



Nieuwsbrief Mantelzorg

De zomer is een bijzondere tijd van het jaar. Voor velen betekent het een periode van vakantie, ontspanning en tijd doorbrengen met familie en vrienden. Voor mantelzorgers verloopt deze periode echter niet altijd anders dan de rest van het jaar. De zorg voor een naaste gaat immers vaak gewoon door. Dat geldt ook voor kinderen die opgroeien met iemand die extra zorg nodig heeft. Speciaal voor hen zijn er 2 leuke activiteiten, die in deze nieuwsbrief staan vermeld. **Maak je hen attent op deze activiteiten?**

Regelmatig horen we dat mantelzorg wordt verward met vrijwilligerswerk. Hoewel beide van grote waarde zijn voor onze samenleving, zijn er belangrijke verschillen. Mantelzorg kies je meestal niet; het ontstaat vanuit een persoonlijke relatie met een partner, ouder, kind, familielid, vriend of buur die ondersteuning nodig heeft. Vrijwilligerswerk daarentegen is een bewuste keuze en vindt plaats binnen een georganiseerde context. In het overzicht hiernaast zie je de grootste verschillen.

In deze nieuwsbrief ook een leuke **WIN-actie**. Wil je kans maken op kaarten voor de film Champagne...reageer dan snel!

We kijken ook alvast vooruit naar het najaar. Dan start er opnieuw de gespreksgroep voor mantelzorgers die zorgen voor iemand met dementie. Deze bijeenkomsten bieden ruimte om ervaringen te delen, herkenning te vinden en steun te ontvangen van anderen die in een vergelijkbare situatie verkeren. Hiernaast vertelt een mantelzorger wat de gespreksgroep heeft gebracht en waarom deze ontmoetingen zo waardevol zijn geworden.

Wij hopen dat deze nieuwsbrief je informatie, herkenning en inspiratie biedt. En mocht het deze zomer lukken om af en toe een moment voor jezelf te nemen, dan wensen wij je daar alle ruimte en rust voor toe.

Miranda Krol - mantelzorgconsulent
mantelzorg@puttenvoorelkaar.nl
06 5986 2640

 **De verschillen tussen vrijwilliger en mantelzorger**



	Vrijwilliger	Mantelzorger
Vrije keuze	✓	✗
Is verzekerd	✓	✗
Is aansprakelijk	✗	✓
Krijgt begeleiding	✓	✗
Heeft collega's	✓	✗
Vaste tijden	✓	✗
Afgebakende taken	✓	✗

www.mantelzorgelijk.nl

mantelzorger aan het woord over de gespreksgroep:

“ Ik heb vanaf oktober 2025 t/m april 2026 deelgenomen aan de gespreksgroep voor mantelzorgers van een partner met alzheimer. Het was voor mij de eerste keer dat ik aanschoof bij deze gespreksgroep.

Binnen de groep werd ik direct opgenomen, dat geeft een warm gevoel. Ieder deelt zijn/haar ervaringen binnen de groep en zo leer je in te zien dat elke mantelzorger zijn eigen problemen en ervaringen heeft. Onder leiding van Miranda Krol en Alie van den Brink worden tips en adviezen gegeven over hoe te handelen en om te gaan met je partner met alzheimer. Ik heb de gesprekken binnen de groep als prettig en leerzaam ervaren” .

Maak kans op gratis kaarten voor de film Champagne

We verloten onder mantelzorgers vrijkaarten voor de film Champagne, die op vrijdag 17 juli wordt vertoond in het Filmhuis in Stroud. Champagne vertelt het verhaal van Maarten, die zijn ongeneeslijk zieke vader meeneemt op een bijzondere reis naar de champagnestreek. Een ontroerende en humorvolle film over familie, liefde en de dingen die soms moeilijk uit te spreken zijn.

Ben je mantelzorger en zorg je voor een partner, ouder, kind, familielid, vriend of buur? Dan maak je kans op twee gratis kaarten voor deze filmvoorstelling.

Om mee te doen, beantwoord je de volgende vraag:

“Wie zou jij meenemen naar de film Champagne en waarom?” Stuur je antwoord vóór **10 juli** naar mantelzorg@puttenvoorelkaar.nl onder vermelding van ‘Film Champagne’. De winnaars ontvangen persoonlijk bericht.



Het Nostalgiekoor zoekt zangers!

Laat je geheugen je wat vaker in de steek en vind je het leuk om te zingen en anderen te ontmoeten? Dan is het Nostalgiekoor misschien wel wat voor je!

Er wordt gezongen uit een map met meer dan 80 verschillende liedjes van vroeger. Kom gerust 'ns langs om mee te zingen en sfeer te proeven. (Vooraf ontvangen we graag even een berichtje).

Mantelzorgers zijn van harte welkom om mee te komen.

