elke dag nog het meest en toch geraak je niet uit de cirkel.”

In Herentals is er ook een contactpunt verslaving.

Je kan zelf contact opnemen door te mailen naar Herentals@verslavingskoepel.be of de sociale dienst van het OCMW kan je hiermee helpen. Het contactpunt brengt je in contact met een ervaringsdrager verslaving, met zelfhulpgroepen of met een contactgroep Verslaving in de buurt. De contactgroepen zijn zelfhulpgroepen voor alle soorten verslavingen. Of het nu gaat om problemen met alcohol, drugs of een gameverslaving: elke betrokkene bij een verslaving is welkom. Zo kan een ouder van een kind met een verslavingsproblematiek komen luisteren naar de mogelijkheden. Een verslaafde kan samen met zijn partner komen. Als je iemand mag meebrengen, is de drempel lager om te komen. De Contactgroep bespreekt gezamenlijke thema's in verslavingen zoals: hoe kom je de eerste 24 uur door zonder je verslavingsproduct?

Elke woensdag, van 19 tot 21 uur, is er een contactgroep verslaving met ervaringsdragers in het Lokaal Dienstencentrum Convent2, Augustijnenlaan 26/1, Herentals. Deze contactgroep is vrij toegankelijk.

Wil je meer informatie of wil je spreken met een ervaringsdrager verslaving, mail dan naar herentals@verslavingskoepel.be of kijk op www.verslavingskoepel.be.

Vrouweninfo

Van Mammoet tot Big Mac



In "Van Mammoet tot Big Mac" vertelt dokter Staf Henderickx het verhaal achter wat op ons bord ligt. Een fascinerend relaas over de zeven vette en de zeven magere jaren in Egypte, de eerste voedselbanken in het oude Rome, middeleeuwse kapoenen, de gouden appels van Columbus, vegetariërs tegen wil en dank en het haringmirakel tijdens de Tweede Wereldoorlog. Maar ook over de pesticiden, smaak-, kleur- en bewaarestoffen in ons eten en een landbouw- en voedingsindustrie in de ban van chemische monopolies. In deze lezing kan Staf ook de link leggen met de coronapandemie.

Vrouweninfo Herentals

i.s.m. Avansa Kempen

17 juni 2022 om 13.30 uur (gratis toegang)

In het Koetshuis, Stadspark Herentals

Meer info: Julia Peeters 014-23 52 61

Lokaal dienstencentrum Convent 2 opent beweegruimte

Het dienstencentrum Convent2 start met een toegankelijke beweegruimte op maandag 2 mei. Dit aanbod is bestemd voor ouderen in al hun diversiteit van jonggepensioneerden tot de oudste ouderen, mensen met verminderde mobiliteit of andere beperkingen. Iedereen kan hier bewegen naar eigen mogelijkheden.



Lokaal dienstencentrum Convent2 wenst met dit initiatief het sociaal, fysiek en mentaal welzijn te bevorderen. Bewegen bevordert ons algemeen welbevinden, geeft energie, helpt om

minder te vallen en langer zelfstandig te leven. Bovendien biedt het ook een kans om andere mensen te leren kennen of om er even tussenuit te zijn.

In de beweegruimte staan apparaten en is er ruimte om individueel of in groepsverband te bewegen. Bewegen kan op veel verschillende manieren, manieren die wij allemaal graag uitproberen.

Je kan de bewegingsruimte vinden in het dienstencentrum Convent2, Augustijnenlaan 26/1 in Herentals. De bewegingsruimte is elke werkdag vrij toegankelijk van 9 tot 12 uur en op maandag ook van 13 tot 17 uur. Je hoeft niet te reserveren. Je moet je wel aanmelden aan de onthaalbalie van het dienstencentrum Convent2. Je kan kosteloos gebruik maken van deze bewegingsruimte.

In de toekomst zijn er plannen om bewegingslessen in groepsverband aan te bieden en voorzien we een aanspreekpunt om je op weg te helpen. Hierover later meer.

