



Het Mik Park en zijn Betekenis

Het **Mik Park**, gelegen in het hart van **Brasschaat**, heeft een rijke geschiedenis die teruggaat tot de oprichting in de vroege jaren '70. Oorspronkelijk ontwikkeld als een ontspanningsruimte voor gezinnen, heeft het park in de loop der jaren zijn rol verder uitgebreid. Het park biedt een serene omgeving waar mensen kunnen samenkomen, ontspannen en genieten van de natuur, wat essentieel is voor de geestelijke gezondheid van de gemeenschap.

Een bijzonder kenmerk van het Mik Park is het grote houten **golembeeld** dat er nu 15 jaar staat. Dit indrukwekkende kunstwerk, dat uit hout is vervaardigd, vertegenwoordigt niet alleen de culturele identiteit van de regio, maar ook diepere thema's. Het beeld is een krachtig symbool van verdriet en herstel, en speelt een cruciale rol in het verwerkingsproces

van collectief en individueel verlies. In de loop der jaren hebben lokale bewoners rituelen ontwikkeld rond dit beeld, waardoor het een belangrijke plaats is geworden voor herdenking en contemplatie.

De architectuur van het golembeeld is een opmerkelijke combinatie van traditie en moderne kunst, hetgeen het nog betekenisvoller maakt voor de gemeenschap. Het is zorgvuldig ontworpen om niet alleen visueel aantrekkelijk te zijn, maar ook emotionele diepgang te bieden.

Zorgeloze Zaterdag: Een Dag van Verbinding

Op 5 oktober 2024 vond de '**Zorgeloze Zaterdag**' plaats in het Mik Park, een evenement dat ter gelegenheid van de tiendaagse van de geestelijke gezondheid werd georganiseerd. Dit initiatief had als doel om mensen samen te brengen, hen te informeren over geestelijke gezondheid en hen te voorzien van een platform om verbinding te maken. De keuze voor deze naam, 'Zorgeloze Zaterdag', weerspiegelt niet alleen het streven naar een zorgvrij moment, maar ook de noodzaak om aandacht te besteden aan emotioneel welzijn in onze drukke levens.

Zorgeloze Zaterdag was niet alleen bedoeld als vermaak, maar ook als gelegenheid om het belang van geestelijke gezondheid en welzijn onder de aandacht te brengen. De activiteiten waren ontworpen om de dialoog over mentale gezondheid te bevorderen en stigma's te doorbreken. Het evenement bood informatie over beschikbare hulpbronnen en steun, wat voor veel bezoekers een welkome aanvulling was. Het was een dag die de boodschap van hoop, solidariteit en verbinding uitdroeg, en die hielp om een ruimte te creëren waar mensen zich veilig voelden om hun ervaringen te delen.

Het Verhaal van Jan Jacquemyn

Tot gisteren kende ik **Jan Jacquemyn** niet. Hij heeft me op een aangename manier laten kennis maken met zijn project. Na wat onderzoekwerk online kwam ik meer te weten over zijn doel. Vandaar dat ik de moeite heb genomen om een blog te schrijven. Zoals je weet helpt AI

mij altijd en dit keer is het niet anders.

Jan Jacquemyn heeft altijd een sterke verbinding gehad met zijn vrienden, maar de dood van een dierbare vriend, die overleed aan een spierziekte, markeerde een keerpunt in zijn leven. Deze tragische gebeurtenis bracht niet alleen een diep gevoel van verlies met zich mee, maar ook een nieuwe kijk op herinnering en hoop. Jan vond het cruciaal dat de geest van zijn vriend voortleefde, en dit inzicht leidde tot de oprichting van het **golempad** in het Mik Park. Dit pad werd een plek waar herinneringen konden worden gekoesterd en waar anderen hun verdriet konden delen.

De spierziekte die zijn vriend verging, beïnvloedde niet alleen zijn dagelijks leven, maar ook dat van Jan. Het proces van rouwverwerking raakte hem diep, en hij beseftte dat het delen van zulke verdrietige ervaringen verlichting kan bieden, niet alleen voor hemzelf, maar ook voor anderen die soortgelijke verliezen hebben ervaren. De creatie van het golempad vertegenwoordigt Jan's vastberadenheid om het verhaal van zijn vriend levend te houden. Het pad is inmiddels uitgegroeid tot een invloedrijke plek in de gemeenschap, waar velen samenkomen om te reflecteren op verlies en om hoop te vinden in de verhalen van anderen.

Door zijn persoonlijke ervaring met verdriet en de daaropvolgende creatie van het golempad, inspireert Jan niet alleen zichzelf maar ook anderen om openhartig te zijn over hun verliezen. De golem is niet alleen een visueel opvallend object, maar het bevat ook een brievenbus waarin bezoekers hun gevoelens en gedachten in de vorm van brieven kunnen deponeren. Deze interactie met het kunstwerk biedt een krachtige catharsis; het schrijven van een brief kan fungeren als een uitlaatklep voor verdriet en kan helpen bij de verwerking van pijnlijke ervaringen.

