



Van harte welkom!

Vrijdag 12 september 10 - 12 uur

Start nieuw seizoen

Mantelzorgcafé 'de Deelgenoten'

Thema: Mantelzorgondersteuning,
uw wensen en behoeften.

Locatie: wijkkamer de Deel, Zaaier 60 A

In het Mantelzorgcafé ontmoet je elke maand deelgenoten. Oftewel mensen die ook zorgen voor partner, ouder, kind of buur.

In het café kun je ervaringen en tips met elkaar delen.

**Ervaar herkenning en erkenning.
Merk dat je niet de enige bent én dat je er niet alleen voor staat.**

In het nieuwe seizoen heeft elke bijeenkomst een thema (zie achterzijde). Dat kan gaan over specifieke voorzieningen waar mantelzorgers zich mee geholpen zouden voelen, maar ook over de vraag hoe als mantelzorgers ook goed voor jezelf te blijven zorgen.

Bij elke bijeenkomst is een consulent van Lariks aanwezig.

Mantelzorgcafé's in 2024

In 2024 elke tweede vrijdag van de maand. Let op: 8 november vervalt omdat Lariks op 15 november een bijeenkomst organiseert in het kader van de Dag van de Mantelzorg.

Deelname is gratis. Wij zorgen voor koffie/thee 'met iets erbij'.

Contact: deelgenotenleusden@gmail.com, bel / whatsapp: 06 21 50 13 44.

[>> Lees meer op de andere zijde](#)

*‘Neem de leefwereld van de mantelzorgers als uitgangspunt en zoek naar oplossingen passend bij hun behoeften en wensen en die van zijn/haar naasten. Luister naar de oplossingen die de mantelzorgers zélf aandragen.’
(Movisie, landelijk expertisecentrum Welzijn en zorg).*

Tijdens de eerdere Mantelzorgcafé's spraken we met elkaar over:

- Hulp vragen, hulp aannemen en aan anderen hulp durven toevertrouwen.
- Het belang van respijtzorg (vervangende zorg), ook thuis, als je even weg wilt; een 'eigen leven' is belangrijk om het mantelzorgen vol te houden.
- De behoefte aan iemand, zoals een casemanager, die als 'steun-en-toeverlaat' fungeert bij de zoektocht in de wereld van zorg en welzijn.
- Mantelzorgen in vakantietijd als de vaste hulpverleners en contacten niet altijd beschikbaar zijn en de vervangers niet bekend met de situatie.

Nieuwe thema's:

12 september: 'Mantelzorgondersteuning: behoeften en wensen'. En welke thema's zou u dit seizoen met elkaar willen bespreken? Dat is dan meteen de aanloop naar het café van 11 oktober.

11 oktober: Aan welke ondersteuning door Lariks hebben mantelzorgers behoefte? Een gesprek met Ingrid ter Heerdt, teamleider Lariks en Mariska Stehouwer, mantelzorgconsulent.

13 december: invulling nog open, afhankelijk van uw wensen mbt bepaalde thema's.

**Graag tot ziens in Mantelzorgcafé De Deelgenoten op:
12 september, 11 oktober, 13 december**

8 november vervalt i.v.m. viering Dag van de Mantelzorg op 15 november.
Meer informatie daarover volgt via Lariks

[>> Lees meer op de andere zijde](#)

Mede mogelijk dankzij een bijdrage van



Fonds
Samenlevingsinitiatieven
gemeente Leusden