

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 7 Mei 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 en de afstand is ca 9km. We verzamelen bij de parkeerplaats van station Bunde; Spoorstraat 4, 6241 CE Bunde van alwaar we ook vertrekken. Gelieve op tijd aanwezig zijn.

Vooraf 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](#)

VPTZ Bijeenkomst

Op **23 mei** organiseren we van 14:00 tot 15:30 uur een bijeenkomst speciaal voor de Vrijwillige Palliatieve en Terminale Zorg Vrijwilligers. Deze bijeenkomst is in de Mockstraat in ruimte 224.

Tijdens deze bijeenkomst zal onze vrijwilliger Jan Jacobs een workshop verzorgen met als onderwerp: spiritualiteit in de meest brede vorm.

Na een inleidend praatje gaat Jan samen met de deelnemers aan de slag. Laat je verrassen en kom ervaren tijdens deze VPTZ bijeenkomst!

Graag vooraf even aanmelden via onderstaande knop:

[Aanmelden](#)



Vrijwilligers Palliatieve
Terminale Zorg

Nederland

Workshops 'Mentale Weerbaarheid en Assertiviteit'

In de maand mei staat de scholing 'Mentale Weerbaarheid en Assertiviteit' op het programma. Tijdens de eerste bijeenkomst staat grenzen stellen, mentale weerbaarheid en assertiviteit centraal. Na een korte kennismaking met alle deelnemers gaan we namelijk aan de slag gaan met 'het zorg goed voor jezelf spel'.

Na deze eerste bijeenkomst ga je aan de slag met datgene wat je geleerd hebt in de praktijk te brengen.

De tweede bijeenkomst is 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?

Laat je verrassen tijdens deze interactieve workshops!

De workshops worden gegeven door Lilian Frusch van het steunpunt en Rine Palsma van Ruggesteun.

Workshop 1; maandag 13 mei

Tijd: 19:00u - 21:00u

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

Workshop 2; maandag 27 mei

Tijd: 19:00u - 21:00u

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

Aanmelden tot uiterlijk 6 mei via onderstaande knop:

[Aanmelden](#)

Vrijwilligerscafé

Op 28 mei 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: 15:00u - 16:30u

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

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'

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

Datum: woensdag 12 juni

Tijd: 10:00u - 12:00u

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

Workshop 2 'Gedragsverandering'

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

Datum: woensdag 19 juni

Tijd: 10:00u - 12:00u

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

Workshop 3 'Handelingsperspectief'

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

Datum: woensdag 26 juni

Tijd: 10:00u - 12:00u

Waar: Mockstraat 1, 6226 CA Maastricht

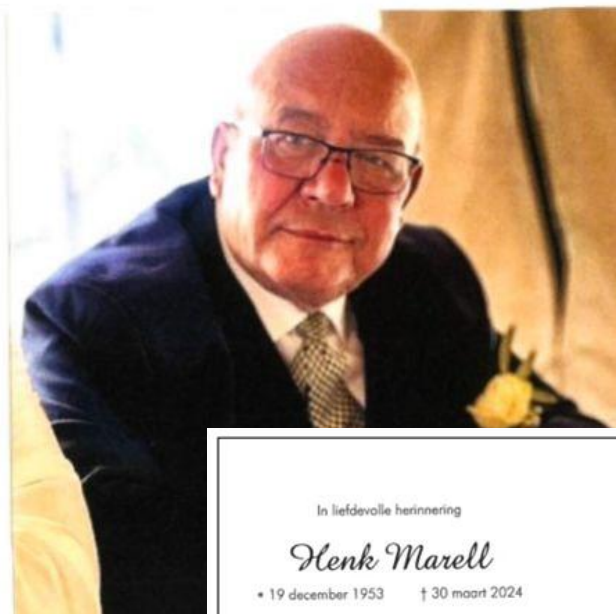
Derde verdieping, ruimte 322

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

Aanmelden tot 1 juni via onderstaande knop:

[Aanmelden](#)

In Memoriam vrijwilliger Henk Marell



In liefdevolle herinnering

Henk Marell

• 19 december 1953 † 30 maart 2024

Carine van Thoor

Wij danken u hartelijk voor uw medeleven en steun.

Das Leben ist Liebe

Das Leben ist Liebe,
erfreu dich an ihr.
Denn Liebe heißt Frieden,
grad den brauchen wir.

Und ist sie erkaltet,
zünd' aufs neue sie an.
Denn lieblos verwaltet,
ist nichts an ihr dran.

Ein Tropfen an Liebe bringt Freude und Glück,
und fällt auf den Spender mit zinseszins zurück.

Leeve Henk, pap en opa
Ut és good
Ad' die

Parkeren Mockstraat gewijzigd!

Per april is het zowel in de Mockstraat als in de omliggende straten overal betaald parkeren.

We willen jullie vragen om zo veel als mogelijk te carpoolen, met de fiets te komen of om te parkeren daar waar het wel gratis is. Mocht je toch betaald willen parkeren, dient dit betaald te worden van de €5,- die je ontvangt wanneer je een activiteit/afpraak hebt in de Mockstraat. Je kunt dus niet apart de parkeerkosten declareren.

Aan de ventweg van de Akersteenweg + alle zijstraten ervan is het wel gratis parkeren.

Bereikbaarheid in mei

Op donderdag 9 mei zijn wij gesloten vanwege Hemelvaart.

Vrijdag 10 mei zijn wij tussen 08:30u - 17:00u bereikbaar.

Maandag 20 mei zijn wij tevens gesloten vanwege Tweede Pinksterdag.

Terugblik wandelen met Sjef

Op dinsdag 2 april stond weer een wandeling met Sjef op het programma! Het was een gezellige en mooie lente wandeling door en langs het Savelsbos, waarbij het bos ontwaakt met weelderige bloesem. De foto's spreken wederom voor zich!





Terugblik Mindfulnesswandeling met Anneloes

Tijdens een gemoedelijke mindfulnesswandeling met Anneloes op 11 april hebben de deelnemers samen genoten en een prachtige wandeling gemaakt! Zij hebben samen gedeeld en geleerd van elkaar. Een gedeelte in stilte gelopen en bewust geworden van al onze gedachten... En de regen die ze voorspelt hadden hebben ze niet gehad!



Terugblik Workshops 'Gesprekstechnieken'

16 april en 23 april stonden in het teken van de workshops 'Gesprekstechnieken'! Tijdens de eerste workshop kregen de deelnemers voor theorie over gesprekstechnieken en werd de workshop afgesloten met een thuisopdracht. In de tweede workshops werd er allereerst teruggekeken naar de thuisopdracht. Daarna gingen de deelnemers aan de slag met praktische opdrachten om de geleerde theorie in de praktijk te brengen. Uiteindelijk zijn alle deelnemers met een goede gevulde rugzak terug naar huis gegaan en zijn zij tijdens de workshops meer te weten gekomen over 'welke vragen kun je stellen?', 'Mogen er stiltes vallen?' en 'Wat kan ik bespreken als ik een inzet heb?'. De reacties waren achteraf erg positief!

Wij danken onze collega's Jociene en Katja 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 info@mantelzorgzuid.nl
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)
Steunpunt Mantelzorg Zuid · Mockstraat 1 · Maastricht, Limburg 6226 CA · Netherlands

