

Nieuwsbrief

Januari 2022
Jaargang 21

nummer
01

Mantelzorg- &
Vrijwilligersplein



Oproep

Hoe ontvang jij het liefst de nieuwsbrief? Geef het door!

Het Mantelzorg- & Vrijwilligersplein verstuurt 3x per jaar deze nieuwsbrief per post, maar stuurt inmiddels ook regelmatig digitaal een nieuwsbrief rond. Nu zijn wij benieuwd: hoe ontvang jij de Mantelzorg & - Vrijwilligersplein nieuwsbrieven het liefst: digitaal, per post of allebei? We horen het graag, zodat we kunnen beslissen of, en hoe vaak we deze editie per post nog blijven uitgeven. Geef je mening door in een mail naar: mvplein@sociom.nl. Bedankt!

Ontvang je de digitale nieuwsbrief nog niet? Meld je dan aan op www.mvplein.nl!

Ervaringsverhaal

Eindelijk weer een keer lachen, gieren, brullen

Ans Vergeest zorgt al sinds 2008 voor haar man. Na drie jaar ziek te zijn geweest, werd prostaatkanker geconstateerd. En later kwam daar uitzaaiingen in de botten bij. Tel daar niet goed functionerende hartkleppen bij op, en je begrijpt dat Ans alles in en rondom het huis doet en liefdevol voor haar man zorgt. De zorg uit handen geven? Daar dacht ze nooit aan. Dat kon niet. Tót het najaar van 2021. Toen de zus van Ans haar wees op het mantelzorgweekend en haar dochter aanbood de zorg over te nemen, heeft ze de grote stap toch gezet. En dat is bijzonder goed bevallen.

"Het harde werken vind ik niet erg. Maar mijn man ongelukkig zien, vind ik wel heel erg. Daarom doe ik alles voor hem."



De zorg uit handen geven

Als je voor iemand zorgt, is het niet makkelijk om deze zorg uit handen te geven. Ans vertelt: "Ik doe alles zelf. De grote tuin, het huishouden, de was, koken, voor mijn man zorgen. Hij heeft geen puf en geen kracht meer, dus ik help hem bij veel dingen. Denk aan de medicatie, het verzorgen van zijn

paard en helpen met aankleden. Het harde werken vind ik niet erg. Mijn man ongelukkig zien, vind ik

"Ik dacht dat ik niet meer kon lachen, gieren en brullen. Tijdens het mantelzorgweekend heb ik dat gevoel weer teruggekregen, zo fijn."

wel heel erg. Ik doe daarom alles voor hem. Ik kom nergens, daarvoor heb ik geen tijd. Twee keer per dag met ons hondje wandelen, is mijn uitje. Om mijn hoofd leeg te maken. En als het lukt, ga ik naar



de mantelzorgavonden en 1x per week gymmen. Maar dat laatste heb ik de afgelopen tijd weer vaak moeten afzeggen, omdat ik niet weg kon. Een heel weekend weggaan, was dan ook ondenkbaar voor mij. Dankzij mijn dochter heb ik afgelopen jaar die stap toch gezet. Ik had het gewoon nodig, ik hield het bijna niet meer vol. Ik kreeg mijn hoofd niet meer leeg." Ondanks dat Ans dat heel moeilijk vond, heeft ze haar dochter toch gevraagd om de zorg even over te nemen. Iets wat zij natuurlijk met alle liefde voor haar ouders deed.

