

“De tijd staat niet stil. De wereld draait door en we moeten ons aanpassen.”

Zo klonk de boodschap begin maart vorig jaar toen Covid-19 in ons leven kwam. Voor jullie mantelzorgers was het zeker aanpassen wanneer heel wat ondersteuning wegviel en er meer zorg op jullie schouders terecht kwam.

Daarom slaan we met de vier lokale besturen van de eerstelijnszone WE40 (**Beernem, Oostkamp, Zedelgem en Jabbeke**) de handen in elkaar om voor heel even jullie zorgen weg te nemen. Samen met provincie West-Vlaanderen en Logo Brugge-Oostende werkten we **drie soorten wandelingen** uit.

### 1 BOSBADEN

Enkel voor mantelzorgers

*Ervaar en absorbeer de kracht van het bos. Onthaast en neem even tijd voor jezelf. Het ritme van het bos wijst je de weg.*

**Waar?** Hof Ter Loo: Torhoutsesteenweg 56, 8210 Zedelgem

**Wanneer?** Dinsdag 8 juni van 9u30 tot 12u30

**Waar?** Domein Bulskampveld: Bulskampveld 9, 8730 Beernem

**Wanneer?** Zaterdag 12 juni van 9u30 tot 12u30

### 2 BELEEFWANDELING

Voor de mantelzorger en de volwassen zorgbehoevende

*Een begeleidster neemt je mee op sleeptouw doorheen het bos. Er wordt extra aandacht besteed aan de beleving zoals het luisteren naar de natuur en het proeven van bosproducten.*

**Waar?** Maskobossen: Aatrijksesteenweg 91, 8490 Jabbeke

**Wanneer?** Donderdag 3 juni van 14u tot 16u

**Waar?** Domein Bulskampveld: Bulskampveld 9, 8730 Beernem

**Wanneer?** Woensdag 16 juni van 14u tot 16u

### 3 ZINTUIGENWANDELING

Voor de mantelzorger en het zorgbehoevende kind

*Deze speelse wandeling is afgestemd op kinderen. Ze gaan samen met hun mantelzorger op verkenning in het bos en gebruiken hierbij al hun zintuigen.*

**Waar?** Groendomein Merkemveld: Merkemveldweg 20, 8210 Zedelgem

**Wanneer?** Zaterdag 5 juni van 14u tot 16u

**Waar?** Domein Bulskampveld: Bulskampveld 9, 8730 Beernem

**Wanneer?** Zaterdag 19 juni van 14u tot 16u

Inschrijven kan bij onze intergemeentelijke preventiewerker Jana Syoen via

**[jana.syoen@logobrugge-oostende.be](mailto:jana.syoen@logobrugge-oostende.be)** of

**0493/91.10.85**

(ten laatste één week voor de start van de wandeling)

- Alle wandelingen zijn gratis
- Na de wandeling geniet je van een gratis hapje en drankje
- Een wandeling duurt nooit langer dan 3 km in totaal
- Alle wandelingen zijn rolstoeltoegankelijk