



1 september 2020

## Actueel ondersteuningsaanbod Markant voor mantelzorgers in Amsterdam, Diemen en Duivendrecht

### Amsterdam

#### Stedelijk aanbod voor alle mantelzorgers in Amsterdam

- **Extra nieuws over corona en mantelzorg**  
Nieuwsbrief voor mantelzorgers, vrijwilligers en beroepskrachten. [Lees meer](#)  
U kunt zich gratis abonneren op de nieuwsbrief via onze website [www.markant.org](http://www.markant.org)
- **Inzet vrijwilligers informele respijtzorg**  
Vrijwilligers mogen, als dat kan, weer op bezoek komen om uw naaste gezelschap te houden en aandacht te geven, mits 1,5 meter afstand in acht wordt genomen. Als dat niet mogelijk is, wel contact, telefonisch of via beeldbellen, kaartje versturen, boodschappen doen, hond uitlaten, voorlezen 1 op 1, etc. [Lees meer](#)
- **Inzet vrijwilligers palliatieve terminale zorg**  
Vrijwilligers mogen, als het kan, weer worden ingezet mits de coronamaatregelen in acht worden genomen. [Lees meer](#)
- **Geluksmomenten**  
Start op 24 augustus voor mantelzorgers en verzorgden. Een week lang ontvangen mantelzorgers en degene voor wie men zorgt een opdracht om een positieve impuls aan de zorgsituatie en aan elkaar te geven. [Lees meer](#)
- **Penvrienden**  
Vind u het leuk om kaartjes of mailtjes te krijgen van onze studentvrijwilligers? Geeft u zich dan nu op voor "Penvrienden". [Lees meer](#)
- **En nu jij**  
E-learning, live coaching en contactgroepen voor jonge mantelzorgers. [Lees meer](#)

#### Stedelijke cursussen, toegankelijk voor alle mantelzorgers in Amsterdam

- **Cursus 'De zorg de baas'**
  - In Oost: start 22 september [Lees meer](#)
  - In Zuidoost: start 30 oktober [Lees meer](#)
- **Mat-training**  
Start 21 september [Lees meer](#)
- **Training 'Werk en mantelzorg combineren'**  
Start 21 november [Lees meer](#)

## **Bijeenkomsten en activiteiten voor mantelzorgers in Amsterdam Centrum**

- **Ontmoeting in het Rijks Museum**  
Mantelzorgers uit stadsdeel Centrum die zich hebben opgegeven voor de rondleiding in het Rijks Museum ontvangen via Markant wekelijks een brief van een medewerker van het Rijks met een verhaal over zijn/haar favoriete kunstwerk. De rondleiding is uitgesteld naar 2021.
- **Wandeling ‘Praten over later’**  
28 augustus [Lees meer](#)
- **Themamiddag ‘Levend verlies bij mantelzorgen’**  
21 september [Lees meer](#)
- **Themamiddag ‘Financiële mogelijkheden voor mantelzorgers’**  
8 oktober [Lees meer](#)
- **Themamiddag ‘Omgaan met dementie’**  
20 oktober [Lees meer](#)
- **Voorlichtingsbijeenkomst ‘Wat als iemand meer zorg nodig heeft?’**  
22 oktober [Lees meer](#)
- **Into D’mentia**  
10 november [Lees meer](#)
- **Dag van de mantelzorg**  
10 november (informatie volgt)

## **Bijeenkomsten en activiteiten voor mantelzorgers in Amsterdam Zuidoost**

- **Open inloop informatiebijeenkomsten voor mantelzorgers**  
Op 10 en 24 september [Lees meer](#)
- **Themamiddag ‘Financiële mogelijkheden voor mantelzorgers’**  
29 september [Lees meer](#)
- **Themamiddag ‘Omgaan met dementie’**  
5 oktober [Lees meer](#)
- **Themamiddag ‘Levend verlies bij mantelzorgen’**  
13 oktober [Lees meer](#)

## Diemen

- **Inloopspreekuur voor mantelzorgers in De Brede HOED**  
Elke woensdag van 9.00 tot 12.00 uur. [Lees meer](#)
- **Inzet vrijwilligers informele respijtzorg** [Lees meer](#)
- **Inzet vrijwilligers palliatieve terminale zorg** [Lees meer](#)
- **Mantelzorgnieuws Diemen**
- **Cursus ‘De zorg de baas’**  
Reeds plaatsgevonden
- **Themabijeenkomsten**
- **Dag van de mantelzorg**  
10 november
- **Extra nieuws over corona en mantelzorg**  
Nieuwsbrief voor mantelzorgers, vrijwilligers en beroepskrachten. [Lees meer](#)  
U kunt zich gratis abonneren op de nieuwsbrief via onze website [www.markant.org](http://www.markant.org)

## Duivendrecht

- **Inloopspreekuur voor mantelzorgers in het Dorpshuis**  
Start donderdagmiddag 20 augustus van 14.00 tot 16.00 uur.  
Het spreekuur vindt om de week plaats. [Lees meer](#)
- **Inzet vrijwilligers informele respijtzorg** [Lees meer](#)
- **Themabijeenkomsten**
- **Extra nieuws over corona en mantelzorg**  
Nieuwsbrief voor mantelzorgers, vrijwilligers en beroepskrachten. [Lees meer](#)  
U kunt zich gratis abonneren op de nieuwsbrief via onze website [www.markant.org](http://www.markant.org)