

Week van de Mantelzorg

6 tot en met 10 november 2023



Zorg je voor iemand anders?

We zetten alle mantelzorgers graag in het zonnetje!

Mantelzorgers zijn onzichtbare helden, die het verdienen om in de schijnwerpers te worden gezet. Dat willen we graag doen door het aanbieden van een aantal gezellige en ontspannende activiteiten op of rond de dag van de Mantelzorg. Ben jij mantelzorger en woon je in de HBEL? Dan nodigen we je van harte uit om deel te nemen.

Adressen

Brinkhuis Laren	- Brink 29, Laren
Dorpshuis Blaercom	- Schoolstraat 3, Blaricum
Wijkcentrum 't Vuronger	- Schoolstraat 6, Huizen
Jongeren centrum Impuls	- Noordersingel 4b, Eemnes
Wijkcentrum Malbak	- Wetering 122, Blaricum
Amaris Theodotion	- Werkdroger 1, Laren
Huis van Eemnes	- Noordersingel 4, Eemnes
Wijkcentrum Holleblok	- Holleblok 2, Huizen

Gezelschap nodig?

Wil je deelnemen aan een activiteit, maar laat je niet graag degene voor wie je zorgt alleen thuis? Neem contact op met de Vrijwilligerscentrale Huizen. Zij zijn bekend met diverse vrijwilligers die met plezier naar je toekomen om degene voor wie je zorgt gezelschap te houden. Telefonisch bereikbaar op werkdagen van 9.30 tot 12.30 uur op 035-5267553 of e-mail thuishulp@vchuizen.nl.

Vervoer nodig?

Wil je deelnemen aan een activiteit, maar heb je zelf geen vervoer? Neem minimaal twee werkdagen van tevoren contact op met ANWB AutoMaatje van Versa Welzijn, dan brengt een vrijwilliger je met zijn/haar eigen auto naar de gewenste locatie en haalt je ook weer op. Kosten: 0,35 cent per kilometer.



Meer informatie: versawelzijn.nl/ouder-woorden-en-mantelzorg

Week van de Mantelzorg 2023

Deelname is gratis. Meld je zo spoedig mogelijk aan, want er is een beperkt aantal plekken!

Meer informatie en aanmelden voor de activiteiten

bij een van de volgende sociaal werkers van Versa Welzijn:

Marilyn Limon	tel 06 30 09 86 72	of mlimon@versawelzijn.nl
Anneke van der Veer	tel 06 11 07 91 10	of aveer@versawelzijn.nl
Serena Stad	tel 06 31 99 56 56	of ssstad@versawelzijn.nl

Maandag 6 november

Culturele Middag - Brinkhuis - 14.00-16.00 uur

Inloop 13.30 uur, start in Theaterzaal 14.00 uur. Met koffie/thee.

De voormalige wethouder, auteur en presentator Leo Janssen zal verhalen vertellen uit zijn dan inmiddels verschenen derde boek Bol-an.

Dinsdag 7 november

Fotoshoot - Brinkhuis - 13.00-15.00

Laat door fotograaf Margot prachtige foto's maken van jezelf of samen met degene voor wie je zorgt!

Dansmiddag - Blaercom - 13.00-15.00 uur

Wil je ook genieten van diverse muziek uit allerlei landen en met je voeten van de vloer? Kom dan gezellig meedansen met een drankje erbij. Je mag je partner/familiedid meenemen. Onder leiding van Nettie Tap.

Yoga workshop - Malbak grote zaal - 16.00-17.00 uur

Lekker ontspannen met Yoga. Handdoekje graag zelf meenemen.

Woensdag 8 november

Workshop bonbons maken - 't Vuronger - 14.00-16.00 uur

Onder begeleiding van Jennifer Ammerlaan zelf de heerlijkste bonbons maken en mee naar huis nemen.

Mantelzorg Pubquiz - Impuls - 19.30-21.30 uur

Met de meidenavond rondom (jonge) mantelzorg.

Cadeautje voor alle deelnemers: Magazine MantelKRACHT

Donderdag 9 november

Sushi workshop en diner in één - Malbak - 17.30-19.30 uur

Wil je ook leren om je eigen diverse sushi's te maken? De technieken leren? En daarna nog lekker samen eten ook? Meld je dan aan!

Mantelzorg Pubquiz - Impuls - 19.00-21.00 uur

Met de jongensavond rondom (jonge) mantelzorg.

Feelgoodmarkt - Amaris Theodotion - 11.00-14.30 uur

Met live muziek & kraampjes met lekkere hapjes en handgemaakte producten.

Vrijdag 10 november

Mantelzorg Wandeling - 09.30 uur

Een heerlijke mantelzorg wandeling in de BEL! Wil je meelopen? Mail dan naar enzio@belsportiefengezond.nl. De locatie in de BEL-gemeenten waar wordt gestart is begin november bekend!

High Tea met JohnLennon - Huis van Eemnes - 14.00-16.30 uur

Kom ook genieten van deze lekkere high tea met muzikale omlistung en leuke act!

Inspiratiemarkt - Holleblok - 11.00-15.00 uur

Verschillende regionale aanbieders inspireren en informeren mantelzorgers. Daarnaast staan er kraampjes met lekkere gerechtjes, zorgt de band Timeless voor muziek én kun je genieten van een schouder- of handmassage.

Bibliotheek loot gratis bibliotheekpassen uit voor mantelzorgers!

Speciaal voor de Week van de Mantelzorg verloot Bibliotheek Gooi+ tien gratis jaarabonnementen! Zo kan je even heerlijk wegdromen met een boek, e-book of luisterboek.

Interesse? Mail dan vóór 12 november 2023 je naam, telefoonnummer en e-mailadres naar aanmelden@bibliotheekgooiplus.nl. Na afloop van de week worden tien winnaars getrokken uit de aanmeldingen.