Genieten en ontspannen

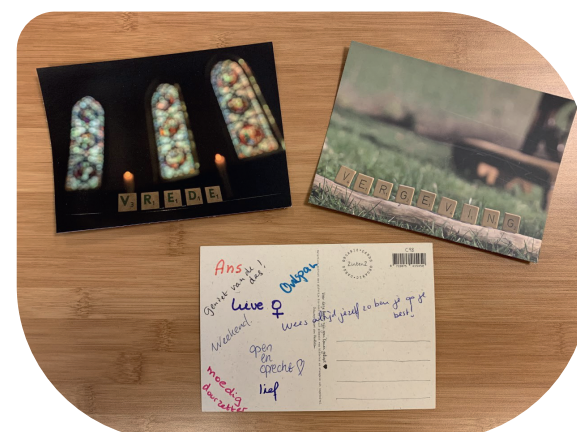
En dan is het zover. Op vrijdag 22 oktober vertrok Ans naar het Dominicanenklooster in Huissen. "Het mantelzorgweekend heeft me zo ontzettend goed gedaan", aldus Ans. "Even uit de zorgen, geen schema voor medicatie, niet nadenken over wat we vandaag eten (wat een enorme zoektocht is sinds de verminderde eetlust van mijn man), het heeft me zó goed gedaan. Ik had een hele lange instructiebrief geschreven voor mijn dochter, maar daardoor kon ik het met een gerust hart loslaten. Natuurlijk heb ik veel aan thuis gedacht, maar ik heb van iedere minuut genoten. Ik dacht 'dit moet ik echt vaker doen'. Mijn hoofd was weer leeg. We hebben een leuk kennismakingsgesprek gehad, een rondleiding door het klooster gekregen, flink gewandeld, buiten bij het kampvuur gezeten en een klankschalensessie gehad. Maar bovenal hebben we veel gelachen. Vooral zaterdagavond hebben we zo gezellig zitten kletsen met z'n allen. Het was lachen, gieren, brullen. Ik wist niet dat ik dat nog kon! Dat gevoel was zo lang geleden, dat was weg. Maar ik kon het nog, en dat voelde echt heel goed."

Een aanrader

Over de vraag of Ans dit weekend aanraadt aan andere mantelzorgers, hoeft ze niet lang na te denken: "Ja, zeker. Ik raad dit iedereen aan. Je hebt het soms echt gewoon nodig om te ontspannen en die zorg even los te laten. Je hoofd leegmaken en op adem komen. Ik heb zo genoten, ik wil een volgende keer heel graag weer mee! En hoe moeilijk het ook is om opvangzorg te regelen: dat komt goed. Mijn man en dochter hebben zich prima gered en mij niet eens gemist, alleen de hond mij wel. Ook de mantelzorggroepen zijn fijn, even samen met elkaar ervaringen delen en gewoon even kletsen. Dat moet je jezelf gunnen, anders houd je de zorg niet vol."

Tekst briefje Ans:

"Bedankt allemaal voor dit mooie weekend. Ik wist niet dat ik het nog kon, lachen, gieren, brullen. Dat hebben jullie mij laten zien, wat een fijn gevoel. Mijn hoofd is leeg. Ik had nog wel willen blijven. Bedankt."





Mantelweetjes

Mantelzorg besproken tijdens begrotingsdebat in de Kamer

Tijdens het begrotingsdebat met Minister Hugo de Jonge van Volksgezondheid, Welzijn en Sport hebben Kamerleden veel vragen gesteld over mantelzorg. Daarmee zijn belangrijke punten waarvoor MantelzorgNL zich inzet, aan de orde gesteld:

- minimumvereisten mantelzorgondersteuning
- meer preventie investeren
- onnodige bureaucratie voorkomen
- regionale respijtaanjagers

Wij zijn benieuwd naar de reactie van de minister die binnenkort zal volgen op de vragen die de Kamerleden stelden en hoe hij aan de wensen van de Kamer tegemoet zal komen. Houd www.mantelzorg.nl in de gaten!

Podcast 'En toen werd ik mantelzorger' te beluisteren

De EO heeft in samenwerking met MantelzorgNL de podcast 'En toen werd ik mantelzorger' uitgebracht. In 8 afleveringen praat EO-presentator Tom Herlaar met verschillende mantelzorgers. Wat doet het met je als iemand ineens afhankelijk van je wordt? Hoeveel vraagt dit van je in tijd, zelfopoffering, eenzaamheid en financiële offers? In deze podcast hoor je elke week het verhaal van één van deze onzichtbare helden. Je vindt de podcast op Spotify en op eo.nl/podcasts.

