

Nieuwsbrief vrijwilligers

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

Maandelijks declareren

Sinds juni is onze declaratieregeling aangepast. Je ontvangt nu:

- 5 euro per inzet, én
- Reiskostenvergoeding voor afstanden van meer dan 5 km enkele reis.

Fijn om te zien dat de meeste van jullie al het aangepaste declaratieformulier gebruiken! Kun je het formulier niet vinden of zijn ze op? Laat het ons weten, dan sturen we je graag een paar nieuwe toe.

Waarom maandelijks declareren?

Om de vrijwilligersvergoedingen goed te kunnen verwerken, vragen we jullie om elke maand je declaratie in te leveren. Zo houden wij de administratie overzichtelijk en ontvang jij je vergoeding snel.

Geen zorgen als het een keer niet lukt

We begrijpen natuurlijk dat het soms niet lukt om op tijd te declareren. Geen probleem, je kunt je declaratie in dat geval de maand erna indienen. Let wel op, alle declaraties over 2025 moeten ook in het jaar 2025 binnen zijn.

Hoe kun je het formulier inleveren?

- Per post
- Per mail naar info@mantelzorgzuid.nl. Je mag ook een foto van het formulier per mail toesturen.

Vragen?

Neem gerust contact op met Tim of Lily-Anne. We helpen je graag verder.

Wandelen met Sjef

De volgende wandeling is op **dinsdag 2 september 2025**. Een leuke manier om in contact te komen met andere vrijwilligers van het Steunpunt. Deelname aan de wandeling is gratis en halverwege is er gelegenheid voor toiletbezoek en iets te drinken; dit is voor eigen rekening. Deelnemers wandelen mee op eigen verantwoordelijkheid en gelieve op tijd aanwezig zijn. Enige wandelconditie is wenselijk.

We starten om 13:30u (afstand is ca. 9 km) vanaf de parkeerplaats bij station Wijlre:
Parallelweg 7
6321 BA Wijlre

Vooraf aanmelden via 06-55938047 (*alléén beschikbaar in relatie tot de wandeling*) of via sjef.bastiaens@gmail.com.

Met een sportieve wandelgroet,
Sjef Bastiaens

Ziekenbegeleidingcafé

Op **dinsdag 9 september** organiseren we weer een ziekenbegeleidingcafé. We vinden het fijn om alle vrijwilligers uit onze Ziekenbegeleiding poule weer te zien en spreken.

Praat weer eens bij met je collega vrijwilligers onder het genot van een kopje koffie en deel je ervaringen die je zoal tegenkomt tijdens de ziekenbegeleiding.

Tijd: 10.00u - 11.30u
Waar: Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht
Tweede verdieping, ruimte 244

Ben je op dit moment géén vrijwilliger binnen de ziekenbegeleiding maar zou je graag eens meer informatie willen of verhalen uit de praktijk willen horen? Dan ben je uiteraard ook van harte welkom! Meer informatie over deze vrijwilligersfunctie vind je op onze website.

Graag vooraf aanmelden via info@mantelzorgzuid.nl of 043-3215046.

Vrijwilligerscafé

Op **maandag 15 september** organiseren we weer een gezellig vrijwilligerscafé. 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. Kortom, zin in een gezellig kopje koffie? Meld je snel aan!

Tijd: 19:30u – 21:00u
Waar: Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht
Tweede verdieping, ruimte 224

Graag vooraf aanmelden via info@mantelzorgzuid.nl of 043-3215046.

VPTZ bijeenkomst

Op **dinsdag 30 september** organiseren we weer een bijeenkomst speciaal voor de Vrijwillige Palliatieve en Terminale Zorg Vrijwilligers.

Tijd: 09:30u – 11:00u
Waar: Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht
Tweede verdieping, ruimte 224

Graag vooraf aanmelden via info@mantelzorgzuid.nl of 043-3215046.

Week van de Ontmoeting: Ken jij je talenten?

Van 25 september tot en met woensdag 1 oktober is het de Week van de Ontmoeting, een mooi initiatief van Eén tegen Eenzaamheid. Dit jaar doen wij ook mee!

Tijdens een gezellige bijeenkomst aan de Mockstraat, met als thema: Ken jij je talenten?, delen een aantal van onze enthousiaste vrijwilligers hun persoonlijke verhaal. Ze vertellen over hun vrijwilligerswerk: wat ze doen, waarom ze dit doen en vooral wat het hen oplevert. Na de verhalen gaan bezoekers zelf actief aan de slag in een korte workshop om hun eigen talenten te ontdekken.

Ken jij iemand die weleens heeft gezegd: “Misschien is vrijwilligerswerk ook iets voor mij?” Dan is dit het moment om diegene mee te nemen. Soms is een beetje inspiratie of een goed voorbeeld precies wat iemand nodig heeft om de stap te zetten.

Kom vooral samen!

Datum: 1 oktober 2025
Tijd: 10:00u – 12:00u
Waar: Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht, ruimte 322

Aanmelden via info@mantelzorgzuid.nl is handig voor de koffie en iets lekkers, maar niet verplicht.

Workshop 'Veilig en bewust online'

Het internet brengt de wereld dichterbij elkaar. Maar dat is niet volledig zonder risico's.

Tijdens deze workshop wordt aan de hand van korte filmpjes gesproken over digitale oplichting. Wat zijn de risico's en hoe bescherm je jezelf hiertegen? Verder worden er praktische zaken behandeld zoals openbare wifi, veilige wachtwoorden, het maken van back-ups, onbetrouwbare apps en websites, virusscanner etc.

Graag vooraf aanmelden via info@mantelzorgzuid.nl of 043-3215046.

Let op; er zijn maximaal 20 plaatsen dus wees op tijd met aanmelden!

Datum: 22 oktober 2025
Tijd: 19.30 tot 21.30 uur
Waar: Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht
Derde verdieping, ruimte 322

Mening gevraagd!

Envida geeft drie keer per jaar het magazine *Gezond Thuis* uit. Dit blad wordt verspreid onder circa 90.000 huishoudens in Zuid-Limburg en omstreken. Medewerkers en vrijwilligers ontvangen dit blad ook.

Om te weten hoe *Gezond Thuis* gelezen en gewaardeerd wordt is er een enquête uitgezet. Het kan zijn dat je de komende dagen een e-mail ontvangt vanuit noreply@envida.nl met daarin een uitnodiging om deel te nemen. In die mail vind je een link naar de vragenlijst. Deze link is veilig.

We zouden het zeer op prijs stellen als jullie de vragenlijst invullen. Ook als je het *Gezond Thuis* magazine niet hebt ontvangen, of het wel ontvangt maar niet leest. Alleen met veel respons kunnen we een volledig beeld krijgen en gerichte verbeteringen doorvoeren

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



Copyright © 2024 Steunpunt Mantelzorg Zuid, All rights reserved.