

Nieuwsbrief

Mantelzorgers

steunpunt
mantelzorg
zuid



Activiteiten Steunpunt Mantelzorg Zuid

De komende periode staan er weer tal van activiteiten/bijeenkomsten op de planning. Welke dit zijn en waar ze plaatsvinden, zie je in onze agenda op de website:

www.mantelzorgzuid.nl

Nieuwe mantelzorgconsulent

Mijn naam is Bart Leenders en sinds 22 september ben ik gestart als mantelzorgconsulent. Ik ben geboren en getogen in Maastricht en woon daar nog steeds samen met mijn partner Rachel. Vaak ben ik buiten te vinden, onder andere met onze hond Lucca, die mij dagelijks gezelschap houdt tijdens wandelingen. Daarnaast besteed ik mijn vrije tijd graag aan fotografie, fietsen en koken. Ik neem graag een positieve insteek mee in mijn werk: denken in mogelijkheden en oplossingen. Daarbij helpt het om af en toe met een vleugje humor naar situaties te kijken.

Mijn achtergrond als teamleider Wonen, Welzijn en Zorg bij Envida zie ik als een waardevolle aanvulling in mijn nieuwe rol. Deze ervaring helpt mij om mantelzorgers beter te begrijpen en te ondersteunen.

De eerste week was afwisselend en leerzaam, en heeft mij bijzonder goed befallen. Ik kijk ernaar uit om in deze rol verder te groeien en samen te werken aan de ondersteuning van mantelzorgers.



Save the date: Dag van de mantelzorg 2025

Dit jaar vieren we de dag van de mantelzorg niet op één dag.....

De hele week van 10 tot en met 16 november staat in het teken van jou!

We bieden in deze week verschillende leuke, creatieve én ontspannende activiteiten aan. Voor ieder wat wils. Als mantelzorger verdien je immers een moment voor jezelf!

In oktober ontvang je een aparte nieuwsbrief met daarin alle informatie omtrent de dag van de mantelzorg 2025.

Ontdek je talent – Maatjes on stage!

Op woensdag 1 oktober organiseren wij een inspirerende ochtend tijdens de Week van de Ontmoeting in Maastricht. De bijeenkomst is bedoeld voor mensen die het Steunpunt nog niet (goed) kennen en nieuwsgierig zijn naar de verhalen van vrijwilligers. Of misschien wil je wel je eigen talenten ontdekken. Vrijwilliger worden hoeft niet; het gaat vooral om ontmoeten, luisteren en gezellig samenkomen.

Wat kun je verwachten?

1. Echte verhalen – Drie vrijwilligers van het Steunpunt delen hun ervaringen als vrijwilliger.
2. Ontdek je talent – Een korte workshop helpt deelnemers ontdekken waar hun kracht ligt.
3. Ontmoeting – Een laagdrempelige kans om anderen te leren kennen.

Tijd: Van 10.00u tot 12.00u

Locatie: Mockstraat 1
6226 CA Maastricht
Derde verdieping, ruimte 322

Aanmelden via 043-3215046

via info@mantelzorgzuid.nl.



Meer informatie over onze vrijwilligers? Kijk dan op www.mantelzorgzuid.nl/vrijwilligers

Contactgroep dementie St. Pieter

Dementie heeft een grote impact op het leven van je naaste, maar ook op dat van jou als mantelzorger. Zorgen over de toekomst, het verloop van de ziekte, onbegrip vanuit de omgeving, het accepteren van zorg zijn vaak van grote invloed.

In de contactgroep kun je ervaringen en tips delen met andere mantelzorgers die in dezelfde situatie verkeren.

Datum: donderdag 2 oktober
Tijd: Van 11:15u tot 12:45u
Locatie: Buurtcentrum St. Pieter
Pastoor Kribsweg 14A
6212 BT Maastricht

Aanmelden via 043-3215046 via info@mantelzorgzuid.nl.

Training “Handig Helpen: Tips voor Mantelzorgers”

Het helpen bij dagelijkse activiteiten, zoals aankleden of verplaatsen, kan soms een uitdaging zijn. Daarbij is het ook belangrijk om op je eigen lichaam te letten. De training “*Handig helpen: tips voor mantelzorgers*” kan je daarbij helpen.

Datum: dinsdag 7 oktober
Tijd: Van 13:00u tot 16:00u
Locatie: Buurtcentrum St. Pieter
Pastoor Kribsweg 14A
6212 BT Maastricht

Er zijn géén kosten verbonden aan deze trainingen.

Aanmelden via www.envida.nl/inschrijfformulier-handig-helpen of via 043-3690610 (Envida Ledenservice).

Breincafé

Het Breincafé is een ontmoetingsplek voor mensen met een Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH). Zowel voor mensen met hersenletsel als voor hun naasten is het Breincafé dé plek om elkaar maandelijks te ontmoeten. Ook kun je hier je hart luchten en herkenning en erkenning vinden.

Vanavond is het thema "Osteopathie en hersenletsel" waarbij osteopaat Wien Verjans uitlegt wat behandeling voor de hersenen kan betekenen.

Datum: maandag 13 oktober 2025

Tijd: Van 19:00u tot 21:00u.

Locatie: Activiteitscentrum SGL
Symphoniesingel 60
6218 AA Maastricht

Aanmelden via 043-3215046 via info@mantelzorgzuid.nl.

Rouw- en verliesgroep Meerssen

Na het overlijden van je partner volgt er meestal een periode van rouw, groot verdriet en verlies van levensvreugde. Allemaal heel normale reacties na het overlijden van een dierbare. Steun door in gesprek te gaan met lotgenoten kan dan helpen. Deelnemers ervaren veel herkenning, begrip en troost, maar ook gezelligheid. Herken je je in deze situatie en zou je graag met gelijkgestemden spreken, meld je dan aan voor de rouw- en verliesgroep.

Datum: dinsdag 21 oktober 2025

Tijd: Van 14:30u tot 16:00u

Locatie: de Ketel
Pastoor Dominicus Hexstraat 70
6231 HG Meerssen

Aanmelden via joycewetzels10@gmail.com of telefonisch via 06-24956206 (*alléén op dinsdag of donderdag*).

Deze nieuwsbrief is een uitgave van Steunpunt Mantelzorg Zuid en verschijnt 1 keer per maand.

