

Zorgcoöperatie Zeeland

Mededelingen en nieuws van de Zorgcoöperatie.



Zorgcoöperatie Zeeland
Goed voor iedereen

Geslaagde eerste fittestdag

Geslaagde eerste fittestdag op donderdag 14 maart jl. in Compostella. 65 mensen tussen 55 en 75 jaar werden ontvangen door Toos en Sjan. Het circuit wat de mensen doorliepen was o.a.: bloeddruk meten en bloedsuiker prikken door de praktijkondersteuners van huisartsenpraktijk De Vlaswiek (Saskia en Mariël).



Diëtiste Marion Jansen bekeek de BMI met passend advies en Fysio Maatwerk ging in op balans en evenwicht. Praktijk Fysiotherapie Zeeland richtte zich op conditie en kracht. Gerte, Karin en Mieke vroegen mensen of ze voor een naaste zorgden, mantelzorg. Prinsen verzorgde de ogen test en Van Schijndel bekeek of we nog goed konden horen. Bij Lisette van Ons Welzijn en Helma van de Zorgcoöperatie werd de vraag gesteld: hoe gaat het met JOU?

Als laatste kwam men bij de GGD met o.a. José die alle onderdelen doornam, zodat degene met een passend advies huiswaarts ging. Will en Maria hielpen waar het nodig was en zorgden dat alles op rolletjes liep.

Buiten de zaal stonden Zorgcoöperatie Zeeland, KBO en de buurtsportcoach met extra informatie.

Foto-expositie mantelzorgers

Op 30 maart jl. werd een kleine maar waardevolle foto-expositie "Mantelzorgers in beeld" geopend door burgemeester Bakermans. Supermarkt Jumbo in Zeeland heeft hiervoor in haar winkel ruimte beschikbaar gesteld. Deze locatie is bewust gekozen omdat door hier te exposeren de "mantelzorg" onder de aandacht van een breed publiek wordt gebracht. Deze expositie laat Zeelandse mantelzorgers zien, jong of oud, man of vrouw, ieder op hun eigen manier in beeld gebracht door Zeelandse fotografen. Deze mantelzorgers staan symbool voor alle mantelzorgers. Na 30 maart is de expositie nog een maand lang te zien in de Jumbo.



Onder-ons-je 15 mei a.s.

De Commissie Mantelzorg nodigt de mantelzorgers uit Zeeland van harte uit voor een "Onder-ons-je" op woensdag 15 mei van 14.00 – 16.00 uur, thema: bewegen en ontspannen in de natuur. De buurtsportcoaches van Landerd met twee stagiaires zorgen voor een ontspanningsmiddag in de natuur en toch dicht bij huis. Ze hebben voor u weer iets leuks bedacht, een activiteit voor jong en oud, dus iedereen kan mee doen. Tijdens de geplande wandeling over verharde paden, kunnen we ons op een sportieve manier ontspannen. Hoe dat gebeurt, hoort u tijdens de wandeling.... dus laat u verrassen. Bij slecht weer gaat de activiteit toch door en wordt deze verplaatst naar de sporthal. We verzamelen bij sporthal de Hekel om 14.00 uur, om uiterlijk 16.00 uur zijn we daar weer terug. **Het is wel nodig dat u zich voor deze activiteit aanmeldt.** Dit kan tot uiterlijk 10 mei per e-mail bij pietenmiekevangerwen@gmail.com of 0486-411332, met vermelding van uw naam, adres en telefoonnummer.

Graag ontmoeten we u bij dit 'onder-ons-je'.

Namens de buurtsportcoaches Aemy Sevinga en Commissie mantelzorg Mieke van Gerwen.

Bewegen in 't Beweeghofke

Senioren kunnen in Zeeland wekelijks op donderdagochtend van 09.15 tot 09.45 uur bewegen in 't Beweeghofke, de beweegtuin aan de Kloosterstraat/Vlasroot. Onder begeleiding van buurtsportcoach Sylvia van Landerd SpoRtZO wordt gevarieerde oefenstof aangeboden.

Bewegen in 's Beweeghofke is onderdeel van Beweegpunt Zeeland. Iedere deelnemer kan de verschillende oefeningen op zijn of haar eigen niveau uitvoeren. De oefeningen zijn niet moeilijk, maar zorgen er wel voor dat iedereen in beweging komt. Uiteraard worden de toestellen en beweegzones van de beweegtuin gebruikt. Daarnaast is het sociale aspect zeer belangrijk.

Na afloop wordt gezamenlijk een kopje koffie/thee gedronken in Ontmoetingscentrum D'n Inloop. Na de koffie/thee wordt vaak door de deelnemers ook nog een ronde van 3 km. Door Zeeland gewandeld.

Voor wie: voor alle senioren in Zeeland en omgeving (aanmelden is niet nodig).

Wanneer: iedere donderdagochtend van 09.15 tot 09.45 uur.

Waar: Beweegtuin 't Beweeghofke (Kloosterstraat/Vlasroot).

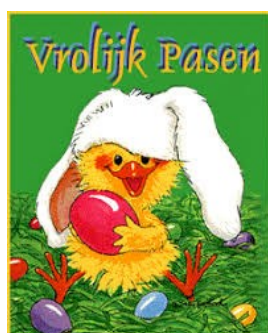
Kosten: 1 strip per keer. Deze wordt voor deelnemers gesponsord door de Zorgcoöperatie.

Wist u dat:

- er elke donderdagochtend gewandeld wordt: 3 km. vertrek 10.15 uur, 5 en 10 km. vertrek 09.30 uur. Na de wandeling is er koffie of thee in de Pater Bergsmazaal van Compostella
- Ontmoetingscentrum D'n Inloop open is van maandag t/m vrijdag van 9.30 tot 12.00 uur.
- voor vervoer of voor klussen kunt u contact opnemen met contactpersoon Trudy van der Ven, 0486-451773 of diensten@zorgcooperatiezeeland.nl
- voor bezoek en ontspanningsvragen kunt u contact opnemen met Henriëtte van der Loop, 06-54321812 of diensten@zorgcooperatiezeeland.nl

Wordt lid, en steun hiermee de Zorgcoöperatie, via 0486-451865 (Henk van Griensven) of door het invullen van het aanmeldformulier dat staat op www.zorgcooperatiezeeland.nl Het formulier is ook verkrijgbaar bij D'n Inloop, Franciscushof 1.

Namens het bestuur van Zorgcoöperatie Zeeland, Jacqueline Bros, secretaris.



Het bestuur wenst alle leden en vrijwilligers hele fijne Paasdagen.