

Nieuwsbrief vrijwilligers

steunpunt
mantelzorg
zuid



Match gezocht!

Voor een aantal hulpvragers hebben we helaas nog geen match gevonden. We kunnen niet meer alle openstaande hulpvragen in deze nieuwsbrief weergeven. Dus ben jij beschikbaar voor een nieuwe match of ben je nieuwsgierig welke hulpvragen er zijn? Klik dan op onderstaande knop voor het overzicht met alle openstaande hulpvragen.

[Openstaande hulpvragen](#)

Activiteitenkalender

Graag delen we onze activiteiten met jullie, zodat jullie al net zo enthousiast kunnen worden als wij! Klik op onderstaande knop voor het overzicht van alle activiteiten voor de komende periode:

[Activiteiten overzicht](#)

Mindfulnesswandeling met Anneloes

Op dinsdag 11 april is weer een Mindfulnesswandeling met Anneloes.

Wat gaan we doen?:

- Samen kennis delen
- Bewegen in de natuur
- Één zijn met de natuur
- Voelen wat dit met ons doet
- Verbinden met elkaar
- Kruiden die we tegen komen herkennen met hun geneeskrachtige werking

Tijd: 10:00u

Waar: We starten bij de parkeerplaats van de Nachtegaal:

Gemeentebroek 6

6231 RV Meerssen

Denk aan goede wandelschoenen! Het eerste stuk van de wandeling is even bergop (wat we langzaam doen) daarna blijven we op het plateau dat redelijk vlak is. Deelname is **gratis**.

Graag vooraf even aanmelden via onderstaande knop:

[Aanmelden](#)



Vrijwilligerscafé

Op 18 april organiseren we weer een gezellig café. We vinden het fijn je weer te zien en te spreken. Praat weer eens lekker bij met je collega vrijwilligers of deel je ervaringen onder het genot van een kopje koffie en met de gezelligheid van Annemie.

Tijd: 10:00u

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

Graag vooraf even aanmelden via onderstaande knop:

[Aanmelden](#)

Workshop Gesprekstechnieken

Op **16 en 23 april** organiseren we twee workshops over gesprekstechnieken. Tijdens deze bijeenkomst leer je als vrijwilliger hoe je het beste een gesprek gaande kunt houden. Welke vragen kun je stellen? Mogen er stiltes vallen? Wat kan ik bespreken als ik een inzet heb? Allemaal aspecten die tijdens deze interactieve workshops aan bod komen.

In principe geef je je dus op voor beide workshops die bij dat thema horen, aangezien een volgende workshop doorgaat op het onderwerp uit de vorige workshop.

Deze activiteit zal worden begeleid door mantelzorgconsulenten Jociene Rose en Katja Jeurissen.

Tijd: 10.00u - 12.00u

Waar: Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht
Derde verdieping, ruimte 224

Aanmelden kan t/m 29 maart via onderstaande knop:

[Aanmelden](#)

Themabijeenkomst aangifte Inkomstenbelasting 2023

Wij organiseren op **dinsdag 9 april** een informatieve avond over de zorgkosten aangifte Inkomstenbelasting 2023. Vragen rondom het verwerken van de ziektekosten, fiscaal partnerschap, eigen woning en vermogen in de aangifte Inkomstenbelasting 2023 worden besproken.

Gastspreker is belastingadviseur **Jean-Pierre Zuegers** en hij is aangesloten bij het Register Belastingadviseurs.

Handig: Geef je eigen specifieke vraag door bij aanmelding dan profiteer je optimaal van deelname aan deze bijeenkomst.

Aanmelden kan via onderstaande knop of per telefoon 043 - 321 50 46.

Let op: er kunnen maximaal 30 mensen deelnemen. En vergeet niet uw eventuele vraag door te geven.

Tijd: 19.30 - 20.30 uur

Waar: Mockstraat 1, 6226 CA te Maastricht

Derde verdieping, ruimte 322

Druk op de bel rechts naast de voordeur, knop '322'.

[Aanmelden](#)

Signaalpunt Maastricht tegen eenzaamheid

Maak jij je zorgen over iemand die eenzaam lijkt? Of ben je zelf eenzaam? En weet jij niet wat je kunt doen of waar je terecht kan? Neem gerust contact met het Signaalpunt Maastricht tegen eenzaamheid op en zij helpen je verder.

Hoe werkt het?

Deel je zorgen met een medewerker van Humanitas. Vul het contactformulier in op hun [website](#). Of bel direct naar telefoonnummer 06-51088753. Samen gaan zij aan de slag om de situatie te verbeteren.

Wat kan ik doen?

Een klein gebaar kan het verschil maken. Heb aandacht voor de ander en probeer de signalen te herkennen en ga het gesprek aan. Bekijk de [website](#), voor het herkennen van de signalen en tips om het gesprek aan te gaan.



Terugblik wandelen met Sjef

Op dinsdag 5 maart stond weer een wandeling met Sjef op het programma! Het was er weer een gezellige wandeling met Sjef. Een mooie wandeling in en rondom Berg en Terblijt. De foto's spreken wederom voor zich!



Terugblik Dela Workshops 'de Uitvaartzorg'

In maart zijn we begonnen met een nieuwe vorm van scholing waarbij we iedereen maand 1 thema hebben, maar dan verdeelt over meerdere workshops zodat we ook de diepte in kunnen gaan bij een onderwerp. De Uitvaartzorg was deze maand het thema en het was verdeelt over 3 workshops. De eerste workshop stond in het teken van 'Een overlijden, en nu?'. De tweede workshop ging over 'Samenleven met de dood' en de reeks workshops werd afgesloten met een bezoek aan het crematorium. Via deze weg danken wij Susanne Rongen van de Dela voor de leerzame en mooie workshops! Zie hieronder enkele foto's voor een sfeerimpressie:





Annemie Wagemans

Administratief medewerker

Telefoon:
06-22111780

E-mail:
a.wagemans@mantelzorgzuid.nl

Werkdagen:
Ma, di en do

Karin Balkestein

Coördinator Vrijwilligers

Telefoon:
06-23489010

E-mail:
k.balkestein@mantelzorgzuid.nl

Werkdagen:
Ma, di, do en vrij

Tim Gijzen

Coördinator Vrijwilligers

Telefoon:
06-16031862

E-mail:
t.gijzen@mantelzorgzuid.nl

Werkdagen:
Ma ochtend, di, woe, do en vrij



Copyright © 2024 Steunpunt Mantelzorg Zuid, All rights reserved.

Want to change how you receive these emails?
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

This email was sent to tim.gijzen@envida.nl
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)
Steunpunt Mantelzorg Zuid · Mockstraat 1 · Maastricht, Limburg 6226 CA · Netherlands



