

2025

WAARDERINGS BOEKJE



BEDANKT!

**Mantelzorg
trecht**

COLOFON

Dit waarderingsboekje is een uitgave van Mantelzorg Utrecht. Mantelzorg Utrecht maakt deel uit van de Utrechtse welzijnsorganisatie U Centraal.



www.mantelzorgutrecht.nl



www.u-centraal.nl



REDACTIE & PRODUCTIE

- Tekst: Mantelzorg Utrecht
 - Eindredactie & Vormgeving: Communicatie U Centraal
 - Drukwerk: Drukwerkdeal
-



SPELREGELS



Jij zorgt dag-in-dag uit voor een naaste. We willen je graag laten weten hoe geweldig we dat vinden.

Daarom hebben we voor mantelzorgers een waarderingsaanbod. Hoe werkt het?

Dat lees je in deze spelregels.

Voor wie is het?

Je mag gebruikmaken van ons waarderingsaanbod als je vóór 1 februari 2025 als mantelzorger staat ingeschreven bij Mantelzorg Utrecht. Heb jij je na 1 februari 2025 bij ons ingeschreven? Dan krijg je in september 2025 een brief of mail met informatie waarmee ook jij gebruik kunt maken van het waarderingsaanbod.

Wat is het?

Je kunt kiezen voor een waarderingdag óf een waarderingsgeschenk. Let op! Per jaar kun je maar één keuze maken!

Hoe kan ik me aanmelden voor een waarderingdag of een waarderingsgeschenk?

Wil je weten wat het aanbod is? Ga dan naar www.mantelzorgutrecht.nl/waardering. Vanaf maandag 17 maart 10:00 uur kun je via onze website een waarderingdag reserveren of een waarderingsgeschenk bestellen.

- In de brief staat jouw unieke code. Hiermee kun je inloggen op www.mantelzorgutrecht.nl/geschenkode.
- Krijg je deze informatie per mail? Dan staat in de mail een directe link. Als je daarop klikt kom je automatisch bij dit overzicht terecht.

- Vervolgens kun je een waarderingsdag of een waarderingsgeschenk uitzoeken. Heb je een keuze gemaakt? Klik dan op jouw keuze en vul je gegevens in. Klik daarna op 'bestellen'.
- Je kunt zo vaak inloggen als je wilt, maar als je eenmaal iets hebt gereserveerd of besteld dan werkt de code of de link niet meer.

Vind je het lastig om dit zelf via de computer te regelen? Kijk dan eerst of iemand je kan helpen. Lukt het echt niet? Dan kun je ons hierover vanaf 17 maart bellen. We zijn doordeweeks bereikbaar tussen 10.00 en 12.00 uur op nummer 030 - 236 17 40. Je mag ook een mailtje sturen: waardering@mantelzorgutrecht.nl.

Over de waarderingsdagen

- Heb je via de website een waarderingsdag gereserveerd? Dan is jouw inschrijving meteen definitief. Noteer deze dag dus alvast in je agenda. Je krijgt binnen 3 weken een bevestiging. Uiterlijk 3 weken vóór de datum van de waarderingsdag ontvang je van ons een brief of een mail met meer informatie over de tijden, opstapplaatsen enzovoorts.
- Je kunt het hele jaar door waarderingsdagen reserveren, maar wacht niet te lang. Vol is vol! Lukt het niet om een waarderingsdag te reserveren? Dan is deze dag al volgeboekt.
- De reservering voor een waarderingsdag is persoonsgebonden. Je kunt jouw reservering niet overdragen aan iemand anders.
- Sommige waarderingsdagen zijn 'Specials'. Dat betekent dat ze voor een bepaalde doelgroep zijn. Bijvoorbeeld voor jonge mantelzorgers, mannelijke mantelzorgers of deelnemers van AMWAHT. Op de website en in het boekje staat dit vermeld bij de desbetreffende waarderingsdagen. Je kunt deze dagen alleen reserveren als je binnen de doelgroep valt.

