



Denk je mee over mantelzorg?



Beste mantelzorg,

Onze mantelzorgondersteuning willen we zo passend mogelijk aanbieden. We bieden workshops, activiteiten en coachingsgesprekken. De informatie voor mantelzorgers gaat via thema-nieuwsbrieven en video's. In de campagne MedeMogelijkMakers richten we ons specifiek op de jonge mantelzorgers. En onlangs werkten we mee aan de lancering van de nieuwe website voor Oosterhoutse mantelzorgers www.mantelzorgoosterhout.nl

Wij willen heel graag weten hoe jij kijkt naar onze mantelzorg(ondersteuning) in Oosterhout en Geertruidenberg? Is er voldoende aandacht bij je omgeving en professionals voor jouw rol als mantelzorg? Heb je voldoende informatie? Zo nee, wat mist er? Daarom vragen we je de online enquête in te vullen. Dat kan anoniem. Vul je je emailadres in, dan maak je kans op een RITUALS geschenkpakket.

[Klik hier om de enquête in te vullen.](#)

Jouw input helpt ons, en andere mantelzorgers, bij het aanbieden van de juiste ondersteuning. Alvast hartelijk dank!

Surplus team Mantelzorg

Nieuws



Start ochtend- en avondcursus Dementie en (n)u

Dementie is meer dan vergeten alleen. Het programma Dementie en Nu heeft als doel om familieleden te helpen om dementie te begrijpen en hiermee te kunnen omgaan. Tijdens maximaal tien bijeenkomsten bespreken we thema's zoals: inleving in de veranderende beleving en gedrag, omgaan met zorg, communicatie, regelzaken, veiligheid en zelfzorg.

Het psycho-educatie pakket is een initiatief van Into D'mentia, Expertisecentrum Vlaanderen en Alzheimer Liga Vlaanderen. De cursus wordt meerdere malen per jaar overdag en in de avonden aangeboden door Surplus Mantelzorg en is toegankelijk voor mantelzorgers uit Gemeente Oosterhout en Geertruidenberg.

De volgende groepen starten op:

Dinsdagochtend 20 september a.s. van 10 uur tot 12 uur in Activiteitencentrum De Slotjes

Donderdagavond 6 oktober a.s. van 19 uur tot 21 uur in Activiteitencentrum De Slotjes

Zowel deelname aan de bijeenkomsten als het verstrekte cursusmateriaal is kosteloos. Kan een naaste niet alleen thuis blijven? Dan is hij/zij tijdens de cursus welkom bij De Ontmoetingsplek. Verschillende groepen komen na de cursus langdurig bij elkaar om ervaringen uit te wisselen en blijven leren. Voor aanmelding, informatie over mantelzorg of buddyhulp kun je contact opnemen met via e-mail mantelzorg.oosterhout@surplus.nl. Of bel naar Surplus 0162-748600.



Cursus partners van mensen met autisme

De groep partners die met de gevolgen van autisme te maken krijgt is groot. Sommigen maken zich zorgen en voelen zich verdrietig. Anderen voelen vooral boosheid en onmacht, omdat ze weinig invloed lijken te hebben om de situatie te veranderen. Tegelijkertijd wordt er een extra beroep op hen gedaan, bijvoorbeeld op het gebied van zorg, huishouden en opvoeding. Het is niet altijd eenvoudig om te weten waar je goed aan doet.

Per 1 november start met mentale gezondheidscentrum de volgende cursus omgaan met ASS. Thema's van de zes bijeenkomsten zijn: Kenmerken van autisme, communicatie, grenzen aangeven, relatie uit balans, wat doet autisme met mij, met mijn gezin en hoe houd ik mezelf staande.

Meld je aan bij: Aniëlka Stolarz via e-mail A.Stolarz@ggzbreburg.nl of telefoon 06-10676530



Alleen verder na verlies

Op dinsdagochtend 13 september start het mentale gezondheidscentrum een gespreksgroep voor mensen die het overlijden van een naast familielid verwerken.

Tijdens zeven bijeenkomsten van de rouwverwerkingsgroep gaan we in gesprek over het overlijden, bijkomende emoties en herinneringen. Er worden praktische handvatten geboden hoe om te kunnen gaan met het rouwproces en er is veel ruimte voor het delen van persoonlijke ervaringen. Dit met als doel om uiteindelijk op een nieuwe manier weer vooruit te kunnen kijken.

Meld je aan bij Lenny Heuver via e-mailadres: l.heuver@ggzbreburg.nl of telefoon 06-20138681

Heb je een vraag over mantelzorg?

Bel Surplus Mantelzorg 0162-748600 of mail naar mantelzorg.oosterhout@surplus.nl

Surplus

T 0162-748600

E mantelzorg.oosterhout@surplus.nl

www.surplus.nl



Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).

U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#).

Voor een goede ontvangst voegt u mantelzorg.oosterhout@surplus.nl toe aan uw adresboek.