Waar: Stroud, Brinkstraat 91

Wanneer: Woensdagavond van 19.00-20.00 uur

Meer info: 0341-740051

Verlies- en Rouw

LOTGENOTEN WANDELING

ZATERDAG 4 JULI / VAN 14:00 - 16:00 UUR

WANDEL MET MENSEN DIE, NET ALS JIJ,
LEVEN MET VERLIES.

DE WANDELING IS ONDER BEGELEIDING VAN EEN
PROFESSIELE VERLIES- EN ROUWBEGELEIDER.

STARTLOCATIE: LANDGOED SCHOVENHORST / PUTTEN

VOORAF AANMELDEN: [INFO@ROUWTIJD.NL](mailto:info@rouwtijd.nl) OF 06-12498844

DEELNAME KOSTEN: €12,50 PP

Warme groeten,

Petra van Bodegraven



VOLG ROUWTIJD OP:
WWW.ROUWTIJD.NL



Activiteiten voor jonge mantelzorgers

MIDGETGOLFEN ÉN FRIET

Ben jij een jonge mantelzorger tussen de 6 en 24 jaar?

Dan nodigen we je graag uit voor een gezellige middag bij Terra Nova in Putten.

We gaan samen midgetgolfen en lekker eten in het restaurant.

 Woensdag 8 juli 2026

 Terra Nova Putten

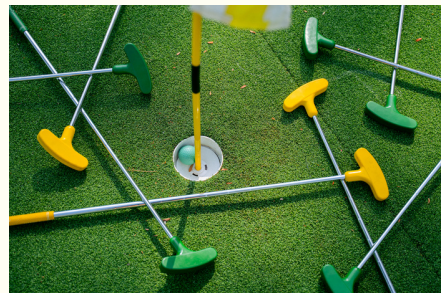
 Vanaf 16.00 uur

Je mag een vriend of vriendin meenemen. Na het eten is de activiteit afgelopen en gaan weer naar huis, zodat je op tijd weer thuis bent.

Aanmelden kan tot en met 5 juli 2026, via de site van Putten voor Elkaar (activiteiten-jonge mantelzorgers), maar laat het liefst zo snel mogelijk weten!

Heb je vragen? Neem gerust contact op, dan kijken we graag met je mee.

We hopen je te zien!



ZOMERPAKKET VOOR KINDEREN DIE NIET OP VAKANTIE GAAN

Niet ieder kind gaat deze zomer op vakantie. Daarom willen we graag iets extra's doen voor kinderen die deze zomer thuisblijven.

Putten voor Elkaar en HEMA willen kinderen uit Putten die niet op vakantie gaan graag verrassen met een gratis zomerpakket. Een pakket vol leuks om de zomervakantie nét wat mooier te maken.

De zomerpakketten zijn geschikt voor kinderen van alle leeftijden.

Inschrijven is verplicht.

Aanmelden kan eenvoudig via de link hieronder. [link voor zomerpakket](#)

 Elk kind moet apart worden aangemeld.

De zomerpakketten kunnen worden opgehaald op:

Woensdag 15 juli

Tussen 15.00 en 16.30 uur

Restaurant HEMA Putten

Ken je een kind voor wie dit een mooi steuntje in de rug kan zijn? Geef deze actie dan gerust door.

Samen zorgen we ervoor dat ook kinderen die deze zomer niet op vakantie gaan, om welke reden dan ook, een fijne zomer kunnen beleven.

Met dank aan HEMA



Cursus 'De Laatste Hulp'

Leven tot het laatst

Dinsdag
28 juli 2026

't Veense Hart, Nijkerkerveen

Hospice Nijkerk
en omstreken

SIGMA | de kern
van welzijn



De Laatste Hulp Cursus is een Nederlandse variant van het internationale Last Aid programma. Het biedt concrete handvatten voor iedereen die een bijdrage wil leveren aan de zorg thuis in de laatste levensfase in de privé-situatie.

Hospice Nijkerk
en omstreken

De bijeenkomst is bedoeld voor mensen in de laatste levensfase en mensen die dicht om hen heen staan. In een kleine groep bespreken we in een bijeenkomst van een dagdeel de volgende thema's:

- › Sterven als normaal onderdeel van het leven
- › Vooruit plannen
- › Verlichten van lijden
- › Afscheid nemen
- › Hoe je op een goede manier aanwezig kunt zijn bij een dierbare die ernstig ziek is en gaat overlijden
- › Praktische tips en adviezen voor ondersteuning in de palliatieve fase

De bijeenkomst wordt gegeven door gecertificeerde trainers, waarvan in elk geval één verpleegkundige is. De deelname is gratis.

Cursus
volgeboekt?
De volgende bijeen-
komst is op woensdag
28 oktober 2026 in
't Paashuis in
Nijkerk.



Wanneer
Dinsdag 28 juli 2026
13.30-16.30 uur (inloop v.a. 13.15)

Locatie
't Veense Hart
Van Noortstraat 36 te Nijkerkerveen

Aanmelden en meer informatie

Hospice Nijkerk
M delaatstehulpcursus@gmail.com
T 033-2473100