

Nieuwsbrief Mantelzorg



Thema: 'Terug- en vooruitblik'

Dit is de laatste nieuwsbrief voor 2025. Het jaar is wat ons betreft weer omgevlogen. In deze nieuwsbrief kijken we terug op de Dag van de mantelzorg, geven we aandacht aan "Praten over later", waar we in 2026 meer aandacht aan besteden, zetten we Cindy van Autimom centraal en introduceren we een nieuw item, "De boekentip van"

Wij vinden het belangrijk dat jij als lezer ook een stem hebt in deze nieuwsbrief. Dus als je tips hebt voor artikelen of nieuwsberichten, of een verhaal hebt dat je wil delen, dan horen wij dat heel graag!

Ook voor vragen of informatie neem dan contact met ons op. Dat kan via tel nr 0318 208080, stuur een mail naar info@malkander-edel.nl of bekijk onze nieuwe [website](#).

Hartelijke groet,
Team Mantelzorg
Folkert, Jan en Metty



Thema artikel: Praten over later

Praten over later

Zorgt jouw familie straks voor jou? Wat de toekomst mogelijk ook brengt, sommige dingen kun je alvast eens met elkaar bespreken. En niet alleen rondom de mogelijke zorg door je kinderen, familie, vrienden of burens; het kan om veel meer gaan dan dat. Wandel er eens over!



Met wie praat jij?

Bij zorgen voor elkaar denken we als eerste aan ouders en kinderen. Onterecht. Misschien heb je geen kinderen en ook als je wel kinderen hebt, is je netwerk veel groter dan dat. Je vrienden, burens, clubgenoten of geloofsgenoten of neven en nichten kunnen voor jou belangrijk zijn. Heb jij geen netwerk waar je een beroep op kunt doen voor mantelzorg? Wil je hulp bij het in kaart brengen of vergroten van je netwerk? Dan kun je een Sociaal werker van Malkander inschakelen.

We hebben wat [tips voor je op een rijtje gezet hoe je netwerk te vergroten](#).

Bron: [Praten over later - MantelzorgNL](#)

Terugblik Dag van de Mantelzorg:

Bingo in de Dorpen

Bingo in de Dorpen

Donderdag 6 november hadden we een gezellige en ontspannen avond georganiseerd voor mantelzorgers in de dorpen Harskamp, Wekerom en Otterlo. Vanuit verschillende kanten kwamen mantelzorger en hun zorgvrager voor een avondje Bingo. Van dubbele bingo, tot bijna 'valse' bingo.



Onder het genot van allerlei lekkers zijn er prijzen weggegeven en ging niemand de deur uit zonder een kleinigheidje. Mooi om te zien dat men elkaar wel ergens van kent uit de dorpen, het echte dorpse gevoel kwam goed tot zijn recht. Fijn ook om te zien dat men burens inzet om het vervoer te regelen en dus samen naar de bingo konden gaan.

Ontmoetingskansen

Het blijft niet bij 1 keer per jaar om andere mantelzorgers te ontmoeten. Zo organiseren we in deze dorpen ook mantelzorgdiner 's en trefpunten. Interesse of vragen over dit aanbod? Neem contact op met Sevda en Jolanda, sociaal werkers in die dorpen. Dit kan via: sdurusoy@malkander-edel.nl of jaalbers@malkander-edel.nl

High tea in Centraal



Het was een fijne middag!

High tea in Centraal

In het kader van de dag van de mantelzorgers organiseerden we een high tea op 11 november in wijkcentrum De Kolk.

Daarmee wilden we als Malkander waardering tonen voor de belangeloze inzet van vele mantelzorgers.

Mensen genoten van heerlijke hapjes, ontmoeting en de mooie luisterliedjes van Edenaar René Hillenaar.

De hartige en zoete hapjes werden verzorgd door twee enthousiaste koks uit de gemeente Ede en ook twee vrijwilligers van de Kolk waren druk in touw om de mensen echt in het zonnetje te zetten.