Mantelzorgwaardering

Jaarlijks reiken de gemeenten in het Land van Cuijk een waardering uit aan mantelzorgers. Dit is een bedrag van € 100. Jonge mantelzorgers krijgen € 30. Ook in 2021 konden mantelzorgers deze waardering aanvragen. Er hebben 2210 mantelzorgers een waardering aangevraagd en 228 jonge mantelzorgers.

Dag van de Mantelzorg

Op 10 november was de landelijke Dag van de Mantelzorg. Mantelzorgers konden zich aanmelden voor een goodiebag en die in ontvangst nemen. In totaal zijn er zo'n 1.205 goodiebags uitgedeeld.



Lancering

Centrum Mantelzorg lanceert nieuwe naam en huisstijl

Maak kennis met: het Mantelzorg- & Vrijwilligersplein!

Vol trots lanceerden we in de week van de Dag van de mantelzorg de nieuwe naam, het nieuwe logo én de nieuwe website van Centrum Mantelzorg: het Mantelzorg- & Vrijwilligersplein! Met deze nieuwe look geven we ons nieuwe team met collega's vanuit het Vrijwilligersplein van Sociom en Blink, een gezamenlijke uitstraling. Zo ook in deze nieuwsbrief. We bundelen onze krachten nu al een jaar en hebben er zin in om de samenwerking nog verder vorm te geven. Dat doen we met één centraal aanspreekpunt waar zorgvragers, mantelzorgers, vrijwilligers én zorgprofessionals terecht kunnen met hun (hulp)vraag of hulpaanbod: het Mantelzorg- & Vrijwilligersplein.

Mantelzorg- & Vrijwilligersplein

Eén centrale plek waar alle ondersteuning en expertise op het gebied van mantelzorg en vrijwillige inzet in het Land van Cuijk samenkomt. Wij staan voor alle inwoners, verenigingen en professionals klaar met informatie, advies, cursussen én met een luisterend oor. Zo versterken we ook de samenwerking tussen mantelzorgers, vrijwilligers en professionals. Met één doel: hulpvragers én alle betrokkenen zo goed mogelijk van dienst zijn.

Bereikbaarheid

Voor jou als mantelzorger verandert er niets. Je kunt nog steeds gebruikmaken van de bekende diensten. Denk aan de cursussen, informatiebijeenkomsten, lotgenotencontact, respijtzorg, advies, en het aanvragen van de mantelzorgwaardering. Je kunt het Mantelzorg- & Vrijwilligersplein telefonisch bereiken via 0485- 700500 of per e-mail via mvplein@sociom.nl. Meer weten of de frisse look bekijken? Kijk op www.mvplein.nl!

Over Sociom

Het Mantelzorg- & Vrijwilligersplein is onderdeel van Sociom. Sociom is een brede organisatie voor sociaal werk en werkt voor de gemeente Land van



Cuijk en voor de gemeente West Maas en Waal. Sociom is er voor iedereen, van jongere tot senior. De sociaal werkers van Sociom brengen mensen samen, ondersteunen waar nodig en zijn altijd in de buurt. Dit nieuwe Mantelzorg- & Vrijwilligersplein past dan ook goed bij de missie van deze organisatie. Zie ook www.sociom.nl.

Vraag aan de consulent

José



De vraag

Ik (69 jaar) ben mantelzorger van mijn man. Hij heeft dementie en ik ben 24 uur per dag bij hem, met uitzondering van de dagen dat hij naar de dagbesteding gaat. Ik laat mijn man niet graag alleen, maar zou wel heel graag een keer een weekendje weg willen. Even ontspannen en tijd voor mezelf. Ik hoorde dat mantelzorgers vorig jaar naar een inspiratieweekend zijn geweest en dit lijkt me ook wel wat. Kan mijn man dan ook een weekend ergens naartoe, waar er goed voor hem wordt gezorgd?

