

Wandelgroep voor mantelzorgers

Mens en Welzijn Voorst



Dinsdag 20 januari 2026 van 09:30 tot 12:00 uur

Over 7 weken



Mens en Welzijn Voorst

Jachtlustplein 11, Twello



Terugkerende activiteit

Maandelijks op de 3de dinsdag tot en met 17 februari 2026

Om mantelzorgers te ondersteunen start Mens en Welzijn Voorst met een maandelijkse wandelgroep voor mantelzorgers.

Meer dan 5 miljoen mensen in Nederland zijn mantelzorger. Hiervan is 9% overbelast, legt Annet Reimert, consulent Mantelzorg, uit. "Een mantelzorger zorgt uit liefde voor de naaste. In de loop van de tijd wordt de zorg intensiever. Tijdens een bijeenkomst hebben we samen met mantelzorgers nagedacht over overbelasting binnen deze doelgroep. Er bleek behoefte te zijn aan contact met andere mantelzorgers. Het begrip voor elkaar, tips uitwisselen en elkaar bemoedigen is helpend. Ook is er behoefte aan ontspanning. Ontspanning geeft energie om door te gaan. Dit hebben we gecombineerd in een wandelgroep voor mantelzorgers. Zo houden we de mantelzorgers op de been", aldus Annet.

De wandelgroep voor mantelzorgers is voor oud en jong. Elke derde dinsdag van de maand wordt er ongeveer 5 kilometer gewandeld. Er wordt gestart om 9.30 uur vanaf de locatie van Mens en Welzijn Voorst; Jachtlustplein 11 in Twello. De wandeling duurt ongeveer 2 uur en bij terugkomst wordt er afgesloten met een kop koffie of thee. Er zijn geen kosten aan verbonden. "Zet de wandelschoenen maar vast klaar en meldt u aan!"

Om u aan te melden of als u vragen heeft kunt u contact opnemen met Annet Reimert via 06-49019968 of mailen naar a.reimert@mensenwelzijn.nl

Kern

Alle kernen

Voor wie

Jongeren, Volwassenen, Senioren

Waarover

Gezondheid, Ontmoeten, Recreatie / ontspanning, Sport en bewegen

Wat

Actie / opruimen etc., (Netwerk)bijeenkomst



Ga voor meer informatie naar
kijkindekernen.nl/agenda

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11

Wandelgroep voor mantelzo..
20-01-2026 /09:30 - 12:00
Jachtustplein 11