



Beste << Test Voornaam >>

In deze nieuwsbrief vind je volgende topics terug:

- [Nieuws uit de Eerstelijnszone](#)
- [Bedankt sociaal werkers!](#)
- [In de kijker: Cluster PZON](#)
- [Wil jij graag vrijwilliger worden?](#)
- [Eerstelijnspsychologische zorg](#)
- [Projecten](#)
- [Week van de valpreventie](#)
- [Mantelzorgvakanties](#)
- [NOK NOK](#)
- [Agenda](#)



Nieuws uit de Eerstelijnszone

Bedankt sociaal werkers!

Gisteren (dinsdag 21 maart) vond de **World Social Workers Day** plaats. Ook binnen eerstelijnszone Demerland werden de sociaal werkers gevierd.

Er vond een interessante uiteenzetting over [de Sociale Kaart](#) en [onze lokale sociale kaart](#) plaats, gevolgd door een praktijkvoorbeeld van onze burens, [Kruispunten Limburg](#).

We blikken graag samen terug aan de hand van enkele **sfeerbeelden**:



Bedankt aan alle aanwezigen en hopelijk tot volgend jaar!

In de kijker: Cluster PZON



Vroeg of laat zijn we allemaal wel eens "een PZON".

Wat is PZON?

De afkorting [PZON](#) staat voor **Personen met een Zorg- en/of Ondersteuningsnood**.

De Zorgraad stelt de persoon met een zorg- en ondersteuningsnood **centraal**.

Wat doet de ELZ?

Regelmatig organiseert ELZ Demerland een **clusteroverleg met de lokale patiënten- en mantelzorgverenigingen** waarin we luisteren naar hun visie en bevindingen. We bevragen ook hun noden en wensen en trachten hen op deze manier te betrekken bij het beleid van de zorgraad.

- Een van de eerste initiatieven na de coronaperiode op vraag van cluster PZON was de organisatie van onze [Wel Wijs beurs](#) in september 2022.
- Een andere wens die geuit werd tijdens dit clusteroverleg is [een overzicht voor vrijwilligers](#) van organisaties die op zoek zijn naar helpende handen. Een opdracht waar we graag onze tanden in zetten!:

Wil jij graag vrijwilliger worden?

Wij kregen van verschillende organisaties binnen onze eerstelijnszone te horen dat er een grote nood is aan vrijwilligers in verschillende sectoren.

Tijdens de covidcrisis werden verschillende engagementen (tijdelijk) stopgezet, maar het blijkt moeilijk om de vrijwilligerswerking terug op gang te krijgen.

Wij weten dat er een groot deel van de inwoners binnen ELZ Demerland graag hun steentje bijdraagt. Dit hebben we mogen ondervinden door de grote opkomst van

vrijwilligers in de **vaccinatiecentra en het testcentrum**.

Daarom doen wij graag een **oproep** naar iedereen die zich wil en kan **engageren als vrijwilliger**. Op [deze pagina](#) vind je een **overzicht van organisaties en verenigingen** binnen ELZ Demerland die extra hulp kunnen gebruiken.



- **Ben of ken jij iemand die geïnteresseerd is?** Neem zeker contact op met hen!
- **Zijn we een organisatie vergeten te vermelden?** Laat het ons gerust weten [via mail](#).

Eerstelijnspsychologische zorg

KOPZORGEN?!

Praat erover met een eerstelijnspsycholoog in je buurt.

www.epzvlaamsbrabant.be

Voor betaalbare psychologische zorg dichtbij huis.

Vraag raad aan je huisarts of spreek hier een medewerker aan.



Gemiddeld **wachten** mensen **6 tot 10 jaar na de eerste psychische klachten** voordat ze de stap zetten naar **psychologische hulp**. De conventie EPZ maakt **preventieve of vroegtijdige hulp** nu toegankelijker.

Geconventioneerde klinische psychologen en orthopedagogen bieden hierbij terugbetaalde begeleiding aan. Deze is kortdurend en is gericht op **lichte tot matige klachten**. De hulp wordt op een laagdrempelige manier aangeboden, **dichtbij de burger**. Hierbij zijn zowel **individuele- als groepsessies** mogelijk.

[Meer info over de conventie en de deelnemende eerstelijnspsychologen vind je hier.](#)



Projecten

Week van de valpreventie

Zet het alvast in je agenda: van **24 tot en met 30 april 2023** gaat de 12^{de} [Week van de Valpreventie \(WvdV\)](#) door.

Dit jaar staat die week volledig in het teken van het belang van bewegen, waaronder regelmatig **wandelen**. Zo veel mogelijk ouderen, mantelzorgers, familieleden en gezondheids- en welzijnswerkers in Vlaanderen sensibiliseren en informeren, daar gaan we voor.

Wil jij de week van de valpreventie in de kijker zetten? Dan kan je via [deze link](#) materiaal bestellen. Op zoek naar inspiratie voor toffe activiteiten? Contacteer het Logo (info@logo-oostbrabant.be).