**Meer inlichtingen bij het dienstencentrum:
014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be**

Activiteiten lokaal dienstencentrum Convent 2

dinsdag 17 mei, van 19.30 uur tot 21 uur

Thema: dementie

het verhaal van een kleinzoon en grootmoeder die elkaar terugvinden, over de beperkingen van de ziekte heen.

Spreker: Wannes Deleu (gekend van tv)

Plaats: Sint-Niklaaskerk, Sint-Niklaasstraat,
Morkhoven



Al te noteren voor het najaar 2022:

- vrijdag 23 september: I-sportdag
- donderdag 6 oktober: Dementie – Sien Eggers en Het Gevolg met het toneel 'U bent mijn moeder'
- maandag 24 en dinsdag 25 oktober: Seniorenfeest

Wijkcentrum De Gagel zet de deuren open



Een zorgzame buurt met een b(l)oeiend wijkcentrum. Kom op De Dag Van De Zorg op 15 mei kennis-maken met ons wijkcentrum, ontdek onze werking en onze activiteiten.

We stellen dan met veel trots ons nieuw project: 'zorgzame buurten, Herentals Linkeroever' voor. Heb je interesse om mee te bouwen aan een zorg-zame buurt? Kom dan zeker langs om te ont-dekken hoe we dit samen kunnen verwezenlijken.

Ook onze buurtwinkel opent die dag voor het eerst zijn deuren. Wij voorzien randanimatie, vergezeld van een hapje en tapje, om deze opening feestelijk in te zetten.

Van harte welkom tussen 10 en 17 uur. Tot dan!

Zewopa – Warme wijk – Wijkcentrum De Gagel
Gagelstraat 36, 2200 Herentals
info@warmewijk.be – www.warmewijk.be



Vzw De Fakkkel

Themawerking wonen

De themawerking van De Fakkkel vzw is dit jaar 'WONEN'. Dit is ook het thema voor de Werelddag van het Verzet tegen Armoede op 17 oktober (fakkeltocht). Iedereen heeft namelijk recht op recht op een betaalbare, kwaliteitsvolle woning en ondersteuning! We stellen vast dat mensen in armoede en kwetsbare financiële situaties zowel op de private als sociale huurmarkt en mensen met een eigendom bezorgdheden, problemen, ... ondervinden.

We zijn op zoek naar nog meer getuigenissen,

ervaringen, bezorgdheden, ... zodat we alle stemmen in kaart kunnen brengen en bundelen. Zo geven we een krachtig signaal en suggesties aan de beleidsmakers en alle belanghebbende partners. Je kan langskomen of ons contacteeren op het emailadres vzwdefakkkel@gmail.com of bellen naar 0487-990623.

Heb jij zin om een themawerking bij te wonen, dan ben je welkom op maandag 9 mei en/of 13 juni om 9.30 uur bij De Fakkkel vzw aan de Boerenkrijglaan 16 in Herentals.



Vorming: hoe omgaan met sociale media

Sociale media zijn niet meer weg te denken uit ons leven. We sturen via sociale media berichten. We leggen contact met anderen. We delen interessante informatie en laten soms weten wat we doen of wat we van iets vinden, ...

Sociale media zijn leuk en handig, maar er zijn toch gevaren waar we op moeten letten. Zo posten mensen vaak alleen gelukkige berichten of reageren mensen op berichten door commentaar te geven, ze te delen of te liken.

Daarom vinden vzw De Fakkkel en De Dorpel het belangrijk om hierover een vorming te geven. We gaan dieper in op de gevaren van sociale media en geven tips en trucs over hoe je hiermee het best omgaat en hoe je jezelf kan beschermen.

Wanneer? vrijdag 17 juni 2022

Uur: van 9.30 uur tot 11.30 uur

Locatie: Boerenkrijglaan 16, Herentals

Meer informatie en vragen:

vzwdefakkkel@gmail.com

VZW De Dorpel zoekt enthousiaste vrijwilligers

VZW De Dorpel zoekt enthousiaste vrijwilligers die het keukenteam, poetsteam en het dorpelshop team willen komen versterken.

