

# THEMABIJEENKOMST

## WAT BETEKENT MANTELZORG VOOR JOU?

**Datum:**

13 oktober 2026

**Tijdstip:**

11.00 – 13.00 uur

**Locatie:**

MVT Arnhem, Slochterenweg 40, Arnhem

**Kosten:**

gratis

**Het lijkt zo gewoon om maar voor je moeder/vader/familielid te gaan zorgen, om mantelzorger te zijn, maar is dat wel zo? Mantelzorg kan zwaar zijn maar kan je ook veel brengen. Positieve en negatieve ervaringen bestaan naast elkaar. Vaak zitten positieve ervaringen in kleine, waardevolle momenten. Wat betekent mantelzorg voor jou? Het is goed om stil te staan bij wat jou bezielt in de zorg voor de ander.**

Er is een bekende uitspraak van filosoof Friedrich Nietzsche:

"Als je weet waarom je iets doet, kun je bijna alles aan."

Ook psychiater Victor Frankl, die de Holocaust overleefde, schreef hierover. Hij zei dat het helpt als je de zin ziet van wat je doet. Dan kun je beter omgaan met moeilijke situaties.

Dat geldt ook voor mantelzorg. Als je weet waarom je dit doet, kun je het beter volhouden – ook als het zwaar is, bijvoorbeeld in het contact met degene voor wie je zorgt.

Tijdens deze bijeenkomst staan we stil bij vragen zoals:

- Wat betekent mantelzorg voor mij en mijn naaste (partner, ouder, kind, broer of zus)?
- Wat vraagt mantelzorg van mij, en wat levert het mij op?
- Hoe kan ik het doen op een manier die bij mij past?
- Wat doet mantelzorg mij van binnen?

We gaan hiermee aan de slag op een actieve en open manier met gastsprekerster Maria Vloet, Geestelijk Begeleider. Er zijn geen goede of foute antwoorden, en het kan ook zijn dat je het nog niet weet.

Je hoort hoe anderen mantelzorg-schap ervaren. Door samen te praten en ervaringen te delen, kun je nieuwe inzichten krijgen.

Je bent van harte welkom!

Meer info en aanmelden:

<https://www.mvtarnhem.nl/activiteitenkalender/themabijeenkomst-wat-betekent-mantelzorg-voor-jou>

Of bel naar MVT Arnhem op 026 – 370 35 40 of mail naar [info@mvtarnhem.nl](mailto:info@mvtarnhem.nl)  
Contactpersoon: Leny van Rooijen