



VRIJWILLIGE COACHES voor mantelzorgers



deMedewerker
vrijwilligerswerk en mantelzorg

Maak samen het verschil.

Mantelzorgers willen graag de zorg die zij hun naaste geven, goed volhouden. Een steuntje in de rug kan daarbij welkom zijn. Bijvoorbeeld iemand die je helpt bij het zoeken naar oplossingen. En die je stimuleert bij het onderhouden en benutten van de eigen sociale contacten.

Mantelzorgers in de gemeente Ede kunnen daarvoor een beroep doen op een vrijwillige coach.

Informatie voor mantelzorgers

Een vrijwillige coach kan veel voor je betekenen:

- De coach luistert naar je en denkt met je mee, over waar je hulp bij kunt gebruiken. Samen kijk je naar wat nodig is om je weer sterker te voelen. En vooral, waar oplossingen te vinden zijn; binnen je eigen netwerk, of bij de juiste instanties of organisaties.
- Samen met de coach ga je na wat je sociale netwerk voor je betekent. En hoe dat je kan helpen en ondersteunen bij het uitvoeren van de mantelzorg. Door het versterken en beter gaan gebruiken van je netwerk, komt er meer balans in wat je aan taken hebt en wat je aankunt. Daardoor komt er bijvoorbeeld weer ruimte om af en toe zelf eens iets leuks te doen.

Informatie voor vrijwilligers

Als vrijwillig coach ondersteun je een mantelzorgers die overbelast dreigt te raken. Je luistert naar de problemen die de mantelzorgers ervaart en helpt onderzoeken welke oplossingen er zijn. De eigen inbreng van de mantelzorgers en het juiste gebruik van diens netwerk is daarbij van groot belang. De Medewerker traint je om je rol als vrijwillig coach goed te kunnen vervullen. Tijdens het coachingstraject krijg je begeleiding vanuit De Medewerker, zowel individueel, als in groepsverband met de andere vrijwillige coaches.

Meer informatie en aanmelden

Najaar 2015 zullen de eerste vrijwillige coaches gekoppeld worden aan mantelzorgers. Heb je als mantelzorgers belangstelling om een coach te krijgen? Of ben je geïnteresseerd om als vrijwilliger coach te worden voor een mantelzorgers? Neem dan contact op met De Medewerker voor nadere informatie en aanmelding: info@demedewerker.nl of tel. 0318 651 312.