

**Nieuws  
voor jou**



**Lunet**

November 2024

## **Clënten geven Lunet een 8,2**

In het voorjaar van 2024 hebben we aan cliënten en hun vertegenwoordigers en begeleiders gevraagd hoe tevreden ze zijn over Lunet.

En meer dan 3.000 mensen hebben een antwoord gegeven.

Clënten geven Lunet een 8,2.



Hier zijn we heel blij mee, want dat betekent dat we al veel dingen goed doen.

Daarnaast zijn er natuurlijk ook dingen die beter kunnen. Daar gaan we aan werken.

Jullie vertegenwoordigers geven Lunet een 7,6 en de begeleiders een 7,3. Een mooi compliment voor alle medewerkers van Lunet.

Allemaal bedankt hiervoor.

## Trots op onze toppers



Op zaterdag 12 oktober deden meer dan 200 cliënten en medewerkers van Lunet mee aan de Your Marathon Challenge in Eindhoven. Na weken van wandelen, trainen en voorbereiden, kwamen zij allemaal over de finish op de Vestdijk. Iedereen kreeg een mooie medaille. Een geweldige prestatie. Proficiat.

Bekijk de foto's op ons [instagram](#) en [facebook](#) account.

[Lees ook het artikel in het Eindhovens Dagblad.](#)

## Superenge Halloween op De Donksbergen



Op donderdag 31 oktober was het griezelen op woonpark De Donksbergen.

Want in de kelder van de flat gebeurde allerlei enge dingen.

Wie durfde, ging met de lift naar beneden en dan begon het pas echt te griezelen.



Op dit Halloweenfeest kwamen 120 cliënten van De Donksbergen en daarbuiten.

Ze vonden het allemaal erg spannend maar ook keigaaf.

Na het griezelen was er voor iedereen pizza, popcorn en een lekker drankje.

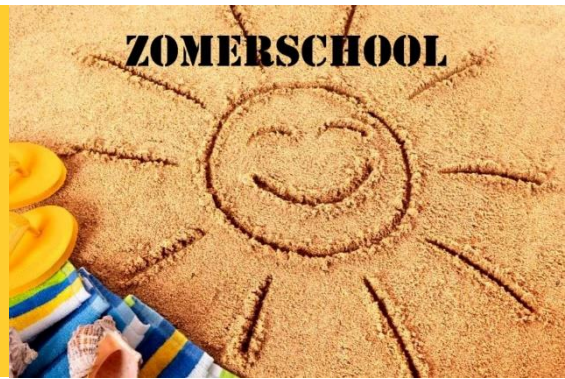


Halloween is een feest dat wordt gevierd op 31 oktober.

Iedereen gaat dan griezelig verkleedt.

Zo willen ze de boze geesten wegjagen.

## Zomerschool was leerzaam en leuk



In de vakantie maanden juli en augustus naar school?

Dat is raar.

Maar niet voor deelnemers aan de Zomerschool van Lunet.

Zoals voor de mensen van de dagbestedingscentrums De Biezenrijt in Valkenswaard en De Spaken in Eindhoven.

Zij namen deel aan leuke en leerzame workshops.

Workshops zoals '(social) media' en 'Opkomen voor jezelf'.

Of leren klok kijken.

"Het is fijn om te weten of het al bijna koffietijd of lunchtijd is, als je op de klok kijkt", zei één van de deelnemers.



Aan het eind van de Zomerschool kregen alle deelnemers een diploma. Proficiat allemaal en op naar de volgende zomer.

## Roken. Wat kan wel en niet bij Lunet?



In Nederland zijn er regels over waar je mag roken binnen de gezondheidszorg.

### **Deze regels zijn er ook voor:**

- Alle Lunet medewerkers.
- Cliënten die wonen, werken en dagbesteding hebben bij Lunet.
- Bezoek.

### **Waar mag je niet (meer) roken bij Lunet?**

- Op een plek waar mensen komen die niet roken.
- Bij de ingang van een gebouw of buiten bij een openstaand raam.
- Onder een afdakje van een gebouw.
- In een fietsenstalling of een afdak voor wasgoed.

### **Er zijn een paar uitzonderingen waar je wel nog mag roken.**

- Cliënten mogen in hun eigen kamer roken, als dit is afgesproken met Lunet.
- Buiten op het terrein van Lunet.
- Op rookplekken buiten op het terrein van Lunet.

Heb je vragen over roken bij Lunet? Bespreek dit dan met de cliëntbegeleider.

## Circus in de Zorg op Donksbergen

Op 26 oktober was 'Circus in de Zorg' op woonpark De Donksbergen. Er waren 3 prachtige voorstellingen. Het bedrijf ASML en theater De Schalm uit Veldhoven heeft dit allemaal mogelijk gemaakt. Dankjewel.



## Tips van de Medicoaches



In de week van 8 t/m 15 november is het de 'Nationale week voor de Mediawijsheid'.

Dit jaar is het thema 'Gezond met je scherm'.

Hoe deel jij je schermtijd in, zodat jij je er nog goed en gezond bij voelt?

Media en beeldschermen zijn de hele dag om je heen.

Op je telefoon, computer, game-scherm, televisie.

Media kunnen prikkelen, je in beweging brengen, je aan het denken zetten, je verbinden met anderen en zorgen voor ontspanning.

Maar media kunnen ook zorgen voor veel onrust, verslavend werken en op termijn zelfs allerlei klachten veroorzaken.

Hoe deel jij je schermtijd zo in, dat jij je er nog goed en gezond bij voelt?

Meer weten, erover praten of leren? Neem gerust contact op met ons!