Bezoekers aan het park hebben gemeld dat het delen van hun verhalen in de brievenbus hen een gevoel van opluchting heeft gegeven. Het idee dat anderen misschien hetzelfde ervaren, creëert een gevoel van verbondenheid. Door hun verdriet op papier te zetten, voelen zij vaak een verbetering in hun geestelijke toestand. Deze stap naar het uiten van hun emoties kan een belangrijke schakel zijn in hun herstelproces. Het bespreken van verlies, of dit nu in schriftelijke vorm of in gesprek is, kan helpen om de heftige gevoelens van verdriet te normaliseren en te verminderen.

De houten golem is meer dan slechts een kunstwerk; het is een baken van hoop en een reminder dat het kiezen voor verlies ook kan leiden tot persoonlijke groei. De reacties van bezoekers variëren van dankbaarheid tot inspiratie, waarbij velen aangeven dat het zien van de brievenbus hen aanmoedigt om hun eigen emoties te verkennen en te omarmen. In dit gezamenlijk proces van rouw en herstel biedt de houten golem niet alleen een plek voor verdriet, maar ook voor hoop en gemeenschap.

Get in touch

De Mik Gallerij

Het Mik park is vlakbij en ik kom er graag om foto's te maken of om te wandelen. Dit is een kleine selectie van mijn foto's genomen door de jaren heen.















