

Nieuwsbrief juni 2021

Mantelzorg

Stichting Welzijn Albrandswaard

Yoga Mantelzorg



In overleg met Karin Noordzij, yogadocente, is besloten dat de yoga via SWA Steunpunt Mantelzorg per 1 augustus 2021 stopt en wordt voortgezet door Karin zelf.

U kunt dus nog steeds gebruik maken van de yogales, met en zonder stoel. Als bijlage vindt u een flyer waarin Karin uitleg geeft over de mogelijkheden en tarieven. Tot 1 augustus wordt de yoga via SWA op donderdagmorgen voortgezet in de buitenlucht, bij regen gaat de les niet door.

Dagdeel: donderdagochtend

Tijd: 10.00 uur tot 11.00 uur

Locatie: het Lokaal, in de buitenlucht.

U kunt zich aanmelden bij Karin via telefoonnummer 06-24227409 of per mail

Karin.Noordzij@anima4ever.nl.

Wandelen Mantelzorg

Door versoepeling van de maatregelen per 19 mei is het weer mogelijk om met meerdere personen te wandelen. Er is besloten om de wandelgroep voor mantelzorgers vanaf dinsdag 1 juni te hervatten. Net als voorheen wordt er verzameld bij Het Lokaal en om 13.00 uur start de wandeling onder begeleiding van Aad Wijntjes van Stichting SPAL, de wandeling duurt een uur.

U kunt zich aanmelden bij Aad Wijntjes via telefoonnummer 06-46226208



Contactgroep Ouders met kind met autisme

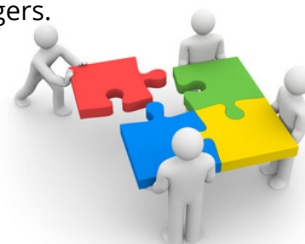
Op 24 juni 2021 komt de contactgroep Ouders met kind met autisme weer bij elkaar in Wijkcentrum Portland. Door de coronamaatregelen heeft het eerder digitaal plaatsgevonden, maar nu kan dit eindelijk weer fysiek. Het is wel belangrijk dat er nog rekening wordt gehouden met de coronamaatregelen zoals het houden van afstand. Deze contactgroep is voor mantelzorgers die zorgen voor een kind met autisme. Het doel is het uitwisselen van ervaringen, kennis delen en daarnaast ook de verbinding zoeken tussen mantelzorgers.

Datum: 24 juni 2021

Locatie: WC Portland, Hof van Portland 41, 3161 WK Rhooon

Tijd: 19.30 uur tot 21.30 uur

Graag aanmelden voor 22 juni 2021 via mantelzorg@welzijnalbrandswaard.nl.



Contactgroep Vergeet me niet!

We gaan weer starten met de bijeenkomsten voor mantelzorgers die zorgen voor een naaste met dementie. Uit verschillende gesprekken komt de behoefte aan lotgenotencontact duidelijk naar voren. Gelukkig kan dit weer worden opgepakt! De contactgroep is bedoeld voor het delen van ervaringen en kennis. Daarnaast is elkaar ontmoeten van belang voor de herkenning en begrip.



Datum: 1 juli 2021
Locatie: WC De Boekenstal,
Dorpsstraat 34, 3171 EH
Poortugaal
Tijd: 13.30 tot 15.30 uur

Graag aanmelden voor 29 juni 2021, via mantelzorg@welzijnalbrandswaard.nl of Telefoon 010-5018322.

Start koffiemomenten voor mantelzorgers

Ontmoeten, ervaringen delen en kennis opdoen met andere mantelzorgers? Dit kan tijdens de koffiemomenten die gaan plaatsvinden vanaf juni. Deze ochtenden zijn bedoeld als vorm van ontmoeting en om mantelzorgers een moment van adempauze te geven.

We vinden het gezellig om u weer te zien en te horen hoe het met u gaat! We nodigen u daarom graag uit voor een gezellig koffie- of theemoment

Datum: 21 juni 2021, 12 juli, 16 augustus, 20 september

Locatie: Het Boerderijtje, Werkersdijk 1, 3161 BL Rhoon

Tijd: 10.00 uur tot 12.00 uur
Aanmelden is niet nodig.

Mantelzorg pluim 2021

Wij kunnen u als mantelzorger niet missen in onze samenleving. Met hulp van mantelzorgers kan iedereen zo lang mogelijk meedoen in de maatschappij. De gemeente Albrandswaard geeft u daar graag een Pluim voor! U kunt deze Pluim aanvragen tot 1 december 2021. Het formulier vindt u op de website van SWA en de gemeente Albrandswaard. Daarnaast kunt het formulier ophalen bij de receptie van SWA, Rijdsdijk 17a te Rhoon.

Unieke activiteiten voor Jonge Mantelzorgers



Stichting Welzijn Albrandswaard organiseert samen met Kijk op Welzijn Barendrecht een hele speciale activiteit voor jonge mantelzorgers van 12 jaar en ouder, namelijk een **kampweekend!** Gedurende dit weekend willen wij jonge mantelzorgers in het zonnetje zetten, lekker laten ontspannen en even niks moeten.