Deze campagne wordt georganiseerd door [het Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen](#), in samenwerking met [het Vlaams Instituut Gezond Leven](#) en de [Vlaamse Logo's](#).



Mantelzorgvakanties

Wist je dat mantelzorgers die er even tussenuit willen dit niet hoeven te doen zonder de persoon voor wie ze zorgen? Ze kunnen samen op mantelzorgvakantie.

Dit zijn vakanties die begeleid worden door **vrijwilligers**, waarbij er ook **zorgkundigen** aanwezig zijn. Dit maakt het mogelijk voor mantelzorgers om even de zorg af te geven en samen met de persoon voor wie ze zorgen tot rust te komen.

In [deze video](#) vertellen vrijwilliger Martin en één van de deelnemers over hun ervaring met de mantelzorgvakanties. [Meer informatie vind je op deze website.](#)

NOK NOK

NokNok: meerwaarde voor jongerenbegeleiders

NokNok.be is al sinds jaar en dag dé website waar jongeren **gratis en anoniem** terecht kunnen om te **werken aan hun mentaal welbevinden**.

Maar wist je dat je ook als jongerenbegeleider aan de slag kan met deze [online tool](#)?

Denk bijvoorbeeld maar aan al het materiaal voor psycho-educatie op maat van jongeren. Of aan de oefeningen en testjes die je voor, tijdens en na de begeleiding kan gebruiken. Weet je niet goed hoe je eraan begint? Dan kan je binnenkort een **handleiding** downloaden. Of volg een **workshop** bij de Gezond Leven Academie.



Agenda

- **20 tot 26 maart:** [Week van de Diëtist](#)
- **24 maart:** [Studiedag 'Mens zoekt vertrouwen'](#) door SAM vzw in Antwerpen
- **28 maart:** [Plenair overleg geestelijke gezondheid](#) door LOGO Oost-Brabant en de herstelacademie in Diest
- **30 maart, 18 april, 4 mei en 23 mei:** [Basisopleiding Perinatale Mentale Gezondheid & Infant Mental Health](#) door Expertisecentrum De Bakermat in Leuven
- **20 april:** Conferentie ['Ethisch overleg in de zorg'](#)
- **25 april:** [Webinar RIZIV-conventie 'Psychologische Zorg in de eerste lijn: de kracht van samenwerking'](#) van 20u tot 21u30
- **26 april:** [Symposium 'Go Ergo. Go!'](#) door Koning Boudewijnstichting in Schaarbeek
- **27 april:** [Gezonde school-sessies](#) (voormiddag basisonderwijs, namiddag secundair onderwijs) door CGG PassAnt
- **27 april:** [Lente-event 'Samen sterk in preventie en buurtgerichte zorg'](#) door BAF (Brabants Apothekers Forum) in Zellik
- **4 mei:** [Webinar 'Het nest rond het nest netwerken bouwen rond jonge gezinnen'](#) om 13u door vzw Sporen & Yuneco
- **5 mei:** [Iedereen gerontoloog! 1.1](#) in BluePoint Berchem
- **9 mei:** [Praktische vervolgopleiding suïcidepreventie 'Van wanhoop naar hoop: het gesprek aangaan'](#) door CGG PassAnt in Leuven
- **5 juni:** [Startcursus palliatieve zorg voor geïnteresseerden en vrijwilligers](#)
- **23 juni:** [Minne en Meer: Over beminnen en graag zien bij personen met dementie \(methodiek + intervisie\)](#) door Expertisecentrum Dementie Memo WZC De Wingerd

te Leuven

- **26 juni:** [Terugkomdag Referentiepersoon Dementie](#) door Expertisecentrum Dementie Memo
- **29 september:** [Iedereen gerontoloog! 2.0](#) in Kursaal Oostende
- **29 september:** [Terugkomdag Referentiepersoon Dementie](#) door Expertisecentrum Dementie Memo
- **7 november:** [Start basismodule palliatieve zorg voor medewerkers uit voorzieningen bij mensen met een verstandelijke beperking](#)
- **15 december:** [Terugkomdag Referentiepersoon Dementie](#) door Expertisecentrum Dementie Memo



Vlaanderen
is zorg

Copyright © 2023 Eerstelijnszone Demerland vzw, All rights reserved.

Je ontvangt deze mail omdat je hebt aangegeven dat we je mails mogen sturen om zo op de hoogte te blijven ivm Eerstelijnszone Demerland.

U kan ons bereiken via:

info@elzdemerland.be

Eerstelijnszone Demerland vzw

Langestraat 1B

Rillaar 3202

Belgium

[Voeg ons toe aan je adresboek](#)

Wilt u wijzigen hoe u deze e-mails ontvangt?

U kunt [uw voorkeuren bijwerken](#) of u [afmelden voor deze nieuwsbrief](#).



mailchimp