



zorg voor inspiratie
inspiratie voor zorg



Een dag voor mantelzorgers
Vanuit het Thomashuis;
Dominicaans centrum voor
levensbeschouwelijke verkenningen
Dominicanenklooster Zwolle

Waar het om gaat

“Het is zo vanzelfsprekend dat ik voor mijn dierbare naaste zorg, waarom zou ik mezelf dan een mantelzorger noemen?”

“Ik ben niet alleen maar bezig met zorgen, maar ik ben er zelf ook onderdeel van.”

Mantelzorg is een bijzondere vorm van zorg geven, die veel van een mens kan vergen. Ooit stond een andere relatie op de voorgrond: die van partner, vriend, ouder, kind. Ziekte, fysieke of mentale beperking of crisis veranderden deze relatie tot één waarin zorg de boventoon voert. In deze zorgrelatie spelen kwetsbaarheid, verbondenheid, afhankelijkheid en verantwoordelijkheid een belangrijke rol. Vaak gaat er veel aandacht naar de zorgbehoevende. Maar hoe staat het met de aandacht voor de mantelzorger? Zijn/haar vragen, beleving, verlangens, grenzen en gevoel van onvrijheid?

Inspiratie

“De dag zorg voor inspiratie; inspiratie voor zorg biedt de mogelijkheid om die ruimte te maken en samen met anderen te onderzoeken.”

Tijdens de dag in het Dominicanenklooster is er ruimte om stil te staan bij vragen van de mantelzorger. Er is ruimte om even ‘op te ademen’. Helaas is tijd, en zeker de tijd die nodig is om ruimte te kunnen maken, schaars in het leven van een mantelzorger. Er valt zo veel te doen en te regelen dat de nodige ruimte vaak ontbreekt om aandacht aan ‘de binnenkant’ te geven: vragen die vaak gaan over alledaagse zingeving.

Welke plaats krijgt de zorg in mijn leven? Wat geef ik er voor op?
Wat heb ik er voor over? Hoe krijgt het zorgen een plaats in mijn zelfbeeld?
Waar laat ik mijn verdriet? Wat houdt mij op de been?
Waarin vind ik voldoening en kracht?

Inspiratie heeft te maken met enthousiasme, aansporing, bezieling. Het heeft te maken met ‘hart en ziel’. Het geven (of vinden) van betekenis- zingeving- in de zorgrelatie kan helpen om de situatie het hoofd te bieden. Wat op het eerste gezicht een luxe lijkt, is eigenlijk bittere noodzaak. Aandacht immers voor de eigen krachtbronnen is wezenlijk om bewogen, met voldoening en veerkracht zorg te kunnen verlenen.

Een klooster?

Een klooster roept associaties op met kerkelijkheid, godsdienst en spiritualiteit. Het aanbod van de dag staat echter open voor iedereen ongeacht culturele of levensbeschouwelijke achtergrond.

Er is aandacht voor ieders levenshouding en levensoriëntatie. Deze kan religieus ingevuld zijn, maar komt vooral voort uit de eigen levenservaring.

Doelgroep en aard van het programma

Dit programma-aanbod is voor ieder die zich in bovengenoemde herkent en op een of andere wijze mantelzorg verleent. Doel van deze dag is:

- (her)oriëntatie op de motivatie en inspiratie in het verlenen van zorg
- aandacht voor eigen kwetsbaarheid en grenzen in het contact met diegene waar je zorg voor draagt en de situatie
- aandacht voor het maken van keuzes
- aandacht voor het omgaan met anderen: familie, buitenstaanders en professionele zorgverleners

De begeleiders van deze dag spreken je aan in 'hoofd, hart en handen'. Daarbij vertrekken zij vanuit de ervaringen van de deelnemers. Zij gebruiken werkvormen die de aandacht voor inspiratie oproepen, verkennen en verhelderen.



Het Thomashuis

Het Thomashuis is een Dominicaans centrum voor levensbeschouwelijke verkenningen. De begeleiding van de kloosterdagen voor de zorg is in handen van Nel van der Loos en Berthilde van de Loosdrecht.

Nel heeft een eigen praktijk voor supervisie, coaching, zingeving en vertrouwensadvieswerk. Berthilde is geestelijk verzorger in de GGZ. Beiden hebben zij in het verleden als (wijk)verpleegkundige gewerkt.

Het Dominicanenklooster

Het Dominicanenklooster biedt een woon- en werkomgeving waarin een traditie van studie en bezinning leeft: kritisch, in open dialoog met vragen en ontwikkelingen in de samenleving. Een sfeervolle en karakteristieke locatie met een binnentuin, kloostergang en meditatie- en vergaderruimten. De voorwaarden om in stilte, met aandacht en 'op afstand', individueel of in teamverband, te bezinnen op vragen van zingeving en inspiratie, zijn hiermee gewaarborgd.

Data

Zaterdag 19 november 2011
Zaterdag 21 januari 2012

Tijd

10.00 - 17.00 uur, incl. lunch

Deelname kost 25,-

Dit bedrag is gesubsidieerd door de Gemeente Zwolle in het kader van het campagnejaar 2011 *Mantelzorg doen we samen.*



thomashuis

Dominicanenklooster
Assendorperstraat 29
8012 DE Zwolle
038 42 544 12

www.kloosterzwolle.nl

berthildevandeloosdrecht@kloosterzwolle.nl

afbeelding voorkant
'Lijfje' 1998.
Nicolas Dings