Helaas moeten wij de vertrekdatum uitstellen wegens Corona. Maar uitstel is geen afstel! Zo spoedig mogelijk vertrekken wij met een groep jonge mantelzorgers uit de gemeente Albrandswaard en Barendrecht naar de groepsaccommodatie de Boomklever in Gelderland. Het wordt een weekend vol toffe activiteiten en gezelligheid!



Woensdag 2 juni organiseert Stichting Welzijn Albrandswaard samen met Kijk op Welzijn Barendrecht **Levend Stratego** voor jonge mantelzorgers van 6 tot 12 jaar. De activiteit vindt plaats bij Blok0180. Het spel wordt afgesloten met een pannenkoekenfeest.

Ben jij een jonge mantelzorger wil je graag meedoen met toekomstige activiteiten? Stuur een mailtje naar mantelzorg@welzijnalbrandswaard.nl.



Terugblik Zeskamp jonge mantelzorgers



Zaterdag 17 april heeft Stichting Welzijn Albrandswaard in samenwerking met Kijk op Welzijn Barendrecht een zeskamp georganiseerd voor jonge mantelzorgers.

Er zijn aardig wat kinderen en jongeren tussen de 6 en 25 jaar die thuis te maken hebben met zorg, bijvoorbeeld voor een ouder, broer of zus die chronisch ziek, een (verstandelijke) beperking heeft of een psychische aandoening. De huidige coronaperiode veroorzaakt voor sommige jonge mantelzorgers een extra belasting.

We kijken terug op een gezellige en ontspannen middag. Het was heerlijk om een groep van deze jonge mensen een gezellige middag te bezorgen waar niks moet en het hebben van lol het belangrijkste was deze middag. De groep kinderen en jongeren hebben deelgenomen aan zes activiteiten waarvan de stormbaan toch wel de grote favoriet was. Het is gelukt om even zorgeloos te genieten en in contact te zijn met anderen die in een vergelijkbare situatie opgroeien. Kortom, het was een geslaagde en zonnige dag voor ons allemaal!

Enquête Mantelzorg en dementie

In het kader van het project dementievriendelijke gemeente heeft er in februari 2021 een enquête plaatsgevonden onder de



mantelzorgers van Albrandswaard waardoor er inzicht komt welke behoefte aan ondersteuning en welke verbeterpunten er zijn op gebied van omgang met dementie binnen onze gemeente. Aan alle mantelzorgers welke de enquête hebben ingevuld, dank u wel voor uw medewerking!

Overzicht activiteiten

Koffiemomenten voor mantelzorgers

Datum: 21 juni 2021, 12 juli, 16 augustus, 20 september

Locatie: Het Boerderijtje, Werkersdijk 1, 3161 BL Rhoon

Tijd: 10.00 uur tot 12.00 uur

Contactgroep Vergeet mij niet!

Datum: 1 juli 2021

Locatie: WC De Boekenstal, Dorpsstraat 34, 3171 EH Poortugaal

Tijd: 13.30 tot 15.30 uur

Contactgroep Ouders met kind met autisme

Datum: 24 juni 2021

Locatie: WC Portland, Hof van Portland 41, 3161 WK Rhoon

Tijd: 19.30 uur tot 21.30 uur

Yoga mantelzorg

Startdatum: 3 juni 2021

Dagdeel: donderdagochtend

Locatie: het Lokaal, Albrandswaardsedijk 180

Tijd: 10.00 uur tot 11.00 uur

Wandelgroep mantelzorgers

Startdatum: 1 juni 2021

Dag: dinsdag

Locatie: het Lokaal, Albrandswaardsedijk 180

Tijd: 13.00 uur tot 14.00 uur

Week van de Jonge Mantelzorger

1 t/m 7 juni is het de week van de jonge mantelzorg. Een goed moment en extra reden om erkenning en ondersteuning te geven aan kinderen en jongeren die opgroeien met zorg. Door heel het land worden activiteiten georganiseerd voor jonge mantelzorgers. Stichting Welzijn Albrandswaard wil alle jonge mantelzorgers verwennen met een kleine attentie.

Verhuizing naar het Huis van Albrandswaard

In het najaar van 2019 startte de bouw van het Huis van Albrandswaard. In april 2021 is het gebouw opgeleverd. Vanaf 7 juni kan iedereen in het nieuwe Huis van Albrandswaard terecht. Ook SWA krijgt in het Huis van Albrandswaard een nieuwe plek. Wij zullen de eerste week van juli verhuizen naar onze nieuwe locatie.

Behalve het wijkteam en SWA krijgen ook het (sport)café van de sporthal en RTV Albrandswaard een nieuwe plek in het Huis van Albrandswaard. De feestelijke opening staat voorlopig gepland in oktober 2021. Of dit haalbaar is, is afhankelijk van de ontwikkelingen rondom Covid19.



**Behoeftte aan
meer informatie?
check de website
van
MantelzorgNL**