De oplossing

Wat goed om te kijken naar mogelijkheden om zelf de batterij weer even op te laden. Het is zo belangrijk om ook voor jezelf te zorgen, om zo de zorg voor de ander ook op lange termijn vol te kunnen blijven houden. Er zijn verschillende mogelijkheden binnen de regio om de zorg voor jouw man tijdelijk over te laten nemen (respijtzorg). Deze staan vermeld op de respijtzorgkaart op onze website, inclusief de contactgegevens: www.mantelzorgenvrijwilligersplein/respijtzorg. Neem hier eens een kijkje op. Mocht je nog verdere vragen of hulp nodig hebben, dan horen wij dit graag en helpen we je verder.

In gesprek met je leidinggevende

De combinatie werk en mantelzorg is iets om trots op te zijn. Toch maken niet alle mantelzorgers hun zorgsituatie bespreekbaar op het werk. Vaak uit angst om er later op aangekeken te worden, vanuit carrièreperspectief of omdat ze werk en privé gescheiden willen houden. Als je je situatie wel bespreekt met je leidinggevende en je team, dan zorgt dat voor aandacht en begrip. En voor hulp als dat nodig is.

Tips voor de voorbereiding van het gesprek

Bedenk van tevoren wat je wilt bereiken.

Zoek antwoord op de volgende vragen:

- Van welk probleem heb je momenteel het meeste last bij het combineren van zorg met werk?
- Wanneer zou 'het probleem' 'geen probleem' meer zijn?
- Wat is negatief voor je als het probleem langer blijft bestaan?
- Aan welke oplossingen denk je zelf?

Verwacht je weinig begrip van je leidinggevende of vind je het lastig om in gesprek te gaan? Bespreek het

gesprek dan vooraf met een vertrouwenspersoon, een arbo-arts, een bedrijfsmaatschappelijk werker of met een mantelzorgconsulent van het Mantelzorg- en Vrijwilligersplein.

Verplaats je in je leidinggevende. Het gaat om een win-win situatie voor jou én je werkgever. Vragen die je aan jezelf kunt stellen: hoe denk je dat hij tegenover je zorgtaken en oplossing(en) staat? Welke belangen zouden bij hem een rol spelen? En wat kun je zelf doen? Plan de afspraak met je leidinggevende en zorg voor voldoende besprekings tijd.

Tips voor tijdens het gesprek

- Neem initiatief, draag eigen ideeën aan.
- Luister naar eventuele adviezen en tips.
- Zoek samen naar een (alternatieve) oplossing.
- Maak afspraken over of, hoe en wie de collega's (en klanten) inlicht.
- Stel een proefperiode voor om nieuw gemaakte afspraken uit te proberen.

Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg Land van Cuijk

"Als sterven dichtbij komt"



VPTZ Thuis en Hospice de Cocon

De stichting VPTZ Land van Cuijk is een regionale organisatie, die gemotiveerde en daartoe opgeleide vrijwilligers kan inzetten om te zorgen voor mensen in de laatste fase van hun leven. Deze inzet kan geleverd worden zowel in de thuissituatie (VPTZ Thuis) als in Hospice de Cocon. De ondersteuning wordt geleverd in aanvulling op en in samenwerking met de mantelzorg en de professionele zorg van huisarts en thuiszorg. Hospice de Cocon is opgericht in 2006. VPTZ Thuis is al meer dan 30 jaar actief. Wij kunnen aanvulling geven op de mantelzorg in de thuissituatie. Indien het niet (meer) mogelijk om mantelzorg thuis te bieden, is er ons Hospice.

VPTZ Thuis

Thuis kunnen onze vrijwilligers de zieke en de familie ondersteunen. Dit gebeurt voornamelijk in de nachten. Minder bekend is dat wij ook overdag mantelzorgers kunnen ontlasten in de thuissituatie. Door vrijwilligers in de nachten of overdag in te zetten, kunnen mantelzorgers de terminale fase van hun naaste soms makkelijker volhouden. Onze vrijwilligers waken ook in verpleeghuizen.

