

Uitnodiging voor mantelzorgers van mensen met Parkinson(isme) en/of Lewy Body

Omdat een lotgenoot snapt hoe jij je voelt...

omdat je met vragen zit...

omdat je situatie steeds nieuwe aanpassingen van je eist...

en je samen sterker staat.

Sinds 2019 is deze mantelgroep actief. Bedoeld voor mantelzorgers in de regio zuid-oost- Utrecht, die zorg hebben voor een naaste met Parkinson(isme) en/of Lewy Body. Centraal staat het delen van eigen beleven en ervaringen. Dit delen met mensen die in een vergelijkbare situatie zitten, kan steun en nieuwe inzichten geven. Er is een casemanager van Santépartners aanwezig voor vragen. De begeleiding wordt verzorgd door Myrthe Terranea.

Je bent van harte welkom! We starten om **12.30 uur** met **soep en een broodje!** Omdat wij vinden dat er ook wel eens voor jou gezorgd mag worden.

Aanmelding en informatie: [Myrthe \(06-11 318 318\)](tel:06-11318318) of myrthe@verliesatelier.nl

Woensdag 12 november 12.30 - 15.00, Sportlaan 11-13, Maarn



Tegen wil en dank ben je de mantelzorg ingegleden, uit liefde, compassie en/of trouw. Veel van je gesprekken met de zorgverleners gaan over het verloop van de ziekte en de voorzieningen die mogelijk of noodzakelijk zijn.

Maar wat gebeurt er met jou als mens? Hoe is jouw eigen proces? Je komt voor een veel vragen te staan, steeds meer zonder de steun van die partner/dierbare (naaste). Er zijn praktische vragen, vragen over wat er met je naaste gebeurt. De toekomst is onzeker en onvoorspelbaar. Is het huis nog wel geschikt om in te blijven wonen, is er de juiste hulp voor je naaste beschikbaar?

Er verandert voor jezelf veel, maar ook in je relatie met de naaste waar je voor zorgt. Al die veranderingen roepen emoties op. Je verliest een deel van je naaste, van jullie oude band/relatie. Je staat met lege handen, want dit proces kun je niet stoppen of tegenhouden. Deze emoties kun je vaak niet (meer) delen met elkaar of andere omstanders.

Hoe ga je met dit verlies om? Hoe blijf je ook goed voor jezelf zorgen? Wat zijn je hulpbronnen, wat biedt troost en wat steunt? Hoe kom jij nu "op jouw eigen verhaal"?

Hulpverleners kunnen verlichting bieden en zo goed als jij de signalen kent van je partner kunnen zij dat niet. De vraag is dan wat je los kan en mag laten. In de groep ontmoet je mensen die hetzelfde meemaken of hebben meegemaakt. Je wordt verstaan in je zorgen en dilemma's. Zo kun je van elkaar leren en kun je ook begrip en troost vinden.

We zijn een "luistergroep". Dat betekent dat je eigen verhaal kunt vertellen, zonder dat iemand trekt of duwt met vragen, slimme eigen adviezen of oplossingen.