Luistertip

Nieuwe podcast van Omroep Gelderland: *Onbegrensd Leven*

Wat gebeurt er als de koers van je leven plots verandert door ziekte, ongeluk of beperking? In de nieuwe vierdelige podcastserie *Onbegrensd Leven* van Omroep Gelderland volgt journalist **Jenda Terpstra** haar vriendin **Nynke van den Boomen** in haar zoektocht naar betekenis, levenslust en de vraag: *hoe blijf je van waarde, voor jezelf en voor de wereld?*



Wanneer een erfelijke aandoening Nynke's werk en toekomstplannen abrupt stilzet, moet ze haar leven opnieuw vormgeven. Samen met Jenda onderzoekt ze hoe je omgaat met pijn, verlies en verandering als je geest vol leven blijft.

De serie behandelt grote maatschappelijke thema's als **inclusie, zingeving, lijden en euthanasie**, maar brengt die invoelbaar dichtbij.

Beluisteren

Via deze [link](#) kom je op de website van Omroep Gelderland, waar je de linkjes naar de podcast kunt vinden.

Interview Cindy van Autimom in Power

“Je staat 24/7 aan, bij Autimom mag je even uit”

Dit is een kenmerkende uitspraak van Cindy, 47 jaar, moeder van twee kinderen. Cindy omschrijft zichzelf als sportief, creatief en ondernemend.



Zoektocht

'Onze oudste zoon is 20 jaar en heeft autisme. In de tijd dat hij naar de peuterspeelzaal ging, ontdekten we dat hij minder goed praatte en op de basisschool had hij een moeilijke start', verteld Cindy. 'De ambulante begeleider heeft ons op het pad gezet om hem te laten onderzoeken, uit de onderzoeken kwam dus autisme. Omdat het mijn eerste ervaring met autisme was, wist ik hier niets van. Het was een opluchting om een diagnose te hebben, maar daarna begon het zoeken naar de goede ondersteuning bij de ontwikkeling van onze zoon. Wij zijn daarbij geholpen door verschillende deskundigen.' Inmiddels is hij geslaagd voor de opleiding Monteur Electrotechniek. We zijn mega trots op hem.

Initiatief

'Autimom startte eigenlijk uit het contact dat ik had met verschillende moeders van kinderen met een speciale zorgbehoefte. Ik merkte dat er onervarenheid en veel (hulp-) vragen zijn, waarbij echt hulp en ondersteuning nodig was. Er is zoveel wat op je af komt als je een kind hebt dat bijvoorbeeld autisme heeft. Kijk alleen al naar keuze in onderwijs.

Vanuit alles wat ik meemaakte bedacht ik dat het fijn zou zijn als er een lotgenotengroep zou komen, daardoor heb ik Autimom in Power opgezet. Eerst alleen vanuit de wijk waar ik woon. Van daaruit heb ik uitgebreid naar verschillende plekken in Ede. Ik heb bewust gekozen om dit voor moeders te organiseren, omdat ik denk dat vaders een andere vraag en behoefte hebben.'

Aanbod

Er zijn per maand verschillende bijeenkomsten met een verschillend aanbod. Er is een dagdeel creatief en bewegen, het Autimom-café en een dagdeel waarin we met een deskundige 'om tafel gaan' die vragen beantwoordt. In deze bijeenkomsten probeer ik aan te sluiten bij wat moeders nodig hebben. Ideeën voor activiteiten zijn dan ook altijd welkom. Het is natuurlijk niet alleen voor moeders met een kind met autisme, het is breder, dus voor moeders met kinderen met een speciale leerbehoefte of zelfs ook voor moeders met een kind zonder diagnose, maar die tegen 'een sociale uitdaging' aanlopen. Het is dus best breed.

Sponsoring gevraagd

Cindy doet dit geheel vrijwillig. Subsidie krijgt ze niet vanuit de gemeente. Het zou fijn zijn als er hiervoor subsidie wordt vrijgemaakt, merkt Cindy op. Nu doet Cindy veel met de Ede doet bonnen. Mochten deze weer binnenkomen, kan ze hier maar wat graag gebruik van maken. Daarnaast heeft ze hulp gekregen vanuit Stichting idee en uitvoering. Gelukkig kan ze nu bij

Cultura Stadspoort en bij de Meerpaal gratis terecht. Mijn doel is om meer moeders te kunnen helpen en meer balans in het gezin te brengen.

Voor nu wens ik iedereen fijne feestdagen, meer balans, rust en ontspanning. En echt even uitrusten. Wees welkom op de evenementen van Autimom in Power!

