Contactgroep **PARK IN DE ZON** **regio KEMPENLAND**: **Turnhout-Herentals-Geel**
Afdeling van de Vlaamse Parkinsonliga

Dinsdag 20 oktober 14 u: Wandeling op rolstoelpad + praatcafé: Floreal:
Herentalsesteenweg 64, Lichtaart: Afspraak voor onze maandelijkse wandeling met onze gemoedelijke lotgenotenbabbel achteraf. Op deze wandeling kan u de door ons aangekochte **ALINKER DRIEWIELSTAPFIETS** terplaatse uittesten en wordt dan toegelicht hoe deze Alinker door de leden kan worden gehuurd om thuis over een langere periode te testen.



Daar Floreal 2 weken gesloten is moeten we onze planning aanpassen.

Dinsdag 3 november 14 u: Wandeling op verharde wandepaden + praatcafé:
het GIELS BOS, Vosselaarseweg 1 GIERLE, is aan het rond punt ten noorden van de E34 afrit Beerse, naar rechts richting Vosselaar, na ongeveer 500 m, aan de lichten linksaf. Parkeer na 100 m op de hoofdparking rechts van de inrit, of voor rolstoelgenbruikers op de parking aan de taverne De Stroom 400 m verder rechts.
Na de wandeling is er in het Giels Bos een praatcafé, waar we kunnen bijbabbelen.
Vooraf inschrijven per mail monique@parkindezon.be (of indien geen mail 0479/482049).

Dinsdag 17 november 14 u: Voordracht: Floreal Herentalsesteenweg 64, Lichtaart
Voordracht en praktische infosessie: door Rik Mercelis: **De online overheid en ik.**



Rik Mercelis leidt je graag doorheen het, soms complexe, digitale bos.
Rik is docent ICT bij o.a. Thomas More, HIK en LBC.
Zijn missie is: mensen digitaal sterker, zelfzekerder en veiliger maken.
Rik is ook werkzaam als Cyber Crime Preventie Adviseur voor de Politie.
De overheid digitaliseert haar dienstverlening in sneltempo, maar veel mensen voelen zich verloren in deze digitale doolhof. Tijdens deze workshop krijg je **een heldere introductie tot e-government** en **leer je stap voor stap** werken met de belangrijkste online overheidsplatformen en apps.

Ontdek **hoe je veilig inlogt**, meldingen doet en allerlei voordelen aanvraagt. **Hoe onderteken je een document digitaal**? Platformen zoals MyGov.be, Itsme en Mijn Burgerprofiel komen aan bod, en ook thema's zoals energieverbruik, sociale zekerheid en gezondheid.
Verder besteden we aandacht aan **privacy en veiligheid**. Hoe kan je eenvoudig contact opnemen met overheidsdiensten? Ontdek het tijdens deze sessie en zet een stap vooruit in je digitale vaardigheden!
Vooraf inschrijven per mail monique@parkindezon.be (of indien geen mail 0479/482049).

Hou volgende datums vrij in uw agenda: detailinfo en inschrijving volgen later
Zondag 13 dec 12 u: KERSTFEEST
Di 15 dec: rolstoelwandeling

Bezoek onze eigen WEBSITE met ACTUELE INFORMATIE en FOTO'S:
www.parkindezon.be , die door Filip Van Dyck verzorgd wordt.

Onze eigen BIBLIOTHEEK van de contactgroep PARK IN DE ZON:
Al vele jaren heeft PIDZ interessante boeken i.v.m. Parkinson aangekocht en verzameld.
Onze leden kunnen deze boeken **gratis uitlenen voor een maand mits een waarborg van 5 euro, mits een correcte aanvraag liefst per mail (of per telefoon)**. Boekenlijst op onze website.
Het aangevraagde boek kan dan worden afgehaald op een bijeenkomst en kan de maand nadien worden ingeleverd op onze bijeenkomst. Ons bestuurslid en penningmeester Denise Sys beheert onze bibliotheek: sysdenise@gmail.com en 0497/364846.

VASTE ACTIVITEITEN:

- **G-AQUAGYM:** Netepark, Vorselaarsebaan 56, Herentals: VANAF 14 SEPTEMBER: iedere dinsdag: 18u tot 18u50 en iedere vrijdag**:** 15u30 tot 16u20.
- **CARE TO DANCE: BEWEGEN OP MUZIEK:** Schorvoortstraat 53, Turnhout iedere maandag 11u tot 12u**.** Begeleiding door Margriet Middel.
- **PARKI-PETANQUE:** PC Technico, Smiskensstraat 45, Turnhout**.**
  Vanaf nu altijd 1 ste vrijdag van de maand.
- **PARKI-BOKS:**
  - elke maandag van 17u30 tot 18u30
    Sportcampus Stadspark Turnhout, Steenweg op Tielen 3, 2300 Turnhout
  - elke vrijdag van 10u30 tot 11u30
    Sporthal De Hoogt, De Hoogt 20, 2360 Oud-Turnhout

Datums, activiteiten, contactgegevens staan per rubriek op onze EIGEN website
www.parkindezon.be

NEVENACTIVITEITEN georganiseerd door andere organisaties i.v.m. parkinson:
De Parkinsongroep Balen organiseert een driedaagse"PARKINSON IN JE LEVEN"
IN DE KRUIERIJ in BALEN, Beverdingsstraat 1. Zie flyer in bijlage.
vrijdag 23 oktober: voordracht door dr Clerinckx, neuroloog Turnhout
zaterdag 24 oktober: infostandjes en activiteiten, muziek, film TEAM RUDY
zondag 25 oktober: standenmarkt, demo's.