



Oktober 2018

# Mantelzorgcompliment

---

Bedank je mantelzorger en vraag een compliment aan!

De gemeente Berg en Dal telt veel mantelzorgers. Ze zorgen bijv. voor een ziek familielid, iemand met dementie, een zieke vriend of een kind met een beperking. Dit doen ze onbetaald, soms dagelijks.

De gemeente Berg en Dal wil hen graag bedanken met het Mantelzorgcompliment!

Degene die mantelzorg ontvangt vraagt een compliment aan voor zijn of haar mantelzorger. Als dat niet lukt voor de zorgvrager kan iemand anders dat namens hem of haar doen. Het compliment bestaat uit een cadeaubon ter waarde van 50,- euro.

## Hoe vraag je een mantelzorgcompliment voor iemand aan?

De aanvraag moet voor 12 november 2018 binnen zijn bij Mantelzorg Berg en Dal.

De volgende gegevens hebben we daarvoor nodig:

- ◆ Naam , adres, telefoonnummer en eventueel e-mail van degene die verzorgd wordt. De zorgvrager moet in de gemeente Berg en Dal wonen.
- ◆ Naam, adres , telefoonnummer en eventueel e-mail van de mantelzorger voor wie het compliment bedoeld is. Deze mag ook buiten de gemeente wonen.

Aanvragen kun je doen via onze website: [www.mantelzorgbergendal.nl](http://www.mantelzorgbergendal.nl)

Je kunt ons ook bellen: 085-0406066 op werkdagen tot 13.00 uur.

We zien je aanvraag tegemoet!

## ACTIVITEITEN VOOR MANTELZORGERS UIT DE HELE GEMEENTE!

### WANDELING

VOORZIENINGENHART  
OP DE HEUVEL  
ERICASTRAAT 39  
GROESBEEK

**MAANDAG 5 NOVEMBER**

**MAANDAG 3 DECEMBER**

**13.30-15.30 UUR**

Lekker wandelen door het bos met andere mantelzorgers. Even ontspannen en zorgen voor jezelf. Met vooraf en nadien een kop koffie of thee. Wanneer het weer niet mee zit blijven we in Op de Heuvel. Er lopen steeds meer mantelzorgers uit andere dorpen mee! Welkom en wandel mee!

### WARME MAALTIJD

'T TREFPUNT  
DE MEENT 2  
GROESBEEK



**Donderdag 15 november en  
donderdag 20 december**  
**12.00-13.00 UUR**

GASTHUIS ST JAN DE DEO  
MILLINGEN

**Maandag 5 november en maandag  
3 december**  
**11.45-13.15 UUR**

Samen een hapje eten. Het is gemakkelijk praten met mensen die in eenzelfde situatie zitten. Aanmelden tot 2 dagen van tevoren (in Millingen tot uiterlijk een week van tevoren):  
info@mantelzorgbergendal.nl of  
bel: 085 - 040 60 66 (Forte Welzijn; werkdagen tot 13.00u)

### MANTELZORGAVOND 14 NOVEMBER

Op 14 november bent u van harte uitgenodigd in Dorpshuis Kerstendal in Berg en Dal.

Mantelzorg Berg en Dal heeft voor mantelzorgers en degenen die zorg ontvangen een feestelijke avond georganiseerd.

Uit Kekerdome ontvangen we het Hartkoor voor de muzikale ondersteuning. Toneelvereniging "Zeg maar Pang" uit Millingen kleurt de avond op ludieke wijze. Gast is ook Rob van Elst. Rob is een bekende buutredner uit Groesbeek en komt een optreden verzorgen.

Het belooft een fantastische avond te worden waar we u graag ontmoeten met een mooi programma en onder het genot van een hapje en drankje.

Komt u ook?

Opgeven graag tot 3 november op tel: 085-0406066

Vragen over vervoer? Neem contact op en we regelen het.

De zaal is open vanaf 19.30 en we sluiten af om 22.30.

**Adres: Dorpshuis Kerstendal  
Kerstendalseweg 17  
Berg en Dal**

Graag tot 14 november!

### EVEN IETS ANDERS



GESPREKSGROEP  
MANTELZORGERS

**DONDERDAG 25 OKTOBER  
DONDERDAG 15 NOVEMBER  
DONDERDAG 20 DECEMBER**

**13.30-14.30 UUR  
KERKPAD 7 IN GROESBEEK**

Vaak lopen mantelzorgers tegen dezelfde dingen aan. Hoe zorg ik ervoor dat ik goed kan zorgen voor iemand en toch niet over mijn grens ga? Of waar komt dat schuldgevoel toch altijd maar vandaan als ik 'n keertje voor mezelf kies? Hoe lukt het me voldoende voor mezelf te zorgen? In de gespreksgroep herkennen we dit bij elkaar en maken we tijd om hierop in te gaan en elkaar te voorzien van tips.

*Graag vooraf aanmelden: 085-0406066. Er is ruimte in de groep!*

### KERSTMARKT INTRATUIN MALDEN

**Woensdag 31 oktober**

Op woensdag 31 oktober bezoeken we de kerstmarkt van de Intratuin. Ook gaan we daar genieten van een gezamenlijk ontbijt.

U bent van harte uitgenodigd met ons mee te gaan.

Aanmelden graag vooraf tot 29 oktober bij Mantelzorg Berg en Dal: 085-0406066

We verzamelen om 9.30 uur bij de ingang; Rijksweg 63 in Malden.