



Oktober

De komende periode organiseert Mantelzorg Roosendaal uiteenlopende activiteiten. In deze nieuwsbrief staan de activiteiten die nu bekend zijn. Bezoek zeker ook onze [website](#) voor een actueel overzicht.

Activiteitenkalender oktober/november/december 2021			
Activiteit	Datum	Begin- en eindtijd	Locatie
Wandelen	7 oktober	10.00 uur	Visdonk de Lodge
Yoga	11 oktober	10.30-12.00 uur	Zeepehoeve
Yoga	18 oktober	10.30-12.00 uur	Zeepehoeve
Gespreksgroep NAH en/of afasie	20 oktober	13.30-15.30 uur	Huis van de Westrand
Halloween bingo (voor jongeren)	25 oktober	14.00-16.00 uur	Broedplaats
Wandelen	4 november	10.00 uur	Visdonk de Lodge
Cursus "Omgaan met NAH"	8 november	19.30-21.30 uur	N.t.b.
Herfst knutselactiviteit	24 november	16.30-19.00 uur	Broedplaats
Informatie PGB	25 november	13.30- 15.30 uur	Wijkhuis Bergspil
Kerstlunch	16 december	12.00-14.00 uur	Curio

Regio
NOORD-BRABANT



Gespreksgroep Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH) en/of afasie

Verhaal van mantelzorger Marion de Boer die zorgt voor haar partner die getroffen is door NAH. Marion heeft hierover een boek geschreven "We varen nu en andere koers".

Op woensdag **20 oktober a.s.** van 13.30 tot 15.30 uur vertelt zij haar eigen verhaal tijdens een gespreksgroep die plaatsvindt in het Huis van de Westrand. Hersenletsel verandert het leven van zowel getroffenen als naasten ingrijpend. Daardoor word je geconfronteerd met allerlei vragen die te maken hebben met de veranderingen als gevolg van het hersenletsel.

Tijdens deze middag is er gelegenheid om ervaringen uit te wisselen en vragen te stellen. St. Hersenletsel en Mantelzorg Roosendaal zijn beide aanwezig. De koffie staat klaar! Aanmelden is mogelijk tot 11 oktober a.s. via het [aanmeldformulier](#) of scan de QR-code.



Cursus "Omgaan met Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH)

De gevolgen van niet aangeboren hersenletsel, door een ongeluk, chronische ziekte of bijvoorbeeld een hersenbloeding, zijn vaak heel ingrijpend. Niet alleen voor de getroffene, maar ook voor de partner, familie, vrienden en kennissen. Je kan te maken krijgen met gedragsverandering, verwarde spraak, verlamming of andere gevolgen. Mantelzorg Roosendaal biedt een cursus over omgaan met niet aangeboren hersenletsel.

De cursus bestaat uit 4 bijeenkomsten en een terugkombijeenkomst. De cursus is speciaal voor hen die helpen bij de dagelijkse zorg van iemand met niet aangeboren hersenletsel.





Cursusdagen: **maandag 8-15-22 en 29 november**
Tijd: 19.30-21.30 uur
Locatie: wordt nader bekend gemaakt



Terugkombijeenkomst: **maandag 24 januari 2022**

De cursus is kosteloos. Aanmelden uiterlijk voor 27 oktober via het [aanmeldformulier](#) of de QR-code:

Informatiebijeenkomst PGB

Met een persoonsgebonden budget (pgb) kunnen mensen die langere tijd zorg of ondersteuning nodig hebben deze zelf regelen. Een voorlichter van Per Saldo, de belangenvereniging van mensen met een pgb vertelt over wat een persoonsgebonden budget (pgb) inhoudt, wat er in de praktijk bij komt kijken en welke mogelijkheden het kan bieden voor mantelzorgers en hun naasten.

Wat leer je?

- Wat is een pgb en wat zijn de verschillen met zorg in natura.
- Wat er globaal komt kijken bij het beheren van een pgb.
- Een bewuste keuze te maken voor een pgb of er juist voor te kiezen om zorg op een andere manier te regelen.
- Waar een pgb aangevraagd kan worden en waar je terecht kunt voor meer informatie.

