



MAAND VAN DE GEESTELIJKE GEZONDHEID

In oktober zetten we in Poperinge het belang van een goede geestelijke gezondheid extra 'in the picture'.

Hoe? Door tal van leuke, verbindende en versterkende activiteiten te organiseren.

Gelukswandeling

i.s.m. Atelier Estrade De Lovie vzw

- 1 okt. t.e.m. 31 dec.
- Stadscentrum (afstand: 3,5 km of 4.733 stappen, rolstoeltoegankelijk)
- Gratis

Lezing 'Kleine gelukjes voor mantelzorgers'

Mantelzorgcafé 't koetertje i.s.m. Samana en LDC De BuurtBres

- Dinsdag 1 oktober van 14 tot 16 u.
- Buurtsalon Reningelst

Infoavond rond zelfzorg door lifecoach Ivy Mobouck

- Dinsdag 1 oktober van 18.30 tot 20.30 u.
- WZC OLV Gasthuis, leperstraat 130
- Voor mantelzorgers van mensen met dementie
- Gratis

Infosessie

'Waarom baby's huilen'

voor ouders van jonge kinderen

i.s.m. Familiezorg Katja Wydhooghe

- Woensdag 2 oktober om 19 u.
- LDC De Bres
- Gratis

LDC De BuurtBres nodigt vzw Thûs uit

- Donderdag 3 oktober (Krombeke) en woensdag 23 oktober (Haringe) tijdens dorpsrestaurant van 11.30 tot 14 u.
- Buurtsalon dorpspunt Krombeke | Buurtsalon Roesbrugge

Thé Dansant

Lokale dienstencentra, Seniorenraad en Atelier Estrade De Lovie vzw

- Donderdag 3 oktober van 14.30 tot 17.30 u.
- De Kring
- 3 euro vvk / 4 euro add (cash)
- Met Johnny Carton, Anneke, Josiane en André

Nesten voor (groot)ouders

- Donderdagen 3 en 10 oktober van 19.30 tot 22 u.
- Buurtsalon Watou
- Gratis

Workshop hartcoherentie i.s.m. CM-Gezondheidsacademie

- Zaterdag 5 oktober van 9 tot 12 u.
- LDC De Bres
- 2, 5 of 7 euro (VT - CM en niet-CM)
- Inschrijvingen en betaling via www.cm.be/agenda

Lezing: 'Gezocht: vriend(in) - partner'

- Maandag 7 oktober om 14 u.
- LDC De Bres
- 5 euro (UiTPAS-kansentarief van toepassing)

Lezing 'Niet-aangeboren hersenletsel, nooit meer terug naar het vertrouwde'

Gezonde gemeente Poperinge i.s.m. Het Havenhuis, Atelier Estrade De Lovie vzw, ELP en Avansa

- Dinsdag 8 oktober van 19 tot 21.30 u.
- CC Ghybe
- 3 euro (drankje inbegrepen)

Soep met babbeltjes

vzw Thûs i.s.m. LDC De Bres

- Vrijdag 11 oktober tussen 9.30 en 11.30 u.
- Stoep vóór LDC De Bres
- Gratis

Gamemarkt met Fifatornooi

Aansluitend debatavond voor ouders: 'Schermtijd en cyberpesten'

- Zaterdag 12 oktober v.a. 16.30 u.
- CC Ghybe
- Gratis

'Omgaan met moeilijke momenten'

Gebaseerd op de geluksdriehoek Met ELP Leen Ballieu en Lot Verstraete

- Dinsdag 15 oktober van 13.30 tot 16 u. in Buurtsalon dorpspunt Krombeke
- Donderdag 17 oktober van 13.30 tot 16 u. in Buurtsalon Roesbrugge

Koffieklats met muziek

LDC De BuurtBres

- Woensdag 16 oktober van 14 tot 16 u.
- Buurtsalon Watou

Werelddag van Verzet tegen Armoede

- Donderdag 17 oktober

Lezing van het boek 'Rebels' door auteur Ann Peuteman: Het verzet van 75-plussers

i.s.m. bibliotheek De Letterbeek Poperinge

- Dinsdag 22 oktober van 19.30 tot 21.30 u.
- 8 euro standaardprijs
- Vooraf inschrijven t.e.m. 15/10

Levende boeken aan het woord Vleteren

Over seksueel misbruik, alcoholverslaving en leven als brandwondenpatiënt

Gezonde gemeente Vleteren/Poperinge i.s.m. Huis van de Mens Ieper, H.-Hart Ieper, vzw Thûs en Avansa

- Donderdag 24 oktober van 19 tot 21.30 u.
- Kerk Westvleteren
- Gratis

Expo portretfoto's psychische kwetsbaarheid

vzw Thûs, m.m.v. Hedera en fotoclub Poperinge

- In oktober op dinsdag en donderdag tussen 14 en 17 u. vrij toegankelijk
- vzw Thûs Poperinge, Doornstraat 18
- Gratis

Kom samen met je gezin, buren, collega's, vrienden, ... naar één van deze activiteiten en ontdek wat dit kan betekenen voor je geluksgevoel en geestelijke gezondheid!

Want, samen zijn we (veer)krachtig!

#samenveerkrachtig