

### Nieuwsbrief Mantelzorg Moerdijk September 2023

Welkom bij de nieuwsbrief van mantelzorg Moerdijk. Heb je een vraag, zorg, tip of wil je gewoon even contact? Wij zijn te bereiken per telefoon op 0168-331357 of per mail via [mantelzorg.moerdijk@surplus.nl](mailto:mantelzorg.moerdijk@surplus.nl) Op [www.mantelzorgmoerdijk.nl](http://www.mantelzorgmoerdijk.nl) vind je allerlei informatie rondom mantelzorg in de gemeente Moerdijk.

## Wereld Alzheimerdag, Samen aan tafel



Donderdag 21 september is het Wereld Alzheimerdag.

Op deze dag wordt wereldwijd extra aandacht gevraagd voor Alzheimer (en ander vormen van Dementie). Het thema dit jaar is "Samen aan tafel". Ook binnen de gemeente Moerdijk zijn we hiermee aan de slag gegaan.

### Samen aan tafel, samen eten

Samen aan tafel, dan denken we in eerste instantie toch aan eten? Dus laten we gezellig samen aan tafel gaan en genieten van een smakelijk buffet, gemaakt door Menu Surplus.

Het gespreksonderwerp zal natuurlijk het leven met Alzheimer (of een andere vorm van Dementie) zijn. We delen naast de maaltijd op informele wijze ook ervaringen en informatie.

Wanneer: Donderdag 21 september

Inloop vanaf: 17.00 uur

Aan tafel van 17.30 tot 18.30

Waar: Bibliotheek Zevenbergen

Helaas is de ruimte beperkt, dus aanmelden is noodzakelijk. Klik daarvoor [hier](#). Geeft u dan ook meteen door of er speciale dieetwensen zijn? Bij te grote belangstelling zullen we loten. U krijgt een week vooraf bevestiging van uw deelname.

### Alzheimer-café in Bibliotheek Zevenbergen

Vanwege Wereld Alzheimerdag is het Alzheimer-café op donderdag 21 september van 19.00 tot 21.30 uur in de Bibliotheek in Zevenbergen

Tijdens dit Alzheimer-café gaan we ook met het thema "Samen aan tafel" aan de slag. In dit geval de belevenistafel. De belevenistafel is een heel veelzijdig instrument waarmee herinneringen en motoriek spelenderwijs gestimuleerd kunnen worden. We krijgen hier uitleg over. Er zijn meerdere belevenistafels beschikbaar om mee te spelen en uit te proberen.

Iedereen is welkom en aanmelden is niet nodig.

Let op! Het Alzheimer Café is deze maand **NIET** op woensdagavond in de Graanbeurs in Fijnaart.

## Mantelzorg Moerdijk 'On Tour'.



Vanaf september gaat mantelzorg moerdijk 'On Tour'.

Elke maand komen we op de koffie in een van de kernen. We bieden een luisterend oor, we geven informatie en er is gelegenheid om ervaringen uit te wisselen met andere mantelzorgers. We hebben de volgende koffiemomenten gepland:

- 14 september, 14.00-16.00 uur De Veste in Willemstad;
- 10 oktober 2023, 10.00-12.00 uur De Ankerkuil in Moerdijk;
- 14 november 2023, 10.00-12.00 uur Huis van de Wijk in Klundert;
- 14 december 2023, 10.00 - 12.00 uur De Donk in Zevenbergen.

Inlopen is vrijblijvend en de koffie/ thee gratis. We kijken er naar uit om u daar te zien!

## Activiteiten

### Ook zo gek op taart?



Op 3 oktober heb je de kans om je eigen taart te maken en te decoreren naar eigen smaak en creativiteit.

Met een groep van maximaal 20 mantelzorgers gaan we onder professionele begeleiding aan de slag. Een activiteit waar je gezellig, creatief en ontspannen bezig bent, waarbij je ook contact kunt leggen met andere mantelzorgers.

En... natuurlijk mag je je eigen gemaakte taart meenemen naar huis.

Waar: in de Veste in Willemstad

Start: vanaf 18:30 uur

Duur: ongeveer 2,5 uur.

Max deelnemers: 20 mantelzorgers.

Inschrijven is mogelijk via [www.mantelzorgmoerdijk.nl](http://www.mantelzorgmoerdijk.nl) tot en met 20 september.

