

**Nieuws  
voor jou**



**Lunet**

Oktober 2024

## **Daverend optreden van de Jostiband in Valkenswaard**



Op zaterdag 14 september was het feest in Valkenswaard.

De Jostiband kwam spelen.

Het overgrote deel van de zaal bestond uit enthousiastelingen van Lunet en ook vanuit Severinus waren er cliënten aanwezig.



Er werd volop gedanst, meegezongen en -geklapt, en zelfs polonaise gelopen.

Naast de Jostiband zorgde zangeres Melissa Janssen in de pauze voor een gastoptreden en ook (clini)clown Berrie van den Dungen verraste iedereen met een prachtige act.

Het was een groot feest. Bekijk de video via onderstaande link:  
[www.youtube.com/watch?v=t\\_UwefYxRVk](http://www.youtube.com/watch?v=t_UwefYxRVk)

**Cliënten  
schrijven en  
zingen lied 'Stop  
pesten'**



De Week tegen Pesten is voorbij.

Cliënten Toine en Bart hebben samen met Juanita (medewerker Leercentrum/ mediacoach) een lied geschreven voor de Week tegen Pesten.

Het thema 'pesten' bespreekbaar maken is volgens cliënten heel belangrijk.

Ze geven aan dat het jammer genoeg nog steeds gebeurt, ook online.

In een paar uur tijd is het lied 'Stop pesten' geschreven. Daarna was het tijd om het lied met alle zangers (Bart, Toine, Dave & Robin) en zangeressen (Roos & Angela) te oefenen.

Voor sommigen was dit een nieuwe ervaring. Een beetje spanning was er wel, maar vooral heel veel plezier.

Luister maar via: [www.youtube.com/watch?v=zR0adcSSJzc](http://www.youtube.com/watch?v=zR0adcSSJzc)



### Wil je meer weten over pesten?

Op TikTok zijn deze filmjes ook te zien:

- [Stu je op als het moet of blijf je stil:](https://www.tiktok.com/@pjoctr/video/7418468583455329569)  
[www.tiktok.com/@pjoctr/video/7418468583455329569](https://www.tiktok.com/@pjoctr/video/7418468583455329569)
- [Week tegen pesten](https://www.tiktok.com/@npozapp/video/7011587236005203206?q=week%20tegen%20pesten&t=1727785413804)  
[www.tiktok.com/@npozapp/video/7011587236005203206?q=week%20tegen%20pesten&t=1727785413804](https://www.tiktok.com/@npozapp/video/7011587236005203206?q=week%20tegen%20pesten&t=1727785413804)

**Jay Davies**

**Nadenksels**



*"Soms heb je het gevoel dat je met de rug tegen de muur staat. Maar dan heb je tenminste wel een plek om tegen te leunen."*

**Duurzaamheid**

**Duurzame en gezonde voeding**



Duurzame en gezonde voeding.

Daar hoor je steeds meer over.

Ook bij Lunet.

Want vanaf november bieden de restaurants op woonpark De Donksbergen en Eckartdal (de Herberg) ook vegetarische producten aan, in plaats van vlees of vis.

Naast duurzame voeding, krijgt ook gezond eten steeds meer aandacht.

Zo zijn er binnen de horeca locaties van Lunet tijdens de lunch al enige tijd geen frietjes meer te bestellen.

Ook de snackkaart wordt de komende maanden verkleind.

Hiermee willen we het voor cliënten én medewerkers makkelijker maken om voor gezonde voeding te kiezen.

Genoeg water drinken is voor iedereen belangrijk.

Daarom kun je voortaan in de restaurants op de woonparken lekker koud water uit een waterkoeler pakken.



### Liever water met een smaakje?

Probeer dan deze 'recepten' voor verrassend fruitwater eens:

- Gember, sinaasappel
- Blauwe Bes, komkommer, citroen
- Komkommer, limoen, munt

Nieuwe AED's bij  
Lunet



Bij Lunet zijn zes nieuwe AED's geplaatst.

De reden hiervoor is dat de oude AED's aan vervanging toe waren.

De 6 nieuwe AED's hangen hier:

1. Woonpark De Donksbergen, Knegselwijk 8
2. Woonpark De Donksbergen, Zwembad/BAC begane grond
3. Woonpark Eckartdal, De Herberg
4. Woonpark Eckartdal, dagbesteding Eikenhof
5. Eindhoven, Dagbesteding De Spaken
6. Eindhoven, Zernikestraat



### AED

Een AED is een draagbaar apparaat dat een schok kan geven bij een hartstilstand.

Hierdoor kan het hartritme herstellen en kun je een leven redden.

Hoe sneller je een AED inzet bij een hartstilstand, hoe groter de overlevingskans.

## Ook een gouden prokkel voor Roy



Op vrijdag 27 september werd in Utrecht de Gouden Prokkel uitgereikt. Dit is een prijs voor een organisatie die op een goede manier aandacht besteedt aan mensen met een verstandelijke beperking.

En het Jeroen Bosch Ziekenhuis (JBZ) in Den Bosch was de winnaar.

Dit ziekenhuis gaat meer mensen aannemen met een beperking en gaat onderzoeken hoe ze een ziekenhuisbezoek makkelijker kunnen maken.

In het team dat voor deze overwinning had gezorgd, zat ook onze eigen ervaringsdeskundige in opleiding, Roy.

Hij was maar wat blij met deze prijs.

