

**Nieuwsbrief voor
mantelzorgers
februari - maart
2021**



sociaal werk
de schans



(Online) activiteiten aanbod

Beste mantelzorger,

Wie had in maart van vorig jaar kunnen denken, dat we na een jaar nog steeds te maken zouden hebben met Corona? Gelukkig is er ook een lichtpuntje aan de horizon nu de vaccinaties van start zijn gegaan. Hopelijk wordt het binnen afzienbare tijd weer makkelijker om elkaar te ontmoeten.

Tot die tijd willen we je zo goed mogelijk ondersteunen binnen de mogelijkheden die we hebben. Weet dat we op afstand altijd dichtbij zijn. Elke werkdag zijn we telefonisch bereikbaar voor vragen. Neem gerust contact met ons op, ook als je alleen behoefte hebt aan een luisterend oor. Het is ook altijd mogelijk om een wandelafpraak te maken met een van onze medewerkers of een gesprek te hebben op veilige afstand bij de voordeur.

In deze nieuwsbrief informeren we je over de online themabijeenkomsten, de online kookworkshop en de online koffiemomenten die we in februari en maart organiseren. Ook blikken

we terug op de online bingo van december. Daarnaast vind je in deze nieuwsbrief een overzicht van een aantal handige websites en telefoonnummers voor mantelzorgers.

Vooruitblik

We hebben in de komende periode diverse online activiteiten voor je georganiseerd. Je kunt gratis aan één of meerdere activiteiten deelnemen. Geef je op tijd op, want vol is vol.

We gaan van start met twee online themabijeenkomsten. Na ontvangst van je aanmelding sturen we je een link toe voor het bijwonen van de bijeenkomst. Tijdens de themabijeenkomsten krijg je een presentatie, tips en uitleg. Eventuele vragen kun je in de chat stellen.

Online themabijeenkomst: Positieve Gezondheid voor mantelzorgers

Binnen Sociaal Werk De Schans werken we met het model van Positieve Gezondheid. Tijdens de bijeenkomst geven we uitleg over Positieve Gezondheid en praktische

tips hoe Positieve Gezondheid jou als mantelzorger kan helpen in deze uitdagende tijd.

Door: Sociaal Werk De Schans
Wanneer: Donderdag 11 februari
2021 van 19.30 – 20.15 uur
Aanmelden: uiterlijk 7 februari via
mantelzorg@sociaalwerkdeschans.nl

Handige websites

www.sociaalwerkdeschans.nl

www.mantelzorgwesterkwartier.nl
Informatie over (online)
regionale activiteiten

www.mantelzorg.nl
De landelijke website voor
mantelzorgers.

www.rivm.nl
Landelijke informatie omtrent
de coronamaatregelen.



Meld je snel aan!

Online themabijeenkomst: Help! Waar kan ik terecht?

Wijkverpleegkundigen van Buurtzorg en Zonnehuis Thuis geven tijdens deze bijeenkomst informatie over ergotherapie, personenalarmering, respijtzorg en andere voorzieningen.

Door: Wijkverpleegkundigen van Buurtzorg en Zonnehuis Thuis
Wanneer: Donderdag 25 maart 2021 van 19.30 – 20.15 uur
Aanmelden: uiterlijk 1 week van te voren, via mantelzorg@sociaalwerkdeschans.nl

Online workshop: Indonesische hapjes maken

Voor de kook- en bakliefhebbers hebben we een leuke workshop georganiseerd met medewerking van Imelda. Zij gaat ons leren hoe we zelf Indonesische hapjes kunnen maken. Deelname is gratis. Je kunt je per email bij ons aanmelden. Je krijgt dan een bevestiging met daarbij de online link en natuurlijk een boodschappenlijstje met wat nodig is voor dit gerecht.

Door: Imelda en Sandra
Wanneer: dinsdag 30 maart, de

workshop start om 10.00 uur
Aanmelden: uiterlijk 1 week van te voren, via mantelzorg@sociaalwerkdeschans.nl

Online koffiemomenten voor mantelzorgers

Veel mantelzorgers geven aan dat ze het contact met elkaar missen. Daarom gaan we in elk gebied in kleine groepjes van start met een online koffiemoment. Even een moment om online met elkaar bij te praten en te kijken hoe het met iedereen gaat in deze uitdagende tijd. We houden de groepjes klein tijdens deze online koffiemomenten, zodat we tijd en aandacht voor elkaar kunnen hebben.

