



GENOTEN VAN DE DAG VAN DE MANTELZORG

In november 2022 hebben we de Dag van de Mantelzorg in het klein gevierd door u een attentie per post op te sturen. We hebben u toen beloofd om in het voorjaar van 2023 deze viering alsnog te laten plaatsvinden.

Zaterdag 3 juni was het eindelijk zo ver! Samen hebben we genoten van een feestelijke lunch op drie prachtige locaties: De Holle Eik (Houthem), Stayokay (Maastricht) en Centrum de Grous (Stein). Heel fijn om eindelijk weer met zo'n grote groep samen te kunnen zijn na de Corona-periode! Er werd volop uitgewisseld met elkaar en heerlijk gegeten.

Wij hebben jullie aanwezigheid zeer gewaardeerd. Wij kijken terug op een fantastische dag en wij hopen u ook!



CONTACTGROEP DEMENTIE VALKENBURG

Dementie heeft een grote impact op het leven van uw naaste, maar ook op dat van u als mantelzorger. Zorgen over de toekomst, het verloop van de ziekte, onbegrip vanuit de omgeving, het accepteren van zorg, maar ook het verlies van de persoon die hij/zij ooit was, zijn vaak van grote invloed op het welzijn van u als mantelzorger.

In de contactgroep kunt u ervaringen en tips delen met mantelzorgers die in een zelfde situatie verkeren. U bent van harte welkom in deze groep.

Iedere 1e woensdag van de maand, van 10.00 tot 11.30 uur in de Heuvellandbibliotheek, Berkelplein 99 in Valkenburg.

De groep wordt begeleid door de mantelzorgconsulent Lilian Frusch.



BIJEENKOMST: EENZAAM, MAAR NIET ALLEEN!

Ieder mens kan zich wel eens eenzaam voelen. Meer dan een miljoen Nederlanders voelt zich zelfs sterk eenzaam. Het gaat daarbij niet alleen om mensen die alleenstaand zijn.

Eenzaamheid kan iedereen overkomen, ook mensen met een partner, gezin of vrienden, van jong tot oud. Aan eenzaamheid kun je meestal wel wat doen. Er is echter geen standaardoplossing omdat eenzaamheid voor iedereen anders is.

Tijdens de bijeenkomst 'Eenzaam maar niet alleen!' zullen Lilian Frusch (mantelzorgconsulent) en Remco Vijgeboom (beweegmakelaar) vertellen wat eenzaamheid is, wat de gevolgen kunnen zijn en wat je eraan kunt doen.

Deelname aan deze bijeenkomst is gratis. De bijeenkomst vindt op maandag 10 juli van 14:00 tot 16:00 uur, in 't Heimgeveul Oosterbeemd, Wethouder Paulssenlaan 8, Valkenburg.

Voor meer info: Lilian Frusch (mantelzorgconsulent Steunpunt Mantelzorg Zuid), 06-83668181.





WIJ GAAN VERHUIZEN

ONTMOETINGSPLEK MANTELZORGERS' Wittevrouwenveld

Per 3 juli 2023 gaan wij naar TREFCENTRUM Wittevrouwenveld (op de eerste verdieping, Harmonie zaal), Edisonstraat 4, 6224 GK Maatsricht.

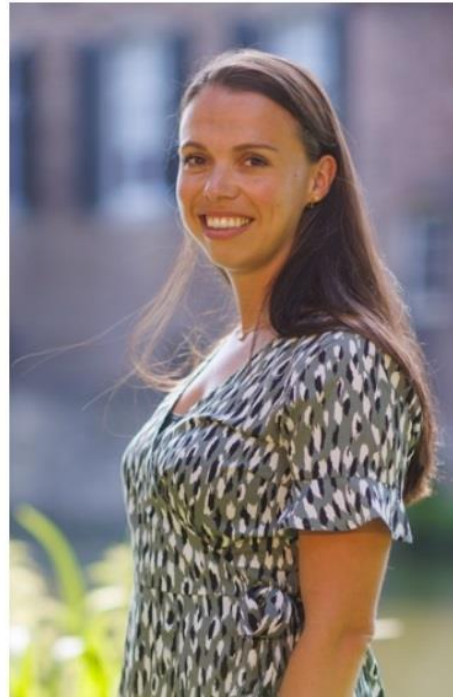
U bent van harte welkom: iedere eerste maandag van de maand van 14.00-16.00 uur

Bent u mantelzorgster en wilt u even zorgeloos iets voor uzelf doen? Of wilt u buurtgenoten ontmoeten die ook mantelzorgers zijn?

De ontmoetingsplek is een gezellige plaats waar u als mantelzorgster uw naaste, voor wie u zorgt, een paar uurtjes met een gerust hart naar toe kunt brengen. Of jullie komen samen om gezellig bij te kletsen met andere mantelzorgers uit de buurt. Alles is goed.

Enthousiaste vrijwilligers staan klaar om een praatje te maken met een lekker kopje koffie en wat lekkers. Steunpunt Mantelzorg Zuid is aanwezig om vragen te beantwoorden.

