



Beste mantelzorgers,

graag nodigen wij u uit naar onze Samana-mantelzorgsamenkomst op do. 6 juni om 14u in CM-kantoor – Martelaarslaan 17 in Gent (zaal 2 – gelijkvloers)

Thema: Klein Geluk voor de mantelzorgers

Mantelzorgers-zijn is iets wat je meestal overkomt en heel wat energie van je kan vergen. Belangrijk hierbij is ook dat je voldoening voelt. In 2018 bracht Samana het boek 'Klein geluk voor de mantelzorgers' uit. Dit boek bevat tientallen recepten, bijna zoals een kookboek, die mantelzorgers helpen om de zorg beter aan te kunnen. Tijdens deze workshop leer je met simpele, kleine oefeningen de 'recepten en tips' uit het boek 'Klein geluk voor de mantelzorgers' te gebruiken om tot verademing te komen.



Spreker: Caroline Coddens

Deelname: 3 € (drank en versnapering inbegrepen)

Wilt u deelnemen, **graag inschrijven** via een mailtje / telefoontje of bezorg de inschrijfstrook tijdig aan ons secretariaat, **ten laatste tegen ma. 3 juni.**

Indien u nog vragen heeft, aarzel zeker niet om ons te contacteren.

Telefonisch: 09 267 53 53 of via e-mail: mvl@samana.be

Jouw persoonlijke gegevens zullen uitsluitend gebruikt worden om je op de hoogte te houden van onze werking. Ze worden in geen geval aan derden meegedeeld. Je hebt het recht kennis te nemen van jouw gegevens die in onze bestanden werden opgenomen.

Je kan ook jouw gegevens kosteloos laten verbeteren of schrappen. Zonder jouw uitdrukkelijke toestemming kunnen jouw gegevens niet doorgegeven worden.

Inschrijving SAMANA Mantelzorg - 6 juni 2019 in GENT

Naam: **Gemeente:**

Adres: **Tel. of GSM:**

zal aanwezig zijn. **Indien mogelijk, liever inschrijven via mail of telefonisch.**

ik wens **GEEN informatie** meer te ontvangen.

SAMANA Info en Verademing voor Mantelzorgers

Ook vanuit ***** CM Thuiszorgcentrum – regio Gent *****

is er een informatie-aanbod voor mantelzorgers !

Als je ouders ouder worden? Di. 11 juni - 19u30 – CM – Martelaarslaan 17, Gent

Graag vooraf inschrijven, tel. **09 267 50 90** of via mail naar thuiszorgcentrum.mvl@cm.be

***** CM voorziet een tegemoetkoming bij nachtzorg *****

De tegemoetkoming nachtzorg wordt toegekend bij nachtzorg uitgevoerd door een erkende dienst. Ook nachtzorg uitgevoerd door onze CM-dienst Oppas door vrijwilligers (een CM-lid betaalt hiervoor 2,80 euro / uur) komt in aanmerking voor deze tegemoetkoming nachtzorg. Het lid betaalt zijn factuur en bezorgt deze voor terugbetaling aan CM.

Welk voordeel heb je:

- 50 % van de kostprijs
- max. 15 euro / gefactureerde nacht
- max. 100 dagen / jaar

***** Mantelkracht: coachingsreeks voor mantelzorgers *****

Mantelkracht? Samana wil je graag coachen om nog beter met mantelzorg om te gaan.

Op deze 8 namiddagen bekijk je samen met Caroline Coddens, therapeute en coach, als groep waar jullie nood aan hebben en waarrond jullie willen werken.

Kom ik in aanmerking?



- Ik weet waar ik zelf nood aan heb en kan dit goed verwoorden
- Ik bevind me in een actieve mantelzorgsituatie
- Ik kan op alle sessies aanwezig zijn
- Ik ga graag mee op zoek naar oplossingen

Wanneer en waar: Maandagnamiddag 9 september van 14h tot 16h. Vervolgdata: 23/9, 30/9, 28/10, 4/11, 18/11, 2/12, 16/12 in het CM-kantoor - Kortrijkstraat 88 in Deinze.

Interesse ! Inschrijven kan telefonisch: 09 267 53 53 of via e-mail: mvl@samana.be

***** Mantelzorgactiviteiten door Inloophuis Dementie – Gentbrugge *****

Woe. 22 mei van 14-15u30: **Gegidste wandeling Citadelpark:** geniet samen met je mantelzorgers van de pracht van het Citadelpark.

Vr. 14 juni van 14u-16u: **Lezing Juridische kwesties** zoals autorijden, verzekeringen, testamenten, bewindvoering - Welkom in Buurtcentrum – E. Hullebroeckplein 1 in Gentbrugge - Inschrijven: T. 0478 93 25 73 - email: dementievriendelijk@stad.gent

***** Ken je nog andere (nieuwe) mantelzorgers !! *****

Geef deze info gerust door en nodig hen ook uit !

Indien u nog vragen heeft, aarzel zeker niet om ons te contacteren.

Dirk Hitchinson en **Maggy Demasure**, Samana Midden Vlaanderen Mantelzorgvereniging