Voel je je aangesproken door dit verhaal en zou je meer willen weten of deel willen nemen aan de bijeenkomsten, neem dan gerust contact op met Cindy via emailadres autimom78@gmail.com en ook is ze te vinden op Facebook en Instagram onder de naam Autimominpower.

De boekentip van..... Doe je mee?

Vanaf het nieuwe jaar gaan we een bestaand item in een nieuw jasje steken. De boekentip wordt vanaf dan "De boekentip van...."

Wat houdt het in:

Alle lezers kunnen een boekentip aandragen. **Titel** van het boek en **schrijver**; **een foto** van jou met daarbij **je naam, wat je doet en waarom je dit boek aanraadt aan onze lezers**. Of je mantelzorger bent of professional maakt niet uit. Wat wel een voorwaarde is, is dat het boek een bijdrage kan leveren aan mantelzorg. Dit mag een informatief boek zijn, maar een roman mag ook. Jouw boekentip zal dan ook onder de lezers worden verloot.



Doe je mee?! Stuur dan een mailtje naar Metty Bakker via mbakker@malkander-ede.nl

Tip van De Mantelzorgmakelaars uit de gemeente Ede

In de gemeente Ede zijn momenteel drie mantelzorgmakelaars werkzaam: Godelieve Bredenbeek en Hildegunn Salberg en Petra Boetzelaar en geven informatie:

Op vakantie?

Op vakantie gaan als mantelzorger is wel eens lastig. Want wie zorgt er dan voor jouw naaste?

Sinds een klein jaar is Het Logeershuis De Engelenburgh in Veenendaal geopend. Om te weten waar wij als mantelzorgmakelaars mensen naar toe kunnen verwijzen zijn wij er op bezoek gegaan. We werden allerhartelijkst ontvangen door Atella, de coördinator van het Logeershuis. Zij legde uit dat mensen die zorg nodig hebben, er kunnen logeren zodat de mantelzorger even wordt ontlast. Zo hoeft je even niet te zorgen en heb je er even geen zorgen over. Je hebt een paar dagen 'vrij' of kunt op vakantie gaan, als dat is wat je als mantelzorger wilt!

Jouw naaste wordt verzorgd door een team van goed opgeleide en enthousiaste woonbegeleiders. Deze woonbegeleiders zijn in dienst van Charim Zorggroep en daarnaast is er nog een groep van 12 vrijwilligers betrokken om het verblijf van de logés zo prettig mogelijk te maken.

Hoe ziet het eruit?

In het woonzorgcentrum De Engelenburgh ga je met de lift naar de bovenste verdieping. Als je de lift uitstapt of -rolt, ziet u aan de sfeervolle inrichting en de prachtige kleuren dat je echt in een ander deel van het gebouw bent aangekomen: Het Logeershuis. Jij en jouw naaste worden wegwijs gemaakt, de ruime kamers zijn uitgerust met een eigen badkamer, aparte slaapruiimte, keukenblokje, TV en uitzicht op de binnentuin. In de gezamenlijke woonkamer wordt een bakje koffie gedronken of een spelletje gespeeld. Er worden ook uitjes en activiteiten gepland door de vrijwilligers.

Hoe werkt het in de praktijk?

Een logé heeft toestemming nodig van de gemeente om er te mogen logeren. Die kan bij de gemeente aangevraagd worden, vraag dan om een WMO-maatwerkvoorziening respijtzorg. Voor een WMO voorziening betaal je een eigen bijdrage van €21,- per maand. Heb je al een WMO-indicatie of WMO-voorziening? Dan betaal je die eigen bijdrage al en blijft dat zo.

Als je die toestemming hebt gekregen, meld je dan bij de Afdeling Informatie en Zorgadvies van Charim. Zij nemen de zorgvraag met je door en vervolgens wordt je gebeld door een medewerker van Het Logeershuis om af te spreken wanneer je komt. Je kunt er ook eerst samen of alleen een keer komen kijken. Jouw naaste kan er regelmatig logeren, of eenmalig, net wat je afsprekt en afhankelijk van de WMO voorziening. Als jij, de mantelzorger, erdoor tot rust komt, is ons doel bereikt!