VZW De Dorpel is een ontmoetingsplaats met een gevarieerd aanbod aan activiteiten en diensten. Zo kan je er terecht voor een warme maaltijd en is er een kledingshop. Er is ook een schrijfgroep en in de Ontmoeting kan je iets drinken en een babbeltje slaan. Iedereen is welkom, ongeacht leeftijd of overtuiging. De Dorpel wil mensen in armoede erkennen en groeikansen bieden.

Taakomschrijving

Is koken, poetsen, sorteren of verkopen iets voor jou en wil jij graag ons team komen versterken? In onze keuken maak jij een heerlijke maaltijd klaar voor onze bezoekers. Dat doe jij samen met ons kookteam in een gezellige sfeer.

Onze bezoekers ontvangen wij graag in een schone en propere ruimte. Jouw taak is ervoor te zorgen dat onze ruimtes gepoetst worden. In onze sorteerruimte zal jij alle binnengebrachte kledij en textiel nakijken en sorteren. Of ben jij meer klantgericht? Dan is werken in onze gezellige shop iets voor jou.

Beschikbaarheid

Wij zoeken vrijwilligers voor dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag en op zondagnamiddag.

Contactgegevens:

Boerenkrijglaan 16, 2200 Herentals
014-21 40 73 – dedorpel@edpnet.be

De VoorZorg Gratis infosessie over zelfgekozen levenseinde



De VoorZorg organiseert in samenwerking met S-Plus en LEIF een gratis infosessie over zelfgekozen levenseinde en de voorafgaande zorgplanning.

Tijdens deze infosessies gaan we dieper in op thema's voorafgaande zorgplanning, je rechten als patiënt en euthanasie.

We maken een duidelijk onderscheid tussen de verschillende wilsverklaringen én geven extra duidelijkheid over de verschillende documenten.

Je leert hoe je je wil nu kan kenbaar maken voor het moment dat je jezelf niet meer kan uitdrukken. Daarnaast ontvang je ook informatie over het LEIF-plan. Heb je interesse om meer te weten te komen over deze LEIF-documenten? Schrijf je dan zeker in voor deze gratis infosessie.

Praktische info

maandag 30 mei, van 13.30 uur tot 16 uur, in Mol
Schrijf je in op www.inschrijvingensociocultureel.be

Nog vragen?

Bel of mail De VoorZorg:
weetsteedsmeer@devoorzorg.be
tel. 03-285 43 16

De Dorpelshop

Tweedehandswinkel nu ook open op zondag

De Dorpelshop is een kleine tweedehandskledingwinkel, open voor bezoekers op woensdag en vrijdag van half 2 tot 4 uur en vanaf 3 april ook op zondag van half 2 tot 4 uur. Onze prijzen zijn heel laag gehouden en mensen met een dorpelkaart of een vrijetijdspas (verhoogde tegemoetkoming van het ziekenfonds) krijgen nog een extra korting van 50 %. Twee keer per jaar wordt tijdens de koopjesperiode alles tegen bodemprijs uitverkocht.

De vele sympathisanten van De Dorpel brengen de kledij binnen tijdens de openinguren. Zo kan het aanbod wekelijks worden vernieuwd en worden de stukken die al een tijdje in de winkel hangen, weggehaald.



**De Dorpelshop
tweedehandswinkel**

Boerenkrijglaan 16 - Herentals
014-21 40 73 - dedorpel@edpnet.be

woensdag: 13u30 tot 16u

vrijdag: 13u30 tot 16u

Nieuw! **zondag: 13u30 tot 16u**



COLOFON

Nieuwsbrief van het stadsbestuur van Herentals, in samenwerking met sociale verenigingen en diensten

Administratief centrum
Augustijnenlaan 30 - 2200 Herentals
info@herentals.be

Verantwoordelijk uitgever: Mien van Olmen, burgemeester