

zin



BIJKOM- WEEKEND

voor partners van mensen met dementie



zin academie



Rust en compassie voor mantelzorgers

Mantelzorgers lopen niet weg en gaan maar door. Soms ten koste van zichzelf. Want er is geen keuze: je laat jouw kwetsbare naaste niet in de steek. Heb jij behoefte aan rust en een fijne plek om je verhaal te delen? En stevig handvat om zelf in balans te blijven? Doe dan mee aan dit bijkomweekend!

Waarom dit weekend?

Dementie heeft veel invloed op iemands leven, maar ook op het leven van hun partner. Als partner moet je dingen overnemen die degene met dementie niet meer kan. De relatie verandert omdat je partner met dementie verandert. Er wordt steeds meer op je geleund door verlies van eigen regie. Tegelijkertijd neem je als mantelzorger als het ware steeds meer een stukje afscheid van wat degene met dementie kon en was. Er is sprake van rouw bij leven. Gevoelens van machteloosheid, verdriet en boosheid kunnen soms de overhand nemen. Als partner wil je er zijn voor de ander, maar tegelijkertijd is zorgen voor jezelf soms moeilijk. Iemand met dementie wordt steeds afhankelijker, en dat kan een belastend of beklemmend gevoel geven.

In dit weekend bieden we jou als partner de mogelijkheid om in een veilige omgeving:

- Bij te komen van stress en spanning en de accu weer op te laden.
- Ervaringen delen met anderen en te leren van elkaars verhalen
- Door deze training beter voor jezelf te zorgen en vanuit compassie naar de ander en naar jezelf te kijken.
- Je op een gezonde en milde manier te leren verhouden tot je naaste.

Dit gaan we doen

We bieden je een inspirerend en afwisselend programma van vijf dagdelen, van vrijdagavond tot zondagmiddag. Twee ervaren trainers van ZIN en Vughtstede zorgen daarbij voor een laagdrempelige insteek en een goede begeleiding. Er is ruimte om tot rust te komen en ervaringen uit te wisselen. Je maakt kennis met de thema's van compassie voor de ander en compassie voor jezelf. Wat betekenen deze thema's precies en hoe kunnen ze je kracht geven? Hoe kun je jouw bezorgdheid voor de ander niet ten koste laten gaan van jezelf?

Voor wie is dit programma?

Dit programma is er speciaal voor partners van mensen met dementie, afkomstig uit de Gemeente Vught en de kernen Vught, Helvoirt en Cromvoirt. Voor partners die een weekend willen bijkomen. Een moment voor jezelf om tot rust en bezinning te komen en om ervaringen uit te wisselen met gelijkgestemden. Er kunnen maximaal 16 personen per weekend deelnemen, zodat er genoeg persoonlijke aandacht is voor iedereen.

ZIN

Je logeert in ZIN, gelegen op een prachtig landgoed in Vught. Het bijzondere gebouw en de prachtige omgeving zijn het perfecte decor voor het weekend. En natuurlijk zorgt de gastvrijheid van het ZIN-team voor een extra welkom gevoel. Je hebt een hotelkamer met eigen douche en toilet. Geniet van de rust en van de 100% biologische keuken!



Data en prijzen

Het weekend zal plaats vinden van 7 t/m 9 november 2025. Voor dit bijzondere weekend is subsidie bij elkaar gebracht. Hierdoor zijn de kosten laag, en betaal je voor het volledige verblijf, inclusief overnachtingen, maaltijden en de training met begeleiding slechts €114,95 incl. BTW. (Als deze kosten een bezwaar zijn, neem dan contact met ons op.) Tijdens dit weekend zijn er maximaal zestien deelnemers.

Je kunt ZIN vinden in Vught, aan de Boxtelseweg 58.



Meer informatie over dit bijkom weekend en inschrijven?
Scan dan de QR-code

Een nieuw initiatief

Dit bijkomweekend is een initiatief van ZIN, Welzijn Vught en Vughterstede, mede mogelijk gemaakt door Gemeente Vught. Door onze krachten te bundelen willen we partners van mensen met dementie niet alleen een bijzonder weekend bieden, maar een duurzaam handvat om ook daarna in balans te blijven.

DOE JE MEE?

Je bent van harte welkom! Voor meer informatie kun je contact opnemen met Yvonne Kolmans van Welzijn Vught, 06 - 467 527 73 of Marianne van Boxtel van Vughterstede, 06 - 400 880 24.

Aanmelden kan met een mail naar info@welzijnvught.nl. Vermeld hierin je naam, adres en telefoonnummer.

zin

ZIN in Vught is niet alleen een plek voor zingeving in werk, maar ook voor culturele beleving en kunst. Laat je inspireren en verwonderen door onze diverse programma's, waarin zingeving en maatschappelijke thema's centraal staan.

zin.vught.nl



Op de hoogte blijven de trainingen en evenementen van ZIN?

Schrijf je in voor de nieuwsbrief en mis geen moment.
Scan de QR code om je in te schrijven.

