

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

Wist je dat...

- het Steunpunt een nieuwe flyer voor de Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) heeft?
- het Steunpunt ook een nieuwe [video](#) over de VPTZ heeft?
- de VPTZ wordt ingezet in de gemeenten Maastricht, Meerssen en Valkenburg aan Geul?

We zijn tevens nog op zoek naar meer vrijwilligers voor de VPTZ. Dus heb jij of ken jij iemand die affiniteit heeft met dit vakgebied? Sluit je aan bij ons team van vakkundige vrijwilligers! Meer informatie? Neem dan contact op met onze vrijwilligerscoördinator Tim Gijzen: t.gijzen@mantelzorgzuid.nl of 06-16031862.



Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg

Palliatieve terminale zorg is de zorg voor mensen voor wie geen genezende behandeling meer mogelijk is en die zich in de laatste fase van hun leven bevinden. In deze levensfase is de zorg vaak intensief. Naast de zorg door naasten en professionals kan er behoefte zijn aan extra ondersteuning. Denk daarbij aan praktische hulp, aandacht, een luisterend oor. De vrijwilligers palliatieve terminale zorg kunnen hierin van betekenis zijn.

Wat doet deze vrijwilliger precies?

De belangrijkste taak van deze vrijwilliger is 'er gewoon zijn' met oprechte aandacht, het bieden van een luisterend oor en het geven van (lichte) ondersteuning. Denk daarbij aan waken, voorlezen of ondersteuning bij persoonlijke verzorging. Zij verrichten géén medische, verpleegkundige of zwaar huishoudelijke taken. De vrijwilligers worden goed voorbereid door middel van trainingen en er is ruimte en tijd voor reflectie. Door de aanwezigheid van de vrijwilliger kunnen naasten even op adem komen.

'Het geeft mij veel rust wetende dat er een iemand bij mijn vader is als ik even weg ga.'

Aangesloten bij



Vrijwilligers Palliatieve
Terminale Zorg
Hedertland

Een goede match

De mantelzorgconsulent van Steunpunt Mantelzorg Zuid bespreekt uitgebreid de situatie, de wensen en de eventuele mogelijkheden, voordat er een kennismaking plaatsvindt met een vrijwilliger.

Het spreekt voor zich dat er een goede match moet zijn tussen de zorgvrager(s) en de vrijwilliger in deze intensieve periode.

'Met vrijwilligers brengen we lucht en licht in de dag. Zo mooi om te zien hoe mensen daarop reageren!'

Zien hoe je als vrijwilliger palliatieve terminale zorg van betekenis kunt zijn?
Scan dan deze code!



Interesse of meer informatie?

043 - 321 5046

info@mantelzorgzuid.nl



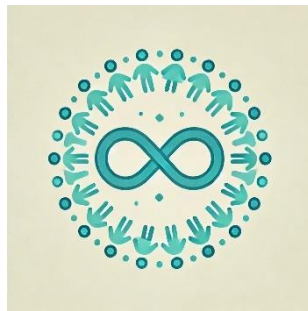
De herinneringscirkel

Heb je als mantelzorger afscheid moeten nemen een naaste die leed aan dementie? Het verlies kan diepe indruk achterlaten. Het verwerken ervan is een uniek proces voor iedereen. Om steun en verbondenheid te bieden is er 'De Herinneringscirkel'. Een zelfregiegroep waar voormalige mantelzorgers samenkomen om ervaringen te delen.

Onder het genot van een kopje koffie of thee bepalen de deelnemers de invulling van de bijeenkomsten. De begeleiders, tevens ervaringsdeskundigen, zijn **Els Dassen** en **Suzanne Colen**.

Datum: 9 april
Tijd: 10:30u - 12:00u
Locatie: Mockstraat, ruimte 322
Mockstraat 1
6226 CA Maastricht

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



Mantelzorgcafé Valkenburg

Dit mantelzorgcafé biedt voor alle mantelzorgers uit de gemeente Valkenburg aan de Geul relevante informatie over diverse thema's. Ook is er de gelegenheid om vragen te stellen aan onze mantelzorgconsulent. Ongedwongen contact met andere mantelzorgers, onder het genot van een kopje koffie of thee, staat voorop.

De groep wordt begeleid door Lilian Frusch: 06-83668181.

Datum: 9 april
Tijd: 10:30u - 12:00u
Locatie: Heuvelland bibliotheek
Berkenplein 99
6301 ZC Valkenburg

Vooraf aanmelding voor deze activiteit is niet nodig.

Mindfulness wandeling

Al enkele jaren worden Mindfulness wandelingen voor vrijwilligers van het Steunpunt organiseert door Anneloes Huisinga. Gezien het grote succes nu ook voor jullie!

Doel van de wandeling:

- Samen kennis delen, bewegen in de natuur.
- Één zijn met de natuur en voelen wat dit met ons doet.
- Verbinden met elkaar.
- Kruiden die we tegen komen herkennen met hun geneeskrachtige werking.

Denk aan goede wandelschoenen. Het eerste stuk van de wandeling is even berg op, wat op ieders eigen tempo wordt gedaan. Daarna blijft de wandeling op het plateau dat redelijk vlak is.

Datum: 10 april 2025
Tijd: Van 10:00u tot ongeveer 12:00u.
Locatie: parkeerplaats van 'de Nachtegaal'
Gemeentebroek 6
6231 RV Meerssen

Aanmelden vóór 3 april via 043-3215046 via info@mantelzorgzuid.nl.

Envida Ledenservice

Envida Ledenservice biedt diensten en activiteiten en tevens informatie en advies op het gebied van gezondheid, preventie en welzijn. Het lidmaatschap kost slechts €20,75 per jaar en is geldig voor het hele huishouden.

Bekijk een uitgebreid filmpje over de Envida Ledenservice [hier](#).

Nieuwe leden ontvangen tot 8 april een groente- en fruitbon t.w.v. € 12,50. Leden die vanaf 8 april lid worden ontvangen een cadeaubon t.w.v € 12,50 te besteden bij [Talentino](#).

Film 'A New Kind of Wilderness'

Het Netwerk Palliatieve Zorg Maastricht-Heuvelland organiseert samen met Lumière Cinema filmavonden om palliatieve zorg onder de aandacht te brengen. Op **donderdag 17 april om 19:00u** wordt de film "A New Kind of Wilderness" vertoond, gevolgd door een discussie en vragenronde met een expert.

De film volgt het gezin Payne, dat op een afgelegen boerderij in Noorwegen leeft, maar door een tragisch incident hun idyllische leven moet achterlaten. A New Kind of Wilderness biedt een intiem portret van liefde, verlies en levenskeuzes. De film nodigt uit tot reflectie over onze verantwoordelijkheid tegenover de aarde en de volgende generatie.

Locatie Lumière Cinema

Bassin 88
6211 AK Maastricht.

Meer informatie of kaartjes kopen? Klik dan op onderstaande de website:

[Lumière Maastricht](#)

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



Copyright © 2024 Steunpunt Mantelzorg Zuid, All rights reserved.