

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

Vanaf 1 april is Suzanne Ritzen-Meijers werkzaam als mantelzorgconsulent bij het Steunpunt Mantelzorg Zuid.

Graag stel ik me aan jullie voor! Mijn naam is Suzanne Ritzen-Meijers, geboren in het jaar 1976 en woonachtig in de gemeente Meerssen. Samen met mijn man Marco heb ik 3 zonen. Naast dagelijks een wandeling te maken met onze labradoodle Gieske, probeer ik 2 keer per week mijn conditie op peil te houden in de sportschool.

Mijn werkervaring bij de Provincie Limburg én mijn werkervaring als Wmo-consulent bij de gemeente Simpelveld ervaar ik als toegevoegde waarde voor mijn nieuwe functie.

De eerste weken als mantelzorgconsulent zijn goed bevallen en ik kijk uit naar wat nog volgt!



Mindfulness wandeling

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

Doel van de wandeling:

- Samen kennis delen, bewegen in de natuur.
- Eén 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: 8 mei 2025
Tijd: Van 10:00u tot ongeveer 12:00u.
Locatie: parkeerplaats van 'de Nachtegaal'
Gemeentebroek 6
6231 RV Meerssen

Aanmelden t/m 6 mei via 043-3215046 via info@mantelzorgzuid.nl.

Contactgroep NAH

Niet aangeboren hersenletsel, ook wel NAH genoemd, heeft een grote impact op het leven van je naasten. Zorgen over de toekomst, 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 jou als mantelzorger.

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

Datum: 8 mei
Tijd: 13:30u - 15:00u
Locatie: Ruimte 124 Mockstraat
Mockstraat 1
6226 CA Maastricht

Vooraf aanmelden is niet vereist. De groep wordt geleid door mantelzorgconsulent Katja Jeurissen, tel. 06 - 51553172.

Mantelzorgwandeling gemeente Stein

Als mantelzorger heb je soms even rust en ruimte nodig om bij te tanken. Even heerlijk lekker ontspannen, buiten in de natuur. Daarom wordt deze mantelzorgwandeling voor mantelzorgers uit de gemeente Stein georganiseerd.

Vrijwilliger Jeu zal ons meenemen in het mooie Stein!

Datum: 23 mei
Tijd: 13:00u - 15:30u
Locatie: Brasserie Steinerbos
Steinerbos 1
6171 AL Stein

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

Mantelzorgcafé Maastricht

Dit mantelzorgcafé biedt voor alle mantelzorgers uit de gemeente Maastricht 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.

Datum: 26 mei
Tijd: 13:30u - 15:00u
Locatie: Trefcentrum Wittevrouweveld
Edisonstraat 4
6224 GK Maastricht

Vooraf aanmelden is niet vereist. De groep wordt geleid door mantelzorgconsulent Jociene Rose: 06-57680081.

Verandering mantelzorgwaardering gemeente Maastricht

Vanaf dit jaar (2025) krijg je als ingeschreven mantelzorger bij het steunpunt automatisch de jaarlijkse mantelzorgwaardering. Je hoeft je dus **niet** (meer) te melden bij de gemeente Maastricht of bij het steunpunt.

In november 2025 – rond de Dag van de Mantelzorg – ontvang je de cadeaukaart in de brievenbus.

Afmelden voor de mantelzorgwaardering

Wil je de mantelzorgwaardering NIET? Dan kun je dit laten weten door een mail te sturen naar info@mantelzorgzuid.nl of te bellen naar 043 - 3215046.

Film Ochtend – "De Gebroken Vlinder"

Deze indrukwekkende documentaire vertelt het verhaal van Minke, een jonge vrouw met dementie. Met authentiek beeldmateriaal en gesprekken met haar dierbaren wordt haar leven en ziekteproces op een indringende manier in beeld gebracht.

Datum: 7 mei
Tijd: 10:00u - 12:00u
Locatie: Bibliotheek Valkenburg
Berkelplein 99
6301 ZC Valkenburg



Aanmelden t/m 30 april [043-3215046](tel:043-3215046) of via info@mantelzorgzuid.nl.

Burgerbijeenkomst netwerk palliatieve zorg

Het netwerk palliatieve zorg organiseert een burgerbijeenkomst. Er zullen o.a. twee lezingen zijn en er zijn twee rondleidingen. Verder zijn er diverse organisaties aanwezig op de informatiemarkt, zoals: uitvaartverzorgers, netwerk sterven en rouw, hospices, wensambulance en Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg.

Datum: 25 mei
Tijd: 13:30u - 16:00u
Locatie: Dela Nedermaas, Crematorium Geleen
Vouershof 1
6161 DB Geleen

Meer informatie over deze middag klik [hier](#)

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