**[Mediacoach@lunet.nl](mailto:Mediacoach@lunet.nl)**



**Gezond scherm gebruik?  
Hoe vaak zit jij op je telefoon, tablet  
of computer?  
Of kijk je vaak televisie?**

**Ga eens met met  
elkaar in gesprek!**

- Hoeveel uur per dag zit jij op je telefoon, tablet of computer? Hoeveel uur televisie kijk jij per dag? Vind jij dat te veel?
- Welke apps gebruik jij het meeste?
- Heb jij meldingen van apps aanstaan? Als je een melding krijgt op je telefoon, kijk je dan meteen?
- Waarom vind jij het fijn om met je telefoon, tablet, computer bezig te zijn?
- Kan jij een tip bedenken voor iemand die te veel schermtijd heeft?

**Wil je iets  
veranderen aan je  
schermgebruik?**



- Maak afspraken met jezelf over jouw schermgebruik. Probeer jezelf hier een week aan te houden. Als het goed gaat, kan je het vaker doen.
- Zet meldingen van apps op je telefoon uit. Je kan ook je telefoon wegleggen of je geluid afzetten.
- Leg je telefoon voor het slapen gaan ergens anders. Zo zorg je voor een goede slaap.
- Gebruik een scherm tegelijk. Zit je op je telefoon? Zet dan de televisie uit.
- Praat erover met je vrienden, huisgenoten of begeleiding. Maak samen afspraken over jullie schermgebruik. Zo kan je elkaar ook helpen bij een gezond schermgebruik!

Vragen, Leren, Praten? [Mediacoach@lunet.nl](mailto:Mediacoach@lunet.nl)





## Leuke Leercentrum Tips

Meer informatie of leren hoe je met de trein kan reizen? Dat kan nu op de speciale trein website van Steffie. Je leert er meer over hoe de NS- app werkt en je kan online een treinreis oefenen.

Ga naar: <https://trein.steffie.nl/nl>

## Samen werken aan duurzame zorg



Schoonmaken zonder schoonmaakmiddel, dat kan toch niet?

Zeker wel! En het is nog goed voor het milieu ook.

Veel schoonmaakmiddelen bevatten giftige stoffen die slecht voor het milieu zijn.

Vooraf dieren en planten die in het water leven (zoals vissen) kunnen hier last van hebben.

Daarom gebruiken steeds meer mensen de micro-vezel techniek, ook binnen Lunet.

Met het gebruik van deze doek heb je geen schoonmaakmiddel nodig.



Wil je leren om met de microvezeltechniek te werken? Neem dan gerust contact op met het Leercentrum van Lunet.

Zij kunnen jou precies leren hoe je moet schoonmaken zonder schoonmaakmiddel.

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



## Word jij onze 'Aanpakker bij Lunet'?

Ga naar: [www.lunet.nl/werken-bij/vacatures-clienten](http://www.lunet.nl/werken-bij/vacatures-clienten)



## Kerstmarkt op Eckartdal

Op vrijdag 20 december tussen 10 uur en half 3 is er weer de Kerstmarkt op woonpark Eckartdal.

In en rondom de boerderij is vanalles te beleven, te proeven - lekkere oliebollen en wafels - en te kopen, zoals vogelhuisjes, kaarsen en kerstkaarten.

Tussen 10 en 12 uur is de Kerstmarkt prikkelarm. Van 12 uur tot half 3 is er muziek.

We zien je graag op onze



## Kersttocht op De Donksbergen

Op donderdag 12 december is het weer zover: de jaarlijkse, betoverende en magische Kersttocht op woonpark De Donksbergen.

Tussen 5 en 8 uur 's avonds ben je welkom om samen de échte kerstsfeer te beleven.

Maak kennis met Maria, de Drie Koningen, wegwijzensgelen, en een vrolijke groep herders met hun schapen.

Dat kan te voet of met een gezellig ritje in wagen getrokken

Kerstmarkt .

door een paard.  
Wie wil dat nou niet?



## Leuke Leercentrum Tips

Een super leuke webapp tip voor op je computer, tablet of telefoon. In de app staan korte leeractiviteiten over deze thema's:

- Digitale vaardigheden
- Taal & Cultuur
- Geld & Rekenen
- Gezond & Veilig werken
- Prettig samenwerken

Ga naar: <https://werk-portal.nl/festival/#/>

## Agenda

7 december

Dag van de Vrijwilliger

---

8 december

Kunst en Ko op Feelgoodmarket in Eindhoven

---

12 december

Kersttocht De Donksbergen (van 17.00 - 20.00 uur)

---

20 december

Kerstmarkt Eckartdal (van 10.00 - 14.30 uur)

## 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?



Ga naar: [www.lunet.nl/caren](http://www.lunet.nl/caren)

## Heb je een probleem of klacht?

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



Nieuws voor jou



Lunet

## Deze nieuwsbrief op papier?

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

## Openingstijden De Herberg aangepast



Kom je ooit op Eckartdal, dan ben je zeker ook weleens in De Herberg geweest.

Je kunt er lekker eten, koffiedrinken, andere mensen ontmoeten en er zijn veel vrijetijdsactiviteiten.

De openingstijden van De Herberg zijn veranderd.

Kijk maar hieronder.

Maandag	09.00 - 18.00 uur
Dinsdag	09.00 - 18.00 uur
Woensdag	09.00 - 19.00 uur
Donderdag	09.00 - 18.00 uur
Vrijdag	09.00 - 21.00 uur
Zaterdag	09.30 - 18.00 uur
Zondag	09.30 - 18.00 uur

**De vrijetijdsactiviteiten in de avond in De Herberg gaan gewoon door.**

## 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.*

*Wil je deze nieuwsbrief elke maand persoonlijk ontvangen? Meld je aan via [www.lunet.nl](http://www.lunet.nl)*

*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)*