

5 NOVEMBER 2025

## UITNODIGING

# Theatervoorstelling en leersessie jonge mantelzorgers

Voorstelling van  
het STuT theater:



**MELD JE  
NU AAN**

**Optie 1:**  
Voorstelling + leersessie  
**Optie 2:**  
Alleen de voorstelling

‘Jonge mantelzorgers  
herkennen, erkennen en  
ondersteuning bieden.’

**Datum:** 5 november 2025

**Tijd:** Inloop vanaf 15:15 uur.

Theatervoorstelling: 16:00 - 17:00 uur.

Theatervoorstelling + leersessie (inclusief soep en broodjes): 16:00 - 18:45.

**Locatie:** Het pand van Bibliotheek Utrecht aan Neude 11, 3512 AE Utrecht.

**Voor wie:** Voor iedereen die met jonge mantelzorgers te maken heeft, zelf op jonge leeftijd mantelzorger is (geweest) en overige geïnteresseerden.

**Accreditatie:** De voorstelling en leersessie zijn niet geaccrediteerd. Als je dat wilt, ontvang je een bewijs van deelname.

**Kosten:** Aan de voorstelling en leersessie kun je kosteloos deelnemen.

**Organisatie:** Netwerken palliatieve zorg Utrecht Stad en Zuidoost-Utrecht.



Je kunt je online aanmelden via de QR code of de link hierboven in de ronde button. Je kunt aangeven of je alleen de theatervoorstelling wilt bijwonen of óók wilt meedoen met de leersessie.





‘Met Zonder Zorgen’ is een waargebeurde voorstelling van STuT Theater. Eén op de vier jongeren in Nederland is jonge mantelzorger. Vaak zijn zij, en hun omgeving, zich hier niet bewust van. Wel heeft het invloed op hun ontwikkeling en identiteit. Wie word je wanneer je opgroeit in zorgen?

## **JE ZIET ZE NIET. ZE ZIJN MET VEEL. ZE ZIJN OVERAL. MISSCHIEN BEN JE ER ZELF WEL EEN.**

### **Theatervoorstelling 16:00 - 17:00 uur**

‘Met Zonder Zorgen’ is de nieuwe sociaal artistieke voorstelling van STuT Theater. Verschillende generaties jonge mantelzorgers delen hun persoonlijke verhaal op het podium. Zij geven diverse perspectieven op mantelzorg en informele zorg.

### **Leersessie 16:00 - 18:45**

Onder begeleiding van Robin Zuidam (o.a Coördinator Centrum voor Levensvragen Midden-Nederland) worden tijdens deze interactieve sessie ervaringen, vragen en praktische handvaten uitgewisseld tussen deelnemers en een deskundigenpanel. Aan tafel zitten Ben Berkvens (Gespecialiseerd verpleegkundige palliatieve zorg), Esma Saccal (Mantelzorg Utrecht) en een ervaringsdeskundige. Er wordt van elkaar geleerd en je gaat naar huis met tips over het herkennen, erkennen en ondersteunen van jonge mantelzorgers die je makkelijk in jouw dagelijkse praktijk kunt toepassen.

### **Programma**

15.15 – 15:45 Inloop  
15:45 – 16:00 Opening en introductie  
16:00 – 17:00 Theatervoorstelling  
17:00 – 17:45 Pauze (soep en broodjes)  
17:45 – 18:45 Leersessie

Bij aanmelden kun je aangeven of je het hele programma wilt volgen (theatervoorstelling + leersessie) of alleen bij de voorstelling aanwezig wilt zijn.

Voor meer informatie: Lars Luijkx, [l.luijkx@careyn.nl](mailto:l.luijkx@careyn.nl) of  
Mirjam Velting, [m.velting@careyn.nl](mailto:m.velting@careyn.nl)

