

# (H)erken de mantelzorger

Workshops, trainingen en  
voorlichting voor  
professionals



**Markant**

centrum voor mantelzorg

020 886 88 00 | [info@markant.org](mailto:info@markant.org) | [www.markant.org](http://www.markant.org)

**Ben jij als beroepskracht actief in Amsterdam, Diemen of Duivendrecht binnen zorg & welzijn, onderwijs of werkzaam bij de gemeente? Dan is de kans groot dat jij in je werk mantelzorgers tegenkomt. Het Expertisecentrum Mantelzorgondersteuning Amsterdam (EMA) van Markant staat jou bij in het herkennen en ondersteunen van de mantelzorger. Met onze deskundigheidsbevordering dragen we bij aan een goede samenwerking tussen de zorgvrager, mantelzorgende naasten en zorg- en hulpverleners. Hierdoor, zo weten we, daalt de (over)belasting bij mantelzorgers. Bovendien maakt het jouw werk makkelijker.**

### **Helpdesk**

Maak gebruik van onze helpdesk voor al je vragen over mantelzorg en ondersteuning. Markant biedt diverse handvatten aan beroepskrachten om mantelzorgers te ondersteunen, zoals toolkits, gespreksmethoden, overzichten, wegwijzers en beeldmateriaal. Ook kun je contact opnemen met onze helpdesk om te sparren over een lastige situatie, met een beleidsmatige vraag of een dilemma. En we kunnen je informeren over het aanbod in de stad of over regelingen.

### **Workshops en trainingen**

We organiseren verschillende (kosteloze) workshops en trainingen waardoor je mantelzorgers nog beter herkent, kan begeleiden en/of doorverwijzen naar de juiste hulpverlener. Onze deskundigheidsbevordering kan zowel online of op locatie zijn. Je kunt je op persoonlijke titel inschrijven. Daarnaast kunnen we onze workshops op aanvraag en op maat incompany aanbieden.

## **Is mantelzorgen een probleem?**

Een introductie over mantelzorg en de impact daarvan op iemands leven. Leer de mantelzorgende Amsterdammers herkennen, alsook de risico's op overbelasting.

## **(Be)leven met dementie**

Verplaats je via een VR-bril in een leven met dementie om je beter te kunnen inleven. In het nagesprek praten we over de impact op het leven van de mantelzorger van een naaste met dementie en diens dilemma's.

## **De impact van opgroeien als jonge mantelzorger**

Maak kennis met het leven van jonge mantelzorgers. Hoe signaleer je hen en wat zien we bij deze groep? Ook komen de ondersteuningsmogelijkheden in Amsterdam aan bod.

## **Moreel beraad**

Groepsgesprek over een moreel dilemma, ingebracht door een deelnemer. Je leert op een nieuwe manier kijken naar de belangen van alle betrokkenen, een (morele) afweging te maken en je handelingsperspectieven te vergroten.

## **Werken in en aan de triade**

Krijg inzicht in de rollen van mantelzorgende Amsterdammers en de 4 manieren om met hen samen te werken. Herken de visie van je organisatie op de rol van mantelzorgers in de zorg- en/of hulpverlening.

## **Triadisch werken binnen de ggz (deel 1)**

Ontdek de waarde van samenwerken met naasten die zorgen voor iemand met een psychische kwetsbaarheid of verslaving. In de workshop komt ook aan bod hoe je een ecogram-genogram levenslijn praktisch kunt toepassen.

## **Triadisch werken binnen de ggz (deel 2, verdieping)**

Wat is de waarde van het triadegesprek en hoe zet je dit in? Oefen in gespreksvaardigheden vanuit gelijkwaardigheid. Ook besteden we aandacht aan de omgang met meerstemmigheid.

## **Ontsporing van mantelzorg**

Leer overbelasting bij mantelzorgers herkennen en bespreekbaar te maken. Herken ontsporing van mantelzorg en krijg handvatten om dit te voorkomen.

## **Werken met de methode BordjeVol**

Leer en doorloop de effectief bewezen methode BordjeVol: wat ligt er op het bordje van de mantelzorger en wat kan eraf? Inclusief een exemplaar om mee te nemen.

## **Werken met Praatpakket cultuursensitief**

Workshop over het inzetten van het Praatpakket, waarmee je het gesprek over zelfzorg kunt aangaan met mantelzorgers met diverse achtergronden en uit diverse culturen.

Markant, centrum voor mantelzorg  
[www.markant.org](http://www.markant.org)  
[info@markant.org](mailto:info@markant.org)  
020 886 88 00

Voor meer informatie of aanmelding  
ga je naar de agenda van Markant:  
[www.markant.org/agenda](http://www.markant.org/agenda)  
of scan de QR-code.

Amsterdam | Diemen | Duivendrecht