Hospice de Cocon

Als de zorg thuis niet (meer) lukt, biedt Hospice de Cocon zorg die gericht is op aandacht, geborgenheid en een

zo goed mogelijk kwaliteit van leven. De persoonlijke wensen van de gast staan hierbij centraal. Onze kracht is dat ons Hospice gevestigd is in een vrijstaand huis, met de kleinschaligheid en intimiteit van een woonhuis. In Hospice de Cocon kunnen 4 gasten verblijven. Vrijwilligers ondersteunen onze gasten en daarbij hun naasten. De verpleging is in handen van de thuiszorg. Voor de medische begeleiding blijft, als het kan, de eigen huisarts verantwoordelijk. Anders neemt één van de artsen van huisartsenpraktijk Oploof of huisartsenpraktijk op 't Zand de medische zorg over.

Respijtzorg (tijdelijke zorg)

Respijtzorg is een tijdelijke en volledige overname van zorg met als doel de mantelzorger een adempauze te geven. Mantelzorgers kunnen de zorg langer volhouden als zij af en toe de zorg uit handen kunnen geven en zelf nieuwe energie kunnen opdoen. Gedurende de laatste levensfase is respijtzorg ook mogelijk in hospice de Cocon. Vooraf worden afspraken gemaakt over de duur van de opname; hierbij geldt een maximum van drie weken. Na deze periode gaat de gast weer naar huis.

Voor een inzet Thuis of voor een verblijf in Hospice de Cocon kunt u contact opnemen met één van de coördinatoren van VPTZ Land van Cuijk.



Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg

Land van Cuijk

VPTZ Land van Cuijk
Breestraat 35
5845 AZ Sint Anthonis
0485-381927
info@vptzlandvancuijk.nl
www.vptzlandvancuijk.nl



Hospice de Cocon



Thuis



Mantelweetjes

Mantelzorg en wonen

Op oktober is er een informatiebijeenkomst geweest over het thema mantelzorg en wonen. Tijdens de bijeenkomst werd er o.a. uitleg gegeven over mantelzorgwoningen en pré-mantelzorgwoningmaatregelen van de gemeenten in het Land van Cuijk. De bijeenkomst is terug te kijken op www.mvplein.nl, onder het thema 'Mantelzorg en wonen'.

Educatieve en creatieve natuuractiviteiten

Heb je behoefte aan wat ontspanning in de natuur? Dan ben je bij de Ambachtelijke Wilgentenenvlechterij in Stevensbeek aan het juiste adres. Je kunt hier schilderen op een ezel, op stenen, boetsen met rivierklei, aan de slag met boomschors of andere creatieve knutselwerken maken. Kijk voor meer informatie op www.creajac.nl.

Wet en regelgeving

Belastingen

Wie veel zorgkosten heeft, kan deze mogelijk aftrekken van de belasting. Daarvoor is het wel nodig om aangifte te doen. Vrijwilligers kunnen je daarbij helpen.

Aangifte doen

Ben je niet verplicht om jaarlijks belastingaangifte te doen? Dan loont het om het vrijwillig te doen. De Belastingdienst houdt vrijwel altijd geld in op je loon, uitkering of pensioen. Heb je veel zorgkosten, dan kun je die inhouding vaak gedeeltelijk terugkrijgen. Vooral bij een laag inkomen is de kans op teruggave groot.

Daarnaast kun je door de aftrek van zorgkosten je (toetsings)inkomen verlagen. Dit inkomen is van invloed op de hoogte van bijvoorbeeld je eigen bijdrage voor de Wmo en voor de huur-, zorg- en kinderopvangtoeslag.

Hulp van vrijwilligers

Vind je het lastig om zelf het aangiftebiljet in te vullen? Dan kun je daarvoor hulp vragen van vrijwilligers. Er zijn veel organisaties die die hulp aanbieden, zoals vakbonden en ouderenbonden. Je kunt ook bellen naar de Mantelzorglijn op 030-7606055. Zij hebben ook een speciale aftrek voor zorgkosten.

