

Agenda wij versterken elkaar in kleine groep

29 en 30 januari, 10 februari één van onze leden trad op in de voorstelling [Ik versta u](#) van sociaal-artistisch theater Bouge Bouche. Enkele andere leden gingen kijken.

6 tot 10 april wij organiseerden een ontspanningsvijfdaagse in Nieuwpoort. Voorbehouden aan leden en kandidaat-leden

15 mei om 10u wij nemen deel aan de Safe Hub 'Vrouwen, ziekte, identiteit en zin geven' georganiseerd door [Gemma](#)

Leven met een chronische ziekte maakt dat je je soms vooral richt op wat niet meer lukt. Samen onderzoeken we, onder leiding van psychologe Myriam Belkadi, hoe je ruimte maakt tussen wie je bent en wat je meemaakt. Je hebt geen voorkennis nodig.

Voor wie? Vrouwen

Wanneer? Vrijdag 15 mei, van 10 tot 12 uur

Waar? Gemma, Langstraat 102, 2140 Antwerpen

Hoe inschrijven? Inschrijven is niet nodig.

Prijs? Gratis!

30 mei om 14u30 wij organiseren een infonamiddag 'Hoe werkt een medisch huis?' in Boom. Wat is het verschil met een gewone huisarts? Tijdens deze namiddag krijg je duidelijke uitleg van thuisverpleger Joeri Gooskens, met praktische info en ondersteuning. Er is ruimte om vragen te stellen.

Voor wie? Iedereen

Wanneer? Zaterdag 30 mei, van 14u30 tot 16u30 (deuren open vanaf 14u)

Waar? Welkom & Co, Blauwstraat 43, 2850 Boom

Hoe inschrijven? Inschrijven is niet nodig.

Prijs? Vrije bijdrage

19 juni om 10u wij nemen deel aan de Zelfzorgwandeling georganiseerd door [Gemma](#). Hoe integreer je gezonde gewoontes in je dagelijks leven? Tijdens de zelfzorgwandeling van Safe Space in het Rivierenhof krijg je praktische tips.

Voor wie? Vrouwen (klanten van Gemma, professionals, ...)

Wanneer? Vrijdag 19 juni, van 10 tot 12 uur

Waar? Start bij Gemma, Langstraat 102, 2140 Antwerpen

Hoe inschrijven? Inschrijven is niet nodig.

Prijs? Gratis!

22 juli om 10u wij organiseren een rondleiding Tomorrowland achter de schermen in De Schorre in Boom. Wil je mee? [Contacteer ons](#) voor 10 juni!

Doorlopend in dit internationaal jaar van de vrijwilliger gaan wij na of vrijwilligers met een beperking gediscrimineerd worden: [deel je ervaring](#). In het najaar destilleren we daaruit tips & trics in een online uitwisseling.