Lees meer over de Gouden Prokkel via:

[www.prokkel.nl/nieuws/vier-winnaars-gouden-prokkel-2024/](http://www.prokkel.nl/nieuws/vier-winnaars-gouden-prokkel-2024/)



## Leuke Leercentrum Tips

Zou je meer willen leren en weten over dieren, gebouwen en bijzonderheden in de wereld?

Met de app 'Ontdek de Wereld' kan dit. De app is gratis te downloaden op tablet of telefoon.

Meer weten over het Leercentrum? Ga naar: [www.lunet.nl/jongvolwassenen/leren-werken/leercentrum](http://www.lunet.nl/jongvolwassenen/leren-werken/leercentrum)

## Agenda

12 oktober

**Lunet doet mee aan de Your Marathon Challenge Eindhoven**

12 en 13 oktober

**Theatervoorstelling Stedelingen 3**

26 oktober

**Circus in de Zorg**

7 december

Dag van de vrijwilliger

12 december (van half 4 tot half 9)

Kersttocht De Donksbergen

## Kijk in je zorgplan: waar en wanneer jij maar wilt

Wil jij lezen wat in jouw zorgplan staat? Dat kan met cliëntportaal Caren. In het dossier staan bijvoorbeeld persoonlijke gegevens, plan en rapportages. Meer weten of aanmelden voor cliëntportaal Caren?



Lees meer via: [www.lunet.nl/caren](http://www.lunet.nl/caren)

## Heb je een probleem of klacht?

Ben je niet tevreden?  
Heb je een klacht?  
Neem dan contact op met de cliënten vertrouwens person via:  
[www.lunet.nl/klacht](http://www.lunet.nl/klacht)

Nieuws voor jou



Lunet

## Deze nieuwsbrief digital?

Een digitale versie van deze nieuwsbrief vind je op [www.lunet.nl](http://www.lunet.nl)



## Kom jij ook naar Circus in de Zorg?



Op zaterdag 26 oktober komt Circus in de Zorg op woonpark De Donksbergen.

Zij spelen deze dag drie gratis voorstellingen voor cliënten en verwanten. De voorstellingen zijn om 11 uur, half 2 en en half 4.

De voorstellingen zijn gratis en duren één uur. Je kunt je hiervoor aanmelden door het sturen van een mail naar [vrijetijd.dekempen@lunet.nl](mailto:vrijetijd.dekempen@lunet.nl).

Vertel in die mail ook hoeveel kaartjes je wilt en voor welke tijd.

### **Circus in de Zorg**

Circus in de Zorg is voor mensen die niet zelfstandig het theater kunnen bezoeken.

Iedere voorstelling vertelt een verhaal, prikkelt en roept herinneringen op.

Lees meer over Circus in de Zorg via: [www.circusindezorg.nl](http://www.circusindezorg.nl)

# CIRCUS IN DE ZORG KOMT NAAR DE DONKSBERGEN

Berkvenseweg 2 in Duizel  
voor cliënten en verwanten

GRATIS



HET DAGJE UIT  
DAT NAAR JE  
TOE KOMT

Een unieke belevenis!



zaterdag 26 oktober 2024  
11.00 uur - 13.30 uur - 15.30 uur

VOL = VOL!

Wil je hier met je familie of vrijwilliger bij zijn?  
Meld je dan aan voor 17 oktober via [vrijetijd.dekempen@lunet.nl](mailto:vrijetijd.dekempen@lunet.nl)  
of  
[vrijetijd.eindhoven@lunet.nl](mailto:vrijetijd.eindhoven@lunet.nl)  
en geef door hoeveel kaartjes je graag wilt en voor welke tijd.  
Je krijgt een terugkoppeling wanneer de kaartjes opgehaald kunnen worden.

**Dit is met eigen vervoer en begeleiding!**

## Cursus 'Opkomen voor Jezelf'

# Cursus opkomen voor jezelf

GAAT WEER BEGINNEN



JE KAN HET!

8 lessen

Bij het Leercentrum  
Eckartdal of Donksbergen

## Wat ga je leren?

Kennismaken  
Emoties en gevoelens  
Zelfvertrouwen  
Mening geven  
Nee zeggen  
Grenzen aangeven

AANMELDEN VIA:

[leercentrum@lunet.nl](mailto:leercentrum@lunet.nl)

Het Leercentrum van Lunet geeft de cursus 'Opkomen voor Jezelf'.  
In deze cursus leer je 'Nee zeggen', je mening geven en grenzen aangeven.

Je krijgt door deze cursus meer zelfvertrouwen.

De cursus start in oktober/ november.

En er zijn nog enkele plekken vrij.

Deze cursus wordt gegeven op woonpark De Donksbergen in Duizel.

Wil je graag deze cursus volgen of wil je meer weten? Dit kan via [leercentrum@lunet.nl](mailto:leercentrum@lunet.nl)

## Informatie

Telefoon: 088 551 5000

E-mail: [redactie@lunet.nl](mailto:redactie@lunet.nl)

[www.lunet.nl](http://www.lunet.nl)



© 2024 Lunet. Alle rechten voorbehouden.

Deze nieuwsbrief verschijnt elke maand. Zo houden we je op de hoogte van het laatste Lunet nieuws.

Een digitale versie van deze nieuwsbrief vind je op [www.lunet.nl](http://www.lunet.nl)

Heb je nieuws dat je wilt delen? Stuur je kopij naar [redactie@lunet.nl](mailto:redactie@lunet.nl)