Er kunnen maximaal 10 deelnemers tegelijk deelnemen aan de online koffiemomenten. Mochten er meer aanmeldingen binnenkomen dan plannen we extra online koffiemomenten.

Je kunt je aanmelden bij de mantelzorgconsulent uit jouw gebied. Zij stuurt je een link toe waarmee je eenvoudig kunt loggen vanaf je computer, tablet of mobiele telefoon. Deelname is

gratis.

Op de volgende pagina vind je een overzicht van de (online) koffiemomenten bij jou in de buurt.

Handige telefoonnummers

Sociaal Werk De Schans

tel. 0594 745 620,
op werkdagen bereikbaar van
9.00 – 17.00 uur

De Mantelzorglijn

tel. 030 760 60 55
voor algemene vragen van
mantelzorgers,
op werkdagen bereikbaar van
9.00 – 17.00 uur

De landelijke Luisterlijn

tel. 0900 0767
voor een luisterend oor,
24 uur per dag bereikbaar.

Wanneer zijn de online koffiemomenten in jouw gebied?

Gebied Grootegast

Wanneer: maandag 22 februari
van 10.00 – 11.00 uur
Aanmelden: bij Anneleen van der Zee,
via: a.vanderzee@sociaalwerkdeschans.nl

Gebied Leek

Wanneer: donderdag 4 maart
van 14.30 – 15.30 uur
Aanmelden: bij Roelinda Hoogeveen
via: r.hoogeveen@sociaalwerkdeschans.nl

Gebied Zuidhorn

Wanneer: maandag 1 maart van 10.00 - 11.00 uur
en maandag 8 maart van 14.30-15.30 uur.
Aanmelden: bij Willie Elsinga - Aardema
via: w.elsinga@sociaalwerkdeschans.nl
en Sandra Jongs
via: s.jongs@sociaalwerkdeschans.nl

Gebied Marum

Wanneer: donderdag 4 maart van 15.00 - 16.00 uur
en maandag 8 maart van 10.00 - 11.00 uur
Aanmelden: bij Titia ten Have
via: t.tenhave@sociaalwerkdeschans.nl

Meld je **uiterlijk één week van te voren** aan voor
het online koffiemoment bij jou in de buurt!

Terugblik

Mantelzorg Bingo, december 2020

Eind vorig jaar hadden we alweer onze tweede
online bingo voor alle mantelzorgers uit ons gebied.
Een enorm succes met meer dan 110 aanmeldingen!

Tijdens de bingo hebben onze
mantelzorgconsulenten Roelinda Hoogeveen en
Anneleen van der Zee, er samen met alle
mantelzorgers een gezellige avond van gemaakt. We
hebben 6 prijswinnaars blij mogen maken met
mooie prijzen en danken alle sponsors voor de
prijzen die ze beschikbaar hebben gesteld.

Prijswinnaars: Mw. Eilander, mw. Visser, Anneke,
mw. van Til, mw. Sultanova, mw. Sijbenga.

Sponsors: Jumbo Leek, Poiesz Supermarkten,
Reinette Makelaardij, Praktijk Healing Happiness en
Dagwinkel De Wilp

**We wensen je veel sterkte toe in deze uitdagende
tijd en hopen je te ontmoeten tijdens een van onze
online activiteiten.**

**Hartelijke groet,
Jolique Luscuere, Coördinator Mantelzorg
Namens het mantelzorgteam**

Sociaal Werk De Schans

Lindensteenlaan 44
9351 KG Leek
Postbus 50
9460 AB Gieten
(0594) 745 620
www.sociaalwerkdeschans.nl
info@sociaalwerkdeschans.nl

*Voor uw rechten (o.a. klachten en privacy) verwijzen we naar de folder 'Uw rechten, onze
plichten' op de website onder het kopje Privacy Statement.*



**sociaal werk
de schans**
Onderdeel van **Tintengroep**