

Een netwerkcoach biedt u tijdelijk:

- Informatie en advies geven over mantelzorgvoorzieningen
- Een luisterend oor bieden
- Een afspraak maken voor een persoonlijk gesprek
- Informeren over of doorverwijzen naar andere instanties

Meer informatie en aanmelding

Neem telefonisch contact op met de coördinator van MVT Rheden en Rozendaal via 026 – 3707070 of stuur een email naar info@mvtrheden.nl t.a.v. Lidy Kelderman.



MVT
Zorgcentrum Rhederhof
Worth Rhedenseweg 55
6991 DW Rheden
Telefoonnummer: 026 – 3707072
info@mvtrheden.nl
www.mvtrheden.nl

september 2021

Hulp van een netwerkcoach Dan sta je er niet alleen voor



- *Wilt u graag wat meer sociale contacten?*
- *Of wilt u graag weer wat oude contacten van vroeger oppakken?*
- *En kunt u daarbij wel wat hulp gebruiken?*

Dan is ondersteuning van een netwerkcoach misschien iets voor u!

Veranderingen en sociale contacten

Gaandeweg je leven veranderen er dingen. Zo kan er in een mensenleven door omstandigheden een gemis aan sociale contacten ontstaan.

En met het ouder worden vallen er dikwijls mensen weg, met wie je gewend was om dingen te doen of ervaringen te delen. Of je wordt zo in beslag genomen door het intensieve zorgen voor de ander, dat het onderhouden van contacten of tijd om met anderen iets te doen, er bij in schiet.

Waarom een netwerkcoach?

Het hebben van contacten wordt ook wel een sociaal netwerk genoemd. Een sociaal netwerk is belangrijk voor iedereen, of je nu jong of juist ouder bent. Bijvoorbeeld voor een stukje gezelligheid en om samen iets te kunnen doen, maar ook voor (emotionele) steun en praktische hulp. Maar niet voor iedereen is het gemakkelijk om contacten van vroeger weer op te pakken, of om nieuwe contacten te leggen.

Daarom zijn er bij MVT Rheden en Rozendaal een aantal vrijwillige netwerkcoaches om u hierbij te ondersteunen.

Wat doet een netwerkcoach?

De vrijwillige netwerkcoach komt gedurende een aantal maanden, ongeveer 1x per twee weken bij u thuis. Samen gaat u uw huidige contacten in kaart brengen en uw wensen bespreken. Stap voor stap gaat u met de coach praktisch aan de slag om weer (meer) contacten om u heen op te bouwen. Uw netwerkcoach draagt geen kant-en klare oplossingen aan, maar denkt met u mee! Hij of zij is geen hulpverlener, maar een soort klankbord en kan u tijdelijk ondersteunen.

Hoe gaat het in z'n werk?

Ondersteuning door een netwerkcoach start altijd met een intake-gesprek door een beroepskracht via MVT Rheden, bij voorkeur bij u thuis. Vervolgens neemt de netwerkcoach contact met u op voor een eerste kennismaking. Netwerkcoaching duurt maximaal negen maanden, maar kan in de praktijk ook al binnen enkele maanden tot gewenst resultaat leiden. Er zijn geen kosten aan verbonden. Het is wel belangrijk dat u gemotiveerd bent om zelf stappen te ondernemen.



Hulp van een netwerkcoach?

Bel 026 3 70 70 70