

Nieuwsbrief 06-2019

Voor u ligt de 6de editie van onze nieuwsbrief.

Omdat wij u graag informeren over alles omtrent mantelzorg, proberen wij u maandelijks te bereiken via deze nieuwsbrief. Helaas hebben we al vele activiteiten die speciaal voor u georganiseerd zijn af moeten zeggen.

Dit omdat er niet genoeg belangstelling voor is.

Daarom gaan we ons aanbod herzien.



Roompot vouchers

We hebben geconstateerd dat er nogal wat verwarring ontstaan is omtrent de Roompot vouchers.

Wij mogen u de voucher aanbieden voor een weekend of midweek in een van de geselecteerde Roompot vakantieparken in Nederland of Duitsland voor het totaal bedrag van 50 euro. (dus het gaat **niet** om een korting van 50 euro) Tot **15 juni** heeft u de mogelijkheid om in het bezit te komen van deze voucher. Dit kan door het invullen van bijgevoegd aanmeldformulier Roompot.

Even Voorstellen:



Ik ben Esmee Aalberts, sinds 1 maart 2018 ben ik werkzaam als manager Welzijn bij Groenhuysen. Ik ben 34 jaar oud en samen met mijn 2 dochters en hond woon ik in het centrum van Breda. De zorg, en dan met name het sociaal domein, vind ik enorm interessant.

Als manager stuur in de inloopvoorzieningen, dagbestedingen en (mantelzorg) steunpunten van Groenhuysen aan. Hiervoor werk ik veel samen met de verschillende gemeentes in de regio. Een erg leuke en afwisselende baan!

Heeft u nog vragen? Ik ben bereikbaar via esmee.aalberts@groenhuysen.nl

Methode Bordje vol;

BordjeVol brengt voor mantelzorgers in kaart welke activiteiten energie kosten, hoe lang de situatie nog vol te houden is en welke mensen kunnen helpen.

Aan de hand van speciaal ontworpen speelkaarten. **Wat geeft Bordje Vol de mantelzorger?**



Inzicht: De speelkaarten maken de draaglast (soms pijnlijk) duidelijk en concreet.

En ook wat er niet meer lukt.

Vervolgstappen confronteren met de persoonlijke draagkracht nu en in de toekomst.

Inspiratie: Wat kan er van het bordje af? Welke bekenden (of buurtgenoten) kunnen daarbij helpen?

Activatie: Een persoonlijk actieplan helpt om de eerste stappen te zetten.

Omdat de mantelzorgconsulenten deze methode onder de knie hebben, kunt u gebruik maken van deze methode geef dit aan bij een gesprek of vraag een gesprek aan om samen met de consulenten met **de methode bordje vol** naar uw situatie te kijken.



Agenda:

Activiteit	Datum	Tijd	Locatie
Actieve boswandeling O.l.v. wandelcoach Marcel Duijvesteijn	24 juni	14.00 tot 16.00 uur	Parkeerplaats lodge Visdonk, Rozenvendreef 2, 4707 PD Roosendaal. Opgeven kan tot 20 juni via het mantelzorg- steunpunt
Dagtrip Renesse	29 juni	Voor tijden en vertrek - plaats zie informatie in uw mail of brievenbus deze is	
Wandeling tuin Ontmoetingsmoment mantelzorgers	10 juli	13:30 – 15:30 uur Wel zelf voor vervoer zor- gen	“De achtertuin”, Hilsebaan 108 te Etten- Leur. Aanmelden vóór 22 juni via het mantelzorgsteunpunt

respijtaanbod

U ontvangt informatie over de activiteit waarvoor u zich heeft aangemeld per mail of post met daarin onder andere tijd en locatie.

Wandeling “De achtertuin”

In de Achtertuin ervaart u de landelijke rust en worden uw zintuigen geprikkeld.

Er zijn (thema) hoeken waar u rustig kunt wegdromen, zoals de stilte of meditatiehoek. Er zijn een boomgaard – een kruidentuin – een paddenpoel – een kippenren – en de tuinkamer met terras.

We drinken gezamenlijk koffie /thee met iets lekkers en daarna bent u vrij om in de tuin te gaan genieten. De consulenten zijn aanwezig, als luisterend oor, mocht u hiervan gebruik willen maken.

Jonge mantelzorger

Van 3 tot 9 juni is het de **week van de jonge mantelzorgers**.

Daarom hebben we een verrassing voor de jonge mantelzorger, hou daarom je brievenbus in de gaten

Opgeven voor cursus of activiteit;

Sinds dit jaar sturen we géén uitnodigingen meer voor de cursussen of bijeenkomsten. Met de informatie uit deze nieuwsbrief kunt u uzelf opgeven of contact met ons opnemen als u nog vragen hebt. We merken dat dit nog onwennig is; het aantal aanmeldingen blijft achter. We hebben steeds een extra mail uitgedaan om u allen te wijzen op ons activiteiten aanbod. We hopen dat u aan deze verandering ,beetje bij beetje,