Indien er meer aanmeldingen zijn dan plaatsen, zal er een loting plaatsvinden. Je krijgt van ons een week voorafgaand aan de activiteit per mail een bevestiging van je deelname.

## Gezondheidsmarkt in Fijnaart 7 oktober

### Van 10:00 tot 15:00 in de Parel in Fijnaart

Op zaterdag 7 oktober 2023 organiseert de Kruisvereniging Fijnaart en Heijningen een gezondheidsmarkt in De Parel in Fijnaart. De entree van de markt is gratis. U kunt op de markt terecht voor informatie over onder meer zorginstellingen en thuiszorg, WMO, de wijkzuster, zorgwinkels, borstprotheses, acupunctuur, lifestyle, zwangerschapsvoorlichting, kraamzorg, babymassage, alternatieve geneeswijzen, diëten, uitvaartbegeleiding en nog veel meer. Op de gezondheidsmarkt kunt u ook uw gezondheid laten testen. Bij verschillende kramen kunt u met een scorekaart terecht voor metingen zoals bloeddruk, bloedglucose, reactievermogen, lenigheid en handknijpkracht, zuurstofmeting. U kunt kennis maken met reiki en u kunt het rijden met scootmobielen uitproberen.

Vanuit **Mantelzorg Moerdijk** zullen we ook aanwezig zijn op de markt. U kunt ons vinden in de kraam bij Surplus. Daar laten we graag zien wat we doen bij Surplus op welzijnsgebied. Het geeft ons ook de gelegenheid om u als mantelzorgers te waarderen en informeren.



Op deze dag delen wij daarom aan mantelzorgers **'Het dagboek van een mantelzorgers'** uit. Dit boek helpt u om overzicht en structuur te houden in de zorg die je verleent als mantelzorgers. Naast handige invulpagina's vindt je in dit boek praktische informatie om je op weg te helpen.

Wilt u die dag bij de kraam van Surplus 'Het dagboek van een mantelzorgers' komen ophalen? Meld je dan nu aan via deze [link](#). We hebben maximaal 100 boeken die we kunnen verstrekken. Zonder aanmelding kunnen we u het dagboek niet verstrekken.

## Winnaars Weggeef-actie 'Het haperende brein'

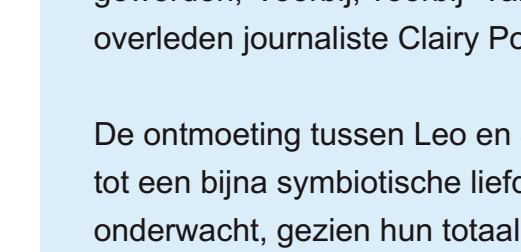
Elke maand komen er leuke reacties op onze weggeef actie. Daar zijn we erg blij om. Voor het boek 'Het haperende brein' hebben we ook weer geloot. Dit keer zijn de gelukkigen:

- Dinie uit Zevenbergen;
- Stefan uit Fijnaart;
- Lianne uit Willemstad.

Het boek is inmiddels naar u opgestuurd. Veel leesplezier.

Niet gewonnen en wil je het boek toch lezen? Wist je dat je je mantelzorgwaarderingssbon ook kan gebruiken voor een abonnement op Bibliotheek West-Brabant?

## Bibliotheek West Brabant



Bibliotheek West Brabant doet zoveel meer dan alleen boeken uitleenen. Op de website <https://www.bibliotheekwb.nl> vind je het complete aanbod van activiteiten.

### Boekentip: "Voorbij, voorbij."

Boekentip van deze maand door Bibliotheek West-Brabant is geworden: "Voorbij, voorbij" van de recent overleden journaliste Clair Polak.

De ontmoeting tussen Leo en Judith leidt tot een bijna symbiotische liefde - onderwacht, gezien hun totaal verschillende achtergrond. Vijftien jaar lang kwam daar niets of niemant tussen. Tot Alzheimer zijn verwoestende werk kwam doen.

