



**Beleefnamiddag**

**Donderdag 10 juni 2021**

# **Vlieg, glim en spring.... Zorgen voor jezelf in beweging**

**Praktische informatie:**

**Doelpubliek:**

Professionele hulpverleners

**Tijdstip:**

13u30 - 16u30

**Plaats:**

Bourgoyen-Ossemeersen  
Driepikkelstraat 32, 9030 Mariakerke

**Prijs:**

60 euro,  
inclusief vormingsattest.

**Inschrijven:**

[www.dementie.be/paradox](http://www.dementie.be/paradox)

In deze tijden geven we, zorgen we, beschermen we, lopen en vliegen we. De wereld draait volledig op zijn kop en wij moeten mee. Maar...hoe hou jij het vol? Hoe zorg jij voor jezelf?

Tijdens de sessie gaan we samen op stap in de natuur.  
We snuiven de gezonde buitenlucht op.

En we doen dit niet alleen. **De libelle, de sprinkhaan, de mier en de glimworm gaan met ons mee.**

We gaan op zoek naar mogelijkheden om de eerste stappen tot zelfzorg te nemen.  
De volgende vragen worden onder de loop genomen:

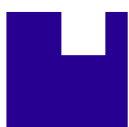
Waar sta je voor?  
Waar ga je voor?  
Hoe geraak je daar?

Antwoorden vinden op deze vragen helpen je in beter zorgen voor jezelf en blijvend kwaliteitsvol zorgen voor personen met dementie.

De insecten kunnen ons helpen. Ben je benieuwd wie ze zijn en wat ze voor ons kunnen doen? Ga dan mee op deze boeiende namiddag vol zuurstof en extra vitaminen van moeder natuur. Schrijf je snel in!

Wat breng je mee? Stapschoenen, aangepaste kledij (warm/koude/regen), een draagtas of rugzak en je enthousiaste 'jij'.

Wij zorgen voor mooi weer (of een alternatief plan B), een versnapering voor onderweg en een namiddag vol inspiratie.



**Paradox**  
expertisecentrum  
**dementie**