

Nieuwsbrief

vrijwilligers

steunpunt
mantelzorg
zuid



Match gezocht!

Voor een aantal hulpvragers hebben we helaas nog geen match gevonden. 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](#)

Wandelen met Sjef

De volgende wandeling is op **dinsdag 4 juni 2024**. 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.

We starten om 13:30u (afstand is ca. 9 km) bij de parkeerplaats van de kerk in Mechelen (Langehaagweg, Mechelen). Gelieve op tijd aanwezig zijn.

Voraf aanmelden via onderstaande telefoonnummer of via onderstaande knop.

Tel. Sjef: 06-55938047 (*alléén beschikbaar in relatie tot de wandeling*).

Met een sportieve wandelgroet,
Sjef Bastiaens

[Aanmelden](#)

Vrijwilligerscafé

Op 13 juni 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: 10:30u - 12:00u

Waar: Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht
Derde verdieping, ruimte 244

Graag vooraf even aanmelden via onderstaande knop:

[Aanmelden](#)

Workshops 'Dementie'

In de maand juni staat onze scholing in het teken van 'Dementie': een onderwerp wat veelvuldig is aangegeven door vele vrijwilligers! Tijdens deze workshops krijg je als vrijwilliger alles te weten over dementie. De reeks workshops bestaat uit 3 workshops:

Workshop 1 'Kenniss over Dementie' woensdag 12 juni

De eerste workshop begint bij de basis: de kennis over dementie.

Workshop 2 'Gedragsverandering' woensdag 19 juni

Deze workshop staat in het teken van 'gedragsverandering' en gaat in op welke invloed dementie heeft op iemands gedrag of persoonlijkheid.

Workshop 3 'Handelingsperspectief' woensdag 26 juni

De laatste workshop gaat over het 'handelingsperspectief' waarin je leert hoe je het beste als vrijwilliger om kunt gaan met iemand met dementie.

Alle workshops zijn van **10:00u - 12:00u** in **ruimte 322** op de derde etage van de Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht.

De workshops worden verzorgd door mantelzorgconsulenten Bianca Bollen en Jociene Rose.

Aanmelden tot 5 juni via onderstaande knop:

[Aanmelden](#)

BBQ Party!

Vanwege de zeer slechte weersomstandigheden, moesten we onze daguitstap naar de GaiaZoo afgelasten. Zoals beloofd gaan we deze activiteit alsnog inhalen en wel met een gezellige BBQ!



The poster features a red charcoal BBQ grill on a tripod stand with smoke rising from it. The background is a light blue sky with white clouds and a green grassy field. The text is arranged in a vertical flow on the right side of the grill.

steunpunt
mantelzorg
zuid

BBQ

PARTY

VOOR VRIJWILLIGERS VAN HET STEUNPUNT

Donderdag 4 juli
17.00u - 20.00u

'STAY OKAY'
Maasboulevard 101
6211 JW Maastricht

Vlees | Vega | Salades | Sauzen
Incl. 3 consumptiebonnen per persoon

Aanmelden kan tot 20 juni via
onderstaande knop!

[Aanmelden](#)

Workshops Valpreventie

Voorkomen is beter dan genezen! We nodigen je van harte uit om deel te nemen aan onze valpreventiebijeenkomst.

De twee workshops worden verzorgd door Lisa Gerards-Welzen & Jeroen Voois, beide fysiotherapeuten van Envida:

Workshop 1

Wil je leren hoe je als vrijwilliger valincidenten kunt signaleren of misschien kunt voorkomen? Maak jij je wel eens zorgen over de veiligheid van je inzet?

Datum: woensdag 10 juli

Tijd: 12:30u - 14:30u

Waar: Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht

Derde verdieping, ruimte 322

Workshop 2

Nadat je de opgedane kennis enkele maanden in de praktijk kunt brengen, gaan we in september de kennis evalueren en is er de kans om vragen te stellen aan de fysiotherapeuten.

Datum: woensdag 25 september

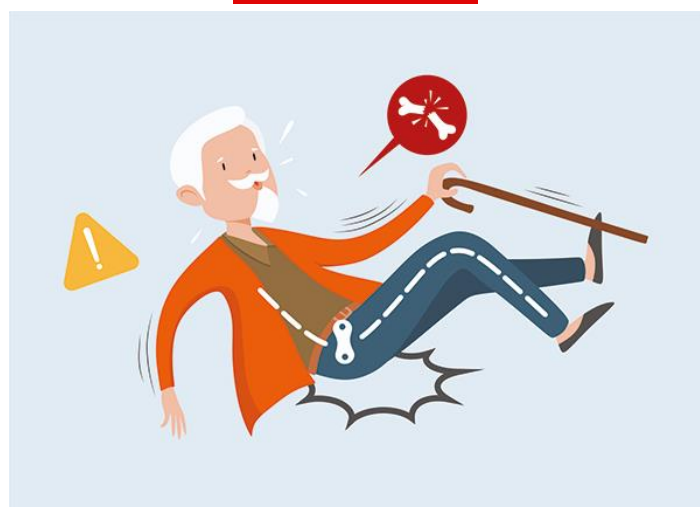
Tijd: 13:30u - 14:30u

Waar: Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht

Derde verdieping, ruimte 322

Aanmelden kan tot 28 juni via onderstaande knop:

[Aanmelden](#)



Terugblik wandelen met Sjef

Op dinsdag 7 mei stond weer een wandeling met Sjef op het programma! Het was een gezellige en mooie lente wandeling door en langs het Bunderbos, waarbij het bos ontwaakt met weelderige bloesem. De foto's spreken wederom voor zich!





Terugblik Workshops 'Mentale Weerbaarheid en Assertiviteit'

Op 13 en 27 mei vinden de workshops Mentale weerbaarheid en Assertiviteit plaats. Na een korte kennismaking met alle deelnemers gingen we aan de slag met 'het zorg goed voor jezelf spel'. Na deze eerste bijeenkomst kregen de deelnemende vrijwilligers een leuke thuisopdracht waarmee ze aan de slag gingen.

De tweede bijeenkomst was gericht op het reflecteren van je handelen en het delen van ervaringen. Waar ben je in de praktijk tegen aan gelopen? Wat ging goed (en minder goed)? En hoe is je denken en handelen veranderd? Of waar zou je nog een verandering willen zien?

Wij danken onze collega Lilian Frusch en Rine Palsma van Ruggesteun dan ook voor hun leerzame workshops! Zie hieronder enkele foto's voor een sfeerimpressie:

Er komen enkele vrije dagen aan. Gebruik deze om even lekker tijd voor jezelf te nemen, bij te tanken of om die klusjes te doen die je maar op blijft schuiven. Nu nog hopen op lekker weer en we kunnen de zomer dan al proeven!

Veel leesplezier!

Groetjes,
Annemie, Karin & Tim



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 gijzentim@hotmail.com
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)
Steunpunt Mantelzorg Zuid · Mockstraat 1 · Maastricht, Limburg 6226 CA · Netherlands

