



# ACTIVITEITEN

Mantelzorg

2023

## Mantelzorgers Ontmoeten Mantelzorgers

### Marum

't Marheem, Schoolstraat 8 in Marum  
26 januari 12:00- 14:00 uur lunch, 2 maart quiz ochtend. Verdere planning begin maart op de website van het MIP en via mail.

### Leek

De Schutse, Oldenoert 32 in Leek 10:00 – 11:30 uur  
Elke eerste woensdag van de maand.

**MOM: een moment voor ontmoeting tussen mantelzorgers uit hetzelfde gebied. Een bakje koffie of thee, gezellig kletsen of ervaringen uitwisselen.**

### Zuidhorn

Pand 10A, Nieuwstraat 10 in Zuidhorn 10:00 - 11:30 uur  
Elke eerste maandag van de maand, behalve 16 januari.  
Augustus vervalt vanwege vakantie.

### Grootegast

Bibliotheek, Marktplein 11 in Grootegast 10:00 -11:30 uur  
Elke tweede dinsdag van de maand. Uitzondering: woensdag 12 juli BBQ. Augustus vervalt vanwege vakantie.

**Het Mantelzorgcafé is er voor alle mantelzorgers in het gehele Westerkwartier. Meer info over het thema en de locatie volgt later via de mail en op de website.**

2 februari in Zuidhorn: Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH)  
23 februari in Grootegast  
25 mei in Leek  
28 september in Zuidhorn  
30 november in Marum

## Mantelzorgcafé Thema en uitwisseling

**Donderdagavond  
19:30 – 21:00 uur**

Bekijk alle activiteiten op onze website!

## Training Grip en Glans

**7, 14, 28 maart en 4 april  
19:30 - 21:00 uur**

Een training om een betere balans te vinden tussen goed voor jezelf zorgen en mantelzorg.

**Georganiseerd door Dementie Vriendelijk Westerkwartier**

### Data en locaties

10 januari Sociaal Cultureel Centrum Zuidhorn  
14 februari Zorgcentrum Vredewold Leek  
14 maart Sociaal Cultureel Centrum Zuidhorn  
11 april Zorgcentrum de Hoorn in Marum  
9 mei Woonzorgcentrum De Nieuwe Wierde in Grijpskerk  
13 juni De Schutse in Leek

## Alzheimer Café Westerkwartier

**Voor iedereen die met dementie te maken heeft**

**19:30 - 21:00 uur**

Inloop vanaf 19:00 uur

Andere mensen ontmoeten? Even een luisterend oor nodig? Of een spelletje doen? Kom gezellig naar de Huiskamer in Leek! Aanmelden is niet nodig. Een kopje koffie of thee kost € 0,50.

## Huiskamer Leek

**Elke woensdagochtend 10:00 - 12:00 uur  
De Schutse, Oldenoert 32 in Leek**

## Buurtbakkies

Op verschillende locaties en momenten zijn er Buurtbakkies. Kom gerust eens langs en ontmoet andere buurtgenoten. Kijk op de website van Sociaal Werk De Schans waar en wanneer.

*Belangrijke data!*

**Aanvragen mantelzorgwaardering: van 1 juli tot 1 oktober**

De mantelzorgwaardering kan worden aangevraagd via de website van het MIP of telefonisch. De mantelzorgwaarderingen worden uitgereikt in de Week van de Mantelzorg.

**Week van de Mantelzorg: van 6 t/m 10 november**

In deze week worden er verschillende activiteiten voor mantelzorgers georganiseerd.

**Dag van de Mantelzorg: vrijdag 10 november**



### Meer weten?

Bezoek onze website of mail of bel ons gerust.

[www.sociaalwerkdeschans.nl](http://www.sociaalwerkdeschans.nl)

[mantelzorg@sociaalwerkdeschans.nl](mailto:mantelzorg@sociaalwerkdeschans.nl)



0594 745 620