Activiteitenagenda

Activiteiten Land van Cuijk

Alle activiteiten zijn onder voorbehoud en afhankelijk van de verdere ontwikkelingen rondom het coronavirus. De adviezen van het RIVM zijn leidend.

Mantelzorg- & Vrijwilligersplein

Mantelzorggroep Boxmeer

Locatie: De Driewiek, Jeroen

Boschstraat 49 in Boxmeer

Tijd: 10:00 - 12:00 uur

Bijeenkomsten 2022: 1 feb, 1 mrt, 5 apr, 3 mei, 7 jun, 6 sept, 4 okt & 6 dec

Mantelzorggroep Cuijk

Locatie: Zwaanstraat 7 in Cuijk

Tijd: 19:30 - 21:30 uur

Bijeenkomsten 2022: 16 feb, 16 mrt, 20 apr, 18 mei, 15 jun, 21 sept, 19 okt & 21 dec

Mantelzorggroep Grave

Locatie: Esterade,

Estersveldlaan 41 in Grave

Tijd: 14:00 - 16:00 uur

Mantelzorgers zijn welkom voor een gezellig samenzijn. Het is vrije inloop: aanmelden is niet nodig.

Bijeenkomsten 2022: deze data zijn nog niet bekend en volgen later.

Workshop Klein Geluk

Datum: 30 maart 2022

Tijd: 19:30 tot 21:15 uur.

Locatie: wordt later bepaald

Parkinson informatiemiddag

Donderdag 7 april van 14:00 tot

16:00 uur, inloop vanaf 13.30 uur

Locatie en onderwerp volgen later.

Informatie bij Barbara Kersjes,

email: b.kersjes@pantein.nl

Werkgroep Autisme Land van Cuijk en Maasduinen

Woensdag 6 april van 19.30 tot

21.30 uur, inloop vanaf 19.00 uur

Locatie: De Kleppenburg,

Europein 4 in Oeffelt

Deelname kost €2,- p.p.

inclusief 1 consumptie

Informatie en aanmelden

(o.v.v. naam en aantal personen):

samenwerkenautisme@gmail.com

Alzheimer Café

Land van Cuijk en Gennep

De Alzheimer Cafés bieden mensen

met dementie en mantelzorgers

advies, lotgenotencontact en

gezelligheid. Helaas zijn door de

coronamaatregelen de Alzheimer

Cafés voorlopig nog gesloten.

Zodra een fysiek Alzheimer Café

veilig en verantwoord mogelijk is,

hoor je het van ons.

Uiteraard blijven we actief! Kijk op

onze website voor informatieve

filmpjes, praktische tips en het laatste

nieuws: www.alzheimer-nederland.nl

/regios/land-van-cuijk-en-gennep

Wil je graag iemand persoonlijk

spreken, bel dan de Alzheimer telefoon:

0800 – 5088, gratis en dagelijks

bereikbaar tussen 9.00 - 23.00 uur.

Oogcafé Cuijk

Oogcafé Land van Cuijk is elke

tweede dinsdag van de maand

geopend van 10.00 tot 12.00 uur.

De toegang is gratis, aanmelden is

verplicht. Locatie: Bibliotheek Cuijk,

Kaneelstraat 64 Cuijk.

Voor meer informatie en aanmelden:

Wilma Lems, w.lems@biblioplus.nl,

06-100 292 32.

Nieuws

Indigo overgenomen door Ypse

Indigo is overgenomen door Ypse, een organisatie die valt onder GGZ Reinier van Arkel. Vanaf nu zullen zij preventie in de gehele regio Land van Cuijk uitvoeren onder de naam Ypse! Hetzelfde werk, een andere naam.

Het aanbod

- Psychische Problemen in de Familie, voor familie en naasten.
- Omgaan met Dementie voor naasten.
- KOPP-KOV groepen voor kinderen van ouders met Psychische en/of verslavingsproblemen
- Brussengroep voor broers en zussen van kinderen met autisme en/of ADHD of andere Psychische kwetsbaarheid
- Nabestaanden na zelfdoding
- Naasten van mensen die een poging tot zelfdoding hebben ondernomen.

