

Van harte welkom!

Mantelzorgcafé
De Deelgenoten is
winnaar van de AFAS
Aanmoedigingsprijs
2024

**Vrijdag 10 januari, 14 februari, 14 maart,
11 april, 9 mei en 13 juni 2025**

Mantelzorgcafé 'de Deelgenoten'

Van 10 - 12 uur

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 mantelzorger ook goed voor jezelf te blijven zorgen.

Bij elke bijeenkomst is een consulent van Lariks aanwezig.

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

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

Mantelzorgcafé De Deelgenoten is winnaar van de AFAS Aanmoedigingsprijs 2024

>> 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.

Bent u minder mobiel en heeft u vervoer naar De Deel nodig?

Via ANWB AutoMaatje is vervoer van deur tot deur mogelijk. Kijk op www.automatjeleusden.nl of bel voor meer informatie met Lariks: 033 303 44 44 (op werkdagen van 9 - 12 uur).

Graag tot ziens in Mantelzorgcafé De Deelgenoten

De initiatiefnemers:

**Janske Bakker, Rita Cloosterman, Corinne van Dis,
Astrid van Ekeren en Hans Acherman**

Mede mogelijk dankzij een bijdrage van



Fonds
Samenlevingsinitiatieven
gemeente Leusden