



Beste lezer,

10 november was het de landelijke dag van de mantelzorg. Een dag die anders is verlopen dan we hadden gehoopt. Deelnemers aan de activiteiten ontvingen bonnen voor de betreffende locaties. We zijn zeer benieuwd naar jullie ervaringen en zouden het leuk vinden om een foto van jullie "mantelzorgmoment" te ontvangen!

In deze nieuwsbrief lees je informatie rondom "Spreken over Vergeten", de volgende online meeting voor jonge mantelzorgers, uiterste aanvraagdatum voor mantelzorgwaarderingen en het Webinar "Thuiswerken met mantelzorgtaken combineren".

Heb je vragen rondom (mantel)zorg? Wil je jouw ervaring met ons delen?

We zijn van maandag tot en met vrijdag bereikbaar tussen 9:00 uur en 12:00 uur op telefoonnummer 0162-748600.

**Hartelijke groet,
Surplus Team informele zorg**

Facebook @surplusinformelezorg | Instagram @justtakecaresurplus



SPREKEN OVER VERGETEN

Iedereen kan iets overkomen waardoor het geheugen minder goed werkt en communicatie verslechterd. Denk aan het krijgen van een ongeval, een hersenbloeding of de aandoening (jong) dementie.

Je levensverhaal opschrijven is iets waar je dan ook niet vroeg genoeg mee kan beginnen. Zo deel je informatie over je waarden, interesses, gebeurtenissen en mensen die belangrijk voor je zijn. Daarnaast is het goed om je wensen voor de toekomst en het maken van beslissingen vast te leggen.

Het boekje Spreken over Vergeten geeft handvatten om zowel het levensverhaal, wensen voor de toekomst als te nemen beslissingen op te schrijven. Het is te gebruiken als ondersteuning bij het gesprek over dementie en handig om door te nemen met familieleden en/of zorgverleners.

Ben je mantelzorgverzorger voor iemand met geheugenproblemen?

We hebben een aantal boekjes beschikbaar!

Mail hiervoor naar: mantelzorg.geertruidenberg@surplus.nl

Ps. Het boekje is ook gratis te downloaden op de website www.sprekenoververgeten.nl

Workshop en Waardering



HOUD JE KOPPIE ER BIJ!

Zeker in deze tijd kan het lastig zijn om je koppie erbij te houden.

Voor jonge mantelzorgers (12 tot 23 jaar) organiseren we een online workshop mokken pimpen! Ze krijgen vooraf een mok en porselein stift thuis.

Op 11 december van 19:00u tot 21:00u spreken we af via Microsoft Teams om elkaar te zien en creatief aan de slag te gaan

Aanmelden via
mantelzorg.oosterhout@surplus.nl

WAARDERING

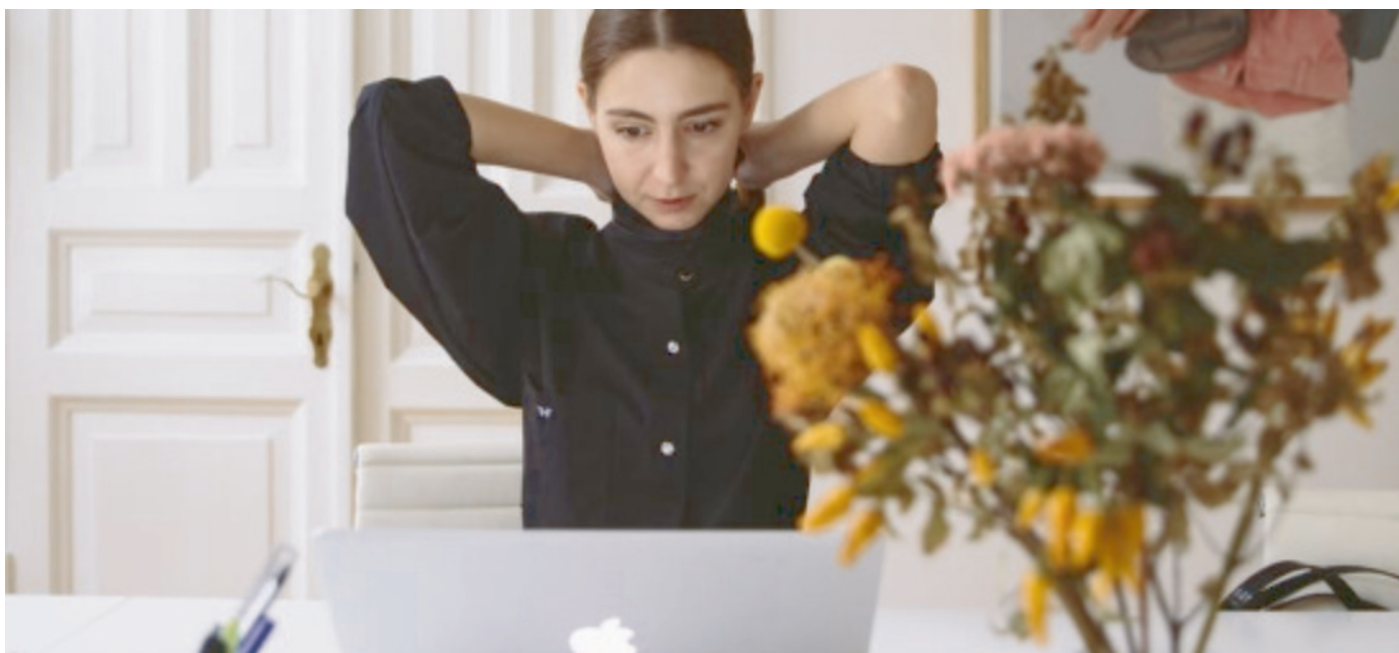
Het einde van het jaar nadert en daarmee ook de uiterlijke aanmeldingsdata van zowel de mantelzorgwaardering voor volwassenen als de cadeaubonnen actie voor jonge mantelzorgers.

Vraag tot en met 31 december de waardering aan via:
www.welzijningeetruidenberg.nl

De cadeaubon voor jonge mantelzorgers (12 tot 18 jaar) is aan te vragen via:
mantelzorg.geertruidenberg@surplus.nl



Voor werkende mantelzorgers....



Webinar: Thuiswerken én mantelzorgtaken: Hoe combineer je dat?

Werk jij en draag je extra zorg voor een ouder, partner of kind? Dat kan in coronatijd extra zwaar zijn, doordat je naaste minder zorg krijgt en je meer thuis werkt. De balans tussen werk en privé verandert daardoor. MantelzorgNL organiseert op 8 december een Webinar met tips rondom het herstellen van de balans.

Dit doen ze aan de hand van informatie, filmpjes en met het stappenplan waarmee werkende mantelzorgers advies op maat krijgen. Ze laten situaties zien van lichte mantelzorg tot aan mantelzorg in de laatste levensfase.

Interesse? Meld je dan nu aan

Het webinar is gratis voor leden van MantelzorgNL. Niet-leden betalen 23 euro.
Ga voor meer info naar de website www.mantelzorg.nl