



Rode Kruis  
Zuidelijk Zuid-Limburg

## **Nieuwe HotSpot Maastricht van start!**

*Mooie samenwerking Steunpunt Mantelzorg en Maastricht Culinair*

HotSpots zijn kookclubs voor jonge mantelzorgers. Je bent een jonge mantelzorger als je (mee)zorgt voor een langdurig ziek of gehandicapt gezins- of familielid. Dit kan een van je ouders zijn, je broer of zus of een opa of oma. Veel jongeren vinden het fijn om andere jonge mantelzorgers te leren kennen en ervaringen te delen. Daarom organiseert het Steunpunt Mantelzorg samen met de leden van Maastricht Culinair de 'HotSpots', kookclubs voor jonge mantelzorgers. Want waar kun je elkaar op een ontspannen en leuke manier leren kennen? In de keuken en gezellig aan tafel natuurlijk!

Een 'HotSpot' bestaat uit 5 kooklessen van 2 uur. Je kunt deelnemen als je tussen de 12 en 18 jaar oud bent. Je krijgt les van de koks van de volgende restaurants: Château Neercanne, Beaumont, Le Courage, Molo 5 en barsserie Appart. Natuurlijk wordt na het koken gezamenlijk genoten van alle zelfgemaakte gerechten. De kookclub wordt begeleid door Tanja Goessen, consulente 'Jonge Mantelzorgers', en start op 20 september aanstaande van 17.00 tot 19.00 uur.

### **Meer informatie en aanmelding**

Ben je een jonge mantelzorger of ken je een jongere in een zorgsituatie die graag andere jonge mantelzorgers wil ontmoeten en wil leren koken in een toprestaurant? Meld je dan aan of verwijst de jongere door naar het Steunpunt Mantelzorg Rode Kruis ZZL. Tanja Goessen neemt dan op korte termijn contact met je op. Aanmelding kan via een e-mail naar [t.goessen@voormantelzorgers.nl](mailto:t.goessen@voormantelzorgers.nl) of per telefoon op werkdagen van 8.30 – 12.30 uur 043-321 50 46. Aan deelname zijn geen kosten verbonden!

maastricht  
*Culinair*  
pure verwennerij...