De groepen starten in het voorjaar, hierover volgt later meer informatie. Ook is er een mogelijkheid voor individuele gesprekken en/of trainingsmodules op de computer.

Vragen of aanmelden

Heb je vragen over ons preventieve trainingsaanbod, wil je een workshop, gastles, deskundigheidsbevordering of lezing organiseren op locatie? Wij denken graag met je mee! Neem contact op met Ypse en vraag naar één van onze preventiemedewerkers.

Telefonisch: 073 22 000 44

E-mail: info@ypse.nl t.a.v. Preventie

Website: www.ypse.nl

Activiteit

Workshop Klein Geluk verzet



De Workshop 'Klein Geluk' wordt verzet naar woensdag 30 maart, in de avond. Locatie en het precieze tijdstip volgen later nog. En... alle deelnemers krijgen het boekje 'Klein Geluk' cadeau! Wil je erbij zijn? Stuur dan een mail naar mvplein@sociom.nl of houd de website in de gaten.

Klein Geluk voor mantelzorgers

Als mantelzorger is het belangrijk om ook goed voor jezelf te blijven zorgen. Met Klein Geluk voor de mantelzorger schreven Maria Grijpma en Inge Jager een onmisbare gids om goed voor jezelf te zorgen als mantelzorger. En dat is precies wat nu nodig is, in deze tijden waarin de zorg in zwaar weer verkeert. Met deze praktische en inspirerende gids word jij als mantelzorger uitgenodigd om gebruik te maken van alle mogelijkheden, zodat je vol energie aan het roer kunt blijven staan van je eigen leven. Om hiermee aan de slag te gaan, kun je deze workshop volgen!

In deze interactieve workshop proberen we de 'recepten' voor Klein Geluk met elkaar uit. Kleine stukjes theorie en veel praktische oefening. Zo kun je ervaren dat je inderdaad binnen enkele minuten, rust, nieuwe energie of inspiratie kunt opdoen. Velen gingen je al voor en hadden veel baat bij deze 'recepten'.

- Korte, toegankelijke informatie over geluk en geluksbeleving
- Een paar recepten uitproberen uit het boek 'Klein geluk voor de mantelzorger'
- Deelrondes in kleine groepjes
- Vragen stellen en tips geven aan elkaar: hoe zorg je goed voor jezelf in de hectiek van alle dag/nacht? Hoe word je minder moe?
- Een gratis exemplaar van het boekje 'Klein Geluk'!

Gedicht

Bij de vuurschaal

In het schijnsel van dit vuur.
Komst weldra ons afscheid uur.
Na een gezellig weekend, met een lach
en een traan,
Gaan mensen, die je eigenlijk niet kent,
Weer op eigen huis en haard aan.

Ook al kenden we elkaar niet.
We deelden vreugde en verdriet.
Lachen, huilen het maakte niet uit.
We kennen allemaal de zorgen.
Straks gaat het vuur langzaam uit,
Gaan we weer naar huis en morgen.

Voor iedereen een veilige reis naar huis
en je geliefde.

Geschreven door An van Herwaarde

Mantelzorg- & Vrijwilligersplein



Colofon

Deze nieuwsbrief komt tot stand door Mantelzorg- & Vrijwilligersplein.

Ontwerp en opmaak: studio HUUT
Druk: Weemen web | print | promo

Deze nieuwsbrief verschijnt drie keer per jaar.

Kopij kun je sturen naar:
willekokers@sociom.nl
t.a.v. Will Dekkers

De Weijer
De Raetsingel 1
5831 KC Boxmeer

De redactie behoudt zich het recht voor kopij te herschrijven of in te korten. Indien de redactie besluit kopij niet te plaatsen ontvangt de inzender bericht.

onderdeel
van **Sociom**