De bijeenkomst vindt plaats op **donderdag 25 november** van 13:30 - 15:30 uur (inloop vanaf 13:15 uur) in wijkcentrum De Bergspil, Tolbergcentrum 158, 4708 HK Roosendaal. Na afloop is er voldoende ruimte voor vragen. Toegang is gratis. Aanmelden tot uiterlijk tot 16 november a.s. via het [aanmeldformulier](#) of de QR-code:



Kerstlunch

Bij kerst horen tradities. Zo ook de kerstlunch voor mantelzorgers. Dit jaar organiseren we deze in samenwerking met CURIO Roosendaals Leerbedrijf.

De studenten gaan een heerlijke lunch verzorgen op hun locatie aan de Oostelijke Havendijk.

De lunch vindt plaats op **donderdag 16 december** van 12.00 uur (inloop vanaf 11:45 uur) tot 14.00 uur bij Curio aan de Oostelijke Havendijk 1 in Roosendaal.



Aanmelden kan tot 1 december via het [aanmeldformulier](#) of QR-code:

Heeft u specifieke dieetwensen dan kunt u deze kenbaar maken bij uw aanmelding.

• Yoga

Er vinden kennismakingsbijeenkomsten plaats op **11 en 18 oktober a.s.** van 10.30 uur tot maximaal 12.00 uur aan de Zeepestraat 11, 4715 PD Rucphen. [Aanmelden](#) is mogelijk voor één van de data. Deelname is gratis.



- **Week tegen de Eenzaamheid**

In de Week tegen de Eenzaamheid (4 t/m 8 oktober) vragen Mantelzorg Roosendaal en WijZijn Traverse en de Bibliotheek West-Brabant bijzondere aandacht voor eenzaamheid. Eenzaamheid is best een gevoelig thema. Je eenzaam voelen kan diverse oorzaken hebben. Het is belangrijk op zoek te gaan naar wat jou persoonlijk kan helpen.

Wil je meer over eenzaamheid lezen?

De bibliotheek heeft boeken geselecteerd die dit onderwerp raken.

Deze boeken kun je ter plekke inzien of lenen (alleen voor leden van de bibliotheek).



Op **woensdag 6 oktober** van 10.00 tot 15.00 uur is een mantelzorgconsulent van Mantelzorg Roosendaal aanwezig die jouw vragen graag beantwoordt.

Vooraf aanmelden is niet nodig. Voel je welkom in de bibliotheek in Roosendaal, Markt 54a.

Activiteiten voor jongeren

Halloween bingo

Op **25 oktober** van 14.00-16.00 uur organiseert Mantelzorg Roosendaal samen met het jongerenwerk van WijZijn een halloween bingo voor de jonge mantelzorgers (t/m 12 jaar). Meedoen is gratis en er zijn weer leuke prijzen te winnen! Wel graag vooraf aanmelden. Dit kan door te bellen of appen naar het nummer: 06-36229758.

Herfst knutselactiviteit

Op **24 november** van 16.30-19.00 uur is er in samenwerking met jongerenwerk van WijZijn een knutselactiviteit voor jonge mantelzorgers (t/m 12 jaar). Wat we gaan doen is nog een verrassing. Vind je het leuk om iets moois te komen maken dan ben je van harte welkom! Ook voor deze activiteit vinden we het fijn om te weten hoeveel jonge mantelzorgers er komen in verband met aanschaf van de materialen. Aanmelden kan via het nummer: 06-36229758.

Wandelen

Zoals te zien in de activiteitenagenda is de frequentie van de wandelingen gewijzigd. We gaan de herfst in en dat betekent ook meer momenten met slechter weer. Wel hebben we besloten om de maandelijkse wandeling altijd door te laten gaan. De andere wandelingen komen weer in het voorjaar. Dus we blijven wandelen **elke eerste donderdag van de maand**. We vertrekken om 10.00 uur vanaf Visdonk de Lodge.. Wees welkom en sluit aan! Aanmelden is niet nodig.

Film/serie tips

- Dramaserie Maud & Babs bij MAX.

Bent u geen mantelzorger meer? Laat het ons dan weten via info@mantelzorgroosendaal.nl