

MantelzorgBalans

Social Media berichten



In opdracht van	
Mede mogelijk gemaakt door:	
Geschreven door	Wilco Kruijswijk (w.kruijswijk@mantelzorg.nl)
Datum	Januari 2021



MantelzorgNL

Landelijke organisatie voor iedereen die zorgt voor een naaste.

Sparrenheuvel 38, gebouw C
3708 JE Zeist

030 659 22 22
www.mantelzorg.nl

Voorbeeld social media berichten

Voor beroepskrachten

Met de MantelzorgBalans-Tool krijgen mantelzorgers een hulpmiddel in handen om hun balans te (her)vinden. De tool is speciaal gemaakt voor mantelzorgers die zorgen voor een dierbare in de palliatieve fase.

<**Combineren** met filmpje "overzicht">

Gebruik de toolkit om het bereik en effect van de MantelzorgBalans-Tool te vergroten. In de toolkit vind je een flyer met informatie over de tool en voorbeeld berichten voor mail en social media. Daarnaast is ook een handreiking om de tool te combineren met bijeenkomsten.

<**link** naar pagina op mantelzorg.nl>

Ken je mantelzorgers die voor een dierbare in de palliatieve fase zorgen, die wel wat steun kunnen gebruiken? Reik ze de MantelzorgBalans-tool aan.

<**Combineren** met flyer>

Combineer de MantelzorgBalans tool met het organiseren van bijeenkomsten. Een handreiking vind je hier: <**link** naar handreiking>

Voor mantelzorgers

Zorg je voor iemand die niet meer beter zal worden? Balans in je leven is dan erg belangrijk. De MantelzorgBalans-tool helpt je hierbij. Bekijk de instructie-filmpjes en maak gratis gebruik van deze tool via balans.mantelzorg.nl

<**Combineren** met filmpje "overzicht">

In de MantelzorgBalans-tool is een onderdeel 'herinneringen', een online dagboekje. Hierin kan je mooie en mindere momenten vastleggen. De losse fragmenten en het geheel is te downloaden als pdf, om te delen. Je vindt de tool hier: balans.mantelzorg.nl

<**Combineren** met filmpje "Instructie herinneringen">

Schrijf elke dag 3 dingen op waar je dankbaar voor bent. En voeg een foto toe. Zo maak je een dagboek met bijzondere herinneringen, ook in moeilijke tijden. Dat kan fijn zijn voor later. Gebruik hiervoor het onderdeel 'herinneringen' van de MantelzorgBalans-tool (balans.mantelzorg.nl).

<**Combineren** met filmpje "Instructie herinneringen">

In de MantelzorgBalans-tool is een onderdeel met 'informatie', gevuld met artikelen specifiek voor als je zorgt voor iemand die niet meer beter wordt. Je vindt de tool hier: balans.mantelzorg.nl

<**Combineren** met filmpje "Informatie">

"Ik vond dat ik altijd klaar moest staan. Maar waarom eigenlijk? De MantelzorgBalans-tool zette me aan te nadenken en gaf me inzicht." Ook gratis de tool gebruiken? Kijk op balans.mantelzorg.nl

<**Combineren** met een foto>

Vind je het lastig om de juiste woorden te vinden hoe je contact met familie en vrienden onderhoudt? Welke afspraken je maakt over bezoek? Gebruik dan het onderdeel 'Contact met de omgeving' uit de MantelzorgBalans-tool. Je vindt de tool hier: balans.mantelzorg.nl

<**Combineren** met filmpje "Contact met de omgeving">