Wilt u meer informatie? Dan kunt u altijd mailen naar info@mantelzorgzuid.nl of bellen met 043-3215046.



AFSCHEID VAN TANJA EN RIANNE

Een andere baan...

Wat voelt het vreemd en dubbel om na 15 jaar als mantelzorgconsulent te hebben gewerkt, te moeten vertellen dat ik per 1 september het steunpunt ga verlaten. Ik ga starten met een nieuwe opleiding tot systeemtherapeut (relatie- en gezinstherapeut) en heb een opleidingsplek gevonden bij het GiB, Gezin in Beweging. Natuurlijk heb ik hier veel zin in, maar het betekent ook dat ik afscheid moet noemen van heel veel mooie mensen. En dat doet best een beetje pijn.

Allereerst moet ik afscheid nemen van jullie, mantelzorgers. Wat heb ik veel geleerd van jullie! Ik wil jullie bedanken voor jullie openheid, mooie en indringende verhalen, jullie wijsheid en ook jullie vertrouwen. Met speciale aandacht voor alle jonge mantelzorgers. Super fijn om jullie te leren kennen en met jullie te mogen optrekken! Ik neem alle ervaringen van de afgelopen 15 jaar mee in mijn verdere leven, maar ook in mijn nieuwe werk als therapeut. Ook wil ik via deze weg onze vrijwilligers en coaches bedanken. Dankzij jullie kon en kan de mantelzorger vaak even op adem komen door de zorg tijdelijk over te nemen. Daarnaast wil ik alle samenwerkingspartners bedanken en natuurlijk ook mijn lieve collega's. Jullie hebben er mede voor gezorgd dat ik zo lang met zo veel plezier bij het steunpunt hebt gewerkt!

Ik wens jullie het beste en veel succes met al het mooie werk op welk vlak dan ook!

Lieve groet, Tanja

Hee allemaal,

Een aantal maanden geleden heb ik de overstap gemaakt van vrijwilligerscoördinator naar de functie van mantelzorgconsulent. Inmiddels is er een nieuwe uitdaging op mijn pad gekomen. Per augustus ga ik het Steunpunt verlaten. Ik ga dichterbij huis aan de slag. Hier ga ik me inzetten voor de integratie van Oekraïense vluchtelingen. Een andere mooie maatschappelijke bijdrage.

Via deze weg wil ik dan ook alvast afscheid van jullie nemen.

Allereerst van onze vrijwilligers. Ik vind jullie namelijk stuk voor stuk enorm mooie mensen. Welke rol je ook op je neemt, die van ziekenbegeleiding, de structurele inzet, de palliatieve terminale zorg of als coach. Jullie maken tijd vrij voor een ander, staan voor iedereen klaar, zijn zorgzaam, enthousiast en eigenlijk is jullie nooit iets te veel.

Daarnaast ook een dankjewel aan alle mantelzorgers met wie ik mee heb samengewerkt. Voor de mooie gesprekken, openhartigheid en het vertrouwen.

Ik heb mooie persoonlijkheden mogen ontmoeten, geweldige gesprekken gevoerd en veel van jullie mogen leren. Dankjewel voor de fijne samenwerking. Wie weet tot ziens!

Groetjes,
Rianne



ANDERE ACTIVITEITEN

De komende weken/maanden staan er weer tal van activiteiten / bijeenkomsten op de planning. Welke dit zijn en waar ze plaatsvinden, ziet u op het overzicht. Klik daarvoor op onderstaande link.

[ACTIVITEITEN/BIJENKOMSTEN JULI EN AUGUSTUS](#)

VIP Uitnodiging!

Graag nodigen wij je uit voor onze **ONT - ZORG - MOET Dag** die gaat plaatsvinden op zaterdag 16 september 2023.

Op deze dag staan jullie, **MANTELZORGOUDERS**, centraal!
Wij doen er alles aan om jou als **VIP gast** te ontvangen en de hele dag te **ONT-ZORGEN!**

Waar en wanneer:

- Aankomst: Zaterdag 16 september om 9.00 uur
- Locatie P + R Maastricht Noord (gratis parkeren)

Van hier uit is er voor **speciaal vervoer** naar de feestlocatie gezorgd.

- NB: Er is op de locatie ten allen tijden iemand beschikbaar die je (onverhoopt) eerder terug naar de auto kan brengen.

Programma:

- Welkom en opening
- Workshop naar keuze
- Geheel verzorgde lunch
- Workshop naar keuze
- Afsluiting
- Het speciaal vervoer vertrekt weer rond 16.00/ 16.30 uur naar P + R Noord

Mail: info@stichtingoudersvoorouders.nl

T: 06-55397782

Kom je ook?

Bevestig even je aanmelding door een mail te sturen met je naam en telefoonnummer waarop je die dag bereikbaar bent.

Wij hopen je (wederom) te ontmoeten op zaterdag 16 september!



STICHTING OUDERS voor OUDERS



Deze NIEUWSBRIEF is een uitgave van steunpunt mantelzorg en verschijnt 1 keer per maand.

[Wil je reageren op een artikel? Klik hier.](#)