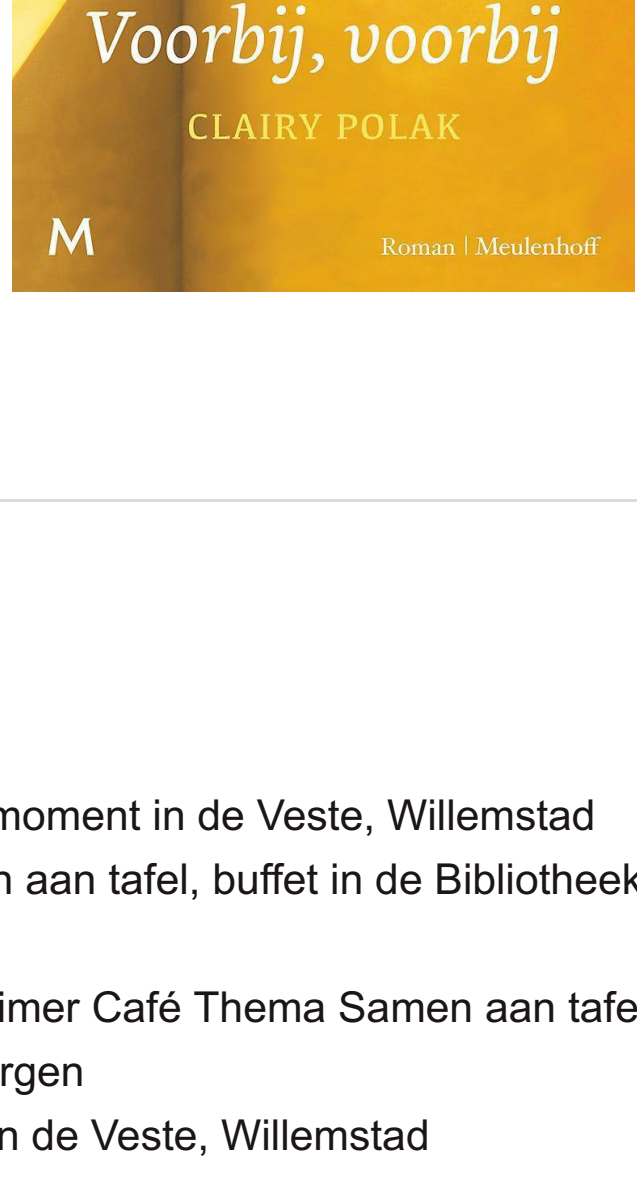
Zowel Leo als Judith valt ten prooi aan grote verwarring. Leo's verleden dreigt radicaal te worden uitgedaagd, terwijl Judith probeert hun gezamenlijke leven door de vergetelheid te behoeden en haar toekomst opnieuw vorm te geven. Met de moed der wanhoop en een finke dosis zelfspot houdt ze maar net het hoofd boven water. Aan de hand van Leo's verhalen over zijn jeugd en haar eigen herinneringen probeert ze de steeds vager wordende foto van Leo's leven weer wat diepte te geven en daarmee een basis te leggen om door te gaan.

Nieuwsgierig geworden naar dit boek of andere materialen uit onze collectie of heeft u misschien vragen? U bent van harte welkom in een van de vestigingen van Bibliotheek West-Brabant. Of op [www.bibliotheekwb.nl](http://www.bibliotheekwb.nl)

### Weggeef actie

Mantelzorg Moerdijk geeft 3 maal het boek "Voorbij, voorbij" weg van Clair Polak. Wilt u kans maken op het boek? Stuur dan een berichtje met uw naam en adres naar [mantelzorg.moerdijk@surplus.nl](mailto:mantelzorg.moerdijk@surplus.nl). U kunt zich aanmelden tot en met 22 september 2023.

Onder de inzendingen zal geloot worden. De namen van de gelukkigen zullen in de volgende nieuwsbrief vermeld worden. Zij zullen het boek per post thuis ontvangen.



## Agenda

- 14 september - 14.00 tot 16.00 uur Koffiemoment in de Veste, Willemstad
- 21 september - 17.00 tot 18.30 uur Samen aan tafel, buffet in de Bibliotheek Zevenbergen
- 21 september - 19.00 tot 21.00 uur Alzheimer Café Thema Samen aan tafel, Belevenistafels in de Bibliotheek Zevenbergen
- 3 oktober - Workshop Taarten decoreren in de Veste, Willemstad
- 7 oktober - 10.00 tot 15.00 uur Gezondheidsmarkt in Fijnaart
- 10 oktober - 10.00 tot 12.00 uur Koffiemoment in de Ankerkuil, Moerdijk
- 10 november - Dag van de Mantelzorgers (meer informatie volgt later)

## Heb je een vraag over mantelzorg?

Bel Surplus Mantelzorg 0168-331357 of mail naar [mantelzorg.moerdijk@surplus.nl](mailto:mantelzorg.moerdijk@surplus.nl)