Algeol-Francis



Algeol-Francis Photo Agency
www.algeol.fr





Algoet Francis Photography





Algoet Francis -> info@algoet.com









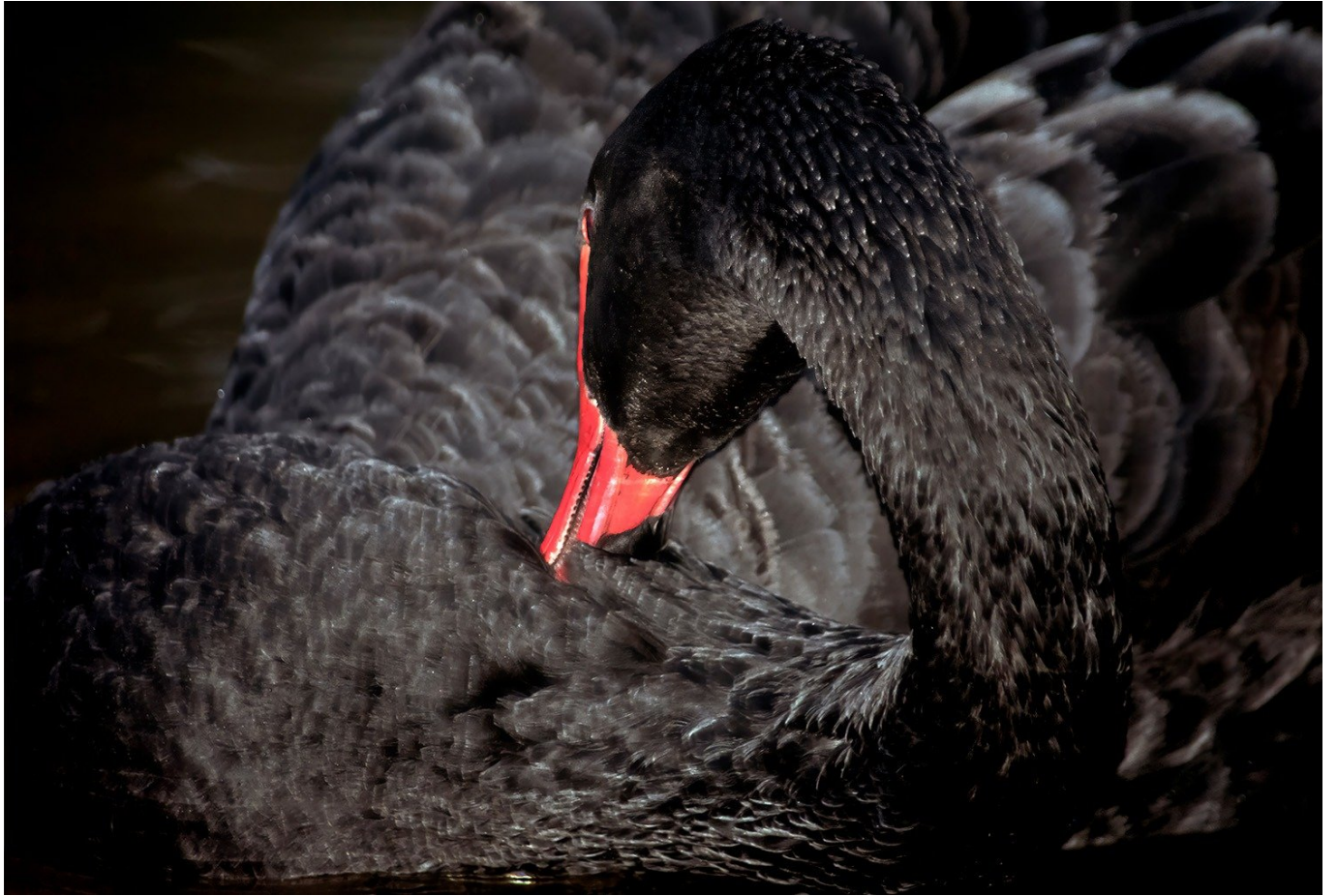


Algoet Francis info@algoet.com











Algoet Francis info@algoet.com





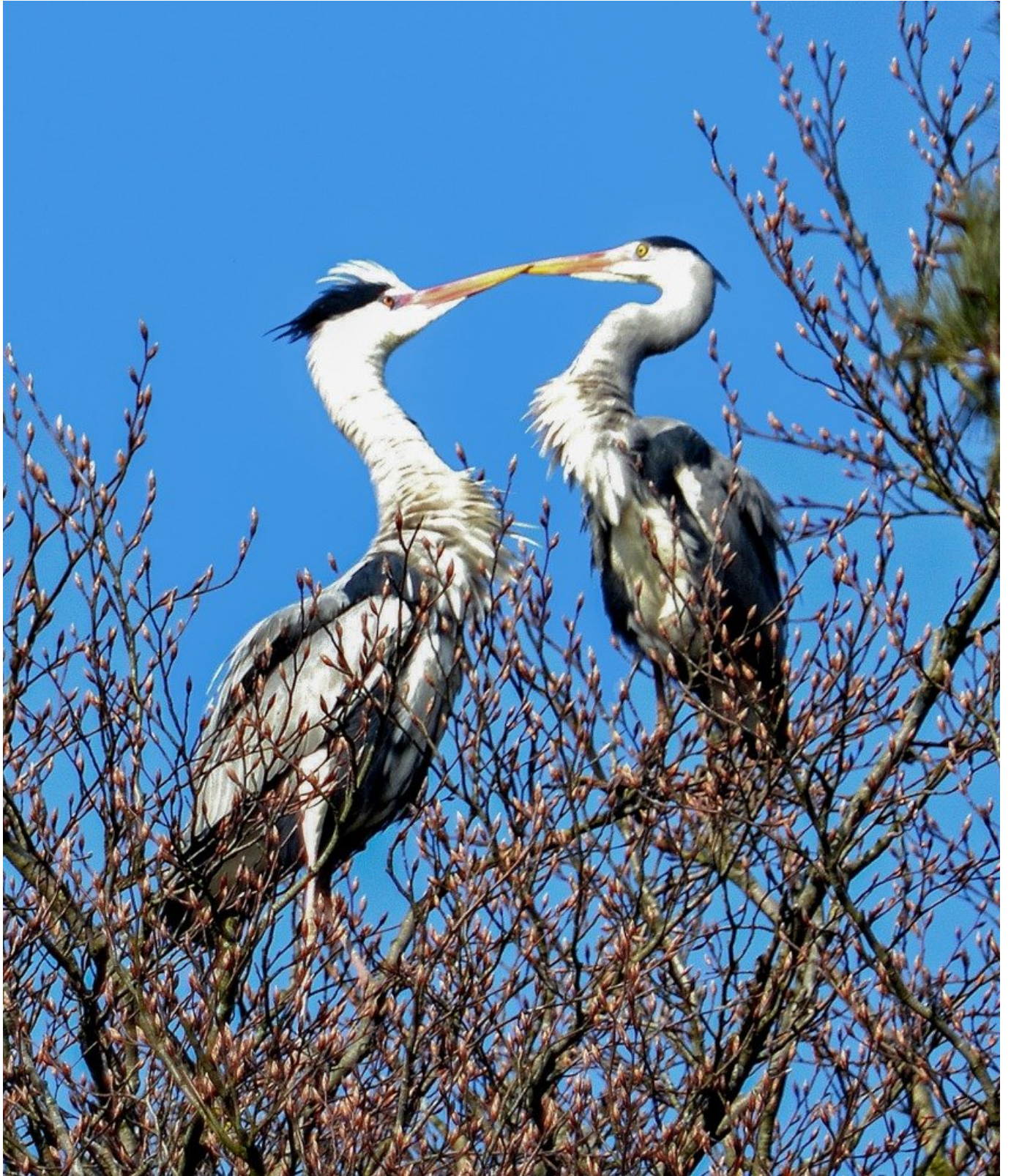


























Algoet Francis info@algoet.com