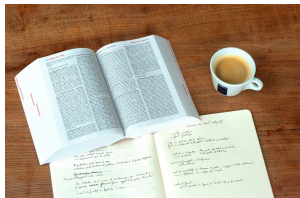


MantelZorgWijs



Nieuws: Participatiewet in balans

Mantelzorgers in de bijstand krijgen straks meer ruimte en zekerheid.



Mensen met een bijstandsuitkering die zorgen voor een naaste, lopen nu vaak tegen strenge regels aan. Denk aan verplichte trajecten om weer aan het werk te gaan, weinig begrip voor mantelzorg, of zelfs een korting op de uitkering als je tijdelijk gaat samenwonen met degene voor wie je zorgt. Dat moet anders, vond het vorige kabinet onder leiding van minister Carola Schouten.

Goed nieuws, het wetsvoorstel is goedgekeurd en zal per 1 januari ingaan. De gemeentes zijn verantwoordelijk voor de invoer van deze wet. Wij zullen dit volgen en houden jullie op de hoogte.

Wat het wetsvoorstel precies inhoudt voor de mantelzorgers kun je lezen via deze [link](#)

Boekentip

Om wie je bent

In *om wie je bent* vertelt Aaltje van Zweden over haar autistische zoon Benjamin, over zichzelf, haar jeugd en haar aan alcohol verslaafde vader.

Op even ontroerende als inspirerende wijze beschrijft zij hoe ze de verschillende werelden waarin ze leeft weet te combineren.

Als vrouw van een van 's werelds bekendste dirigenten, moeder van vier kinderen en voorvechter van de erkenning van autisme.



Verloting

Wij verloten 5 boeken onder de lezers. Om hier kans op te maken, stuurt u een mail naar info@malkander-ed.nl o.v.v. Boekenactie December, met daarbij uw naam, adres en telefoonnummer.

Bellen mag ook via 0318-208080.

Inschrijven kan tot 22 december, de winnaars ontvangen een persoonlijk bericht.

JMZ Go!

Naast ons aanbod voor volwassenen bieden we ook voor kinderen en jongeren in een zorgsituatie een professioneel programma. Dit bestaat uit 4 onderdelen:

- Ontmoeting en activiteiten
- Individuele gesprekken
- Cursus Sammy en de schatkist (gericht op omgaan met emoties)
- Maatjesproject Mantelmatties



Blijf op de hoogte door je in te schrijven voor de JMZ Go! Nieuwsbrief via jmzgo@malkander-ed.nl.

Elke donderdagmiddag is er van 15.00 - 17.00 uur **JMZolder voor JMZ-tieners** in De Ericahorst. Op **dinsdagavond** is de JMZolder van 19.00 - 21.00 uur.
(11 december is er geen JMZolder)

Maandag 29 december | 13.30-15.30 uur | **Minute-to-win-it JMZ Kids** Bij de Ericahorst.

Dinsdag 30 december | 14.00 - 16.00 uur | **Schaatsen Tieners 10-15 jaar** Verzamelen bij ingang ijsbaan Ede.

Dinsdag 30 december | 18.00 - 21.00 uur | **Gourmetten 15+** Bij de Ericahorst.

Vrijdag 16 januari | 15.30-17.00 uur | **Knutselactiviteit voor de vogels JMZ Kids 12-** Bij de Ericahorst.

Vrijdag 23 januari | 15.30-17.00 uur | **Minute-to-win-it Winter Edition Tieners 10-15 jaar** Bij de Ericahorst.

Meld je aan via jmzgo@malkander-ed.nl

Fijne feestdagen

Dit was de laatste nieuwsbrief van het jaar 2025. Wij willen je bedanken voor je aandacht in het afgelopen jaar en hopen dat je in 2026 ook weer meeleest.

Fijne feestdagen toegewenst!

Warme groet,
Folkert, Jan en Metty

*Wij wensen dat aandacht voor het kleine
je bij het grootste brengt.*

*Dat vertrouwen wat komt
je de goede weg wijst.*



*En dat iedere dag die je krijgt
je redenen geeft tot dankbaarheid.*

MET ELKAAR, VOOR ELKAAR



Facebook



Website



LinkedIn



Instagram

Deze e-mail is verstuurd aan [{{email}}](#).

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).

U kunt ook uw [gegevens inzien](#) en [wijzigen](#).

Voor een goede ontvangst voegt u communicatie@malkander-edo.nl toe aan uw adresboek.