Over de waarderingsgeschenken

- Het aanbod van waarderingsgeschenken staat niet in dit Waarderingsboekje 2025. Je vindt deze geschenken alleen op onze website.
- Als je een waarderingsgeschenk bestelt, ontvang je binnen 3 weken per mail of per post een voucher. Op deze voucher staat meer informatie over het geschenk. Je leest ook hoe je de voucher bij de aanbieder kunt gebruiken en tot wanneer deze geldig is. Zonder voucher kun je geen aanspraak maken op een geschenk.
- Lukt het je niet om te bestellen? Dan is het maximum aantal bestellingen bij deze aanbieder bereikt.
- De voucher voor een waarderingsgeschenk voor 2 personen (mantelzorger mét introducee) kun je maar 1 keer inleveren. Dus niet 2 keer voor 1 persoon. Je kunt ook zonder iemand anders gebruikmaken van een waarderingsgeschenk voor 2 personen. Een introducee is niet verplicht.
- Het aanbod van waarderingsgeschenken verandert het hele jaar door. Dus zit er nu niets voor je bij? Kijk dan later nog eens op de website.
- Hoe lang een voucher geldig is, verschilt per aanbieder. Je vindt deze informatie op de website én op de voucher.
- Je kunt een voucher voor een waarderingsgeschenk niet inruilen voor geld of voor een ander geschenk.

Aansprakelijkheid

Mantelzorg Utrecht stelt zich niet aansprakelijk voor schade en/of verlies van eigendommen, voor ongevallen of schade aan derden.

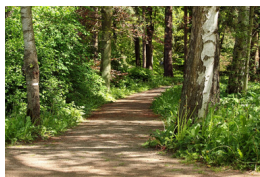


HIGH TEA IN RESTAURANT 'HET OUDE TOLHUYS' in UTRECHT

voor mantelzorgers en degene voor wie zij zorgen

Gezellig samen genieten van een uitgebreide High Tea, in het sfeervol gelegen restaurant 'Het Oude Tolhuys'. We starten met een soepje. Vervolgens zijn er hartige sandwiches en scones met jam en room. We sluiten af met zoete lekkernijen. Na de High Tea kun je op eigen gelegenheid nog even nagenieten op het terras. Of de middag afsluiten met een boswandeling door het mooie Amelisweerd.

**WOE
21 MEI**



Goed om te weten:

- Deze waarderingstag is speciaal voor mantelzorgers samen mét degene voor wie zij zorgen. Je reserveert dan ook direct voor twee personen
- Het restaurant is toegankelijk voor rollators en rolstoelen
- Je kunt gratis parkeren bij het restaurant
- Het restaurant is bereikbaar met het openbaar vervoer (tram)
- Bij aanmelding kun je dieetwensen doorgeven

VIRTUAL REALITY PLAY & URBAN CRAZY MINIGOLF in UTRECHT

voor jonge mantelzorgers (12-17 jaar)

Ervaar de wereld van Virtual Reality. In de 'FREE ROAM'-Arena voelt het alsof je in een andere wereld rondloopt. Samen met je team speel je een spannende strijd tegen draken, robots, ruimtewezens en zombies. Na de Virtual Reality Play gaat de fun door met een spelletje Urban Crazy Minigolf. Je speelt op golfbanen zoals je die nog nooit hebt gezien.



Goed om te weten:

- Voor deze waarderingsdag kunnen alleen jonge mantelzorgers (12 t/m 17 jaar) zich opgeven
- In de directe omgeving kun je gratis parkeren
- De locatie is bereikbaar met het openbaar vervoer

SPEELMIDDAG IN OVERDEKT SPEELPARADIJS BALLORIG in UTRECHT

special - voor jonge mantelzorgers (6-12 jaar)

Jonge mantelzorgers genieten samen met hun vader, moeder of andere begeleider (18+) van een zorgeloze middag in een overdekt speelparadijs. Voor iedere leeftijdsgroep is er genoeg te doen. Terwijl de kinderen gezellig en veilig spelen, genieten de begeleiders van een rustig momentje op het terras. De kinderen krijgen een lekker drankje en een snack. Voor de begeleiders is er koffie of thee met appelgebak.



Goed om te weten:

- Ieder kind moet begeleid worden door een volwassene (18+)
- In de directe omgeving kun je gratis parkeren
- De locatie is bereikbaar met het openbaar vervoer

GOLF ENTERTAINMENT MET DRANKJES & 'BITES' in UTRECHT

special - voor jonge mantelzorgers (17-25 jaar)

Golf meets gaming! Of je nu een beginnende of een ervaren golfer bent: spelen in de 'driving range bay' is leuk voor iedereen. Wie slaat het verst? Wie scoort het beste? De 'Inrange baltechnologie' registreert alles wat de bal doet. Golf was nog nooit zo leuk en spannend. Je speelt anderhalf uur met zes personen in één bay. Uiteraard onder het genot van drankjes & bites.



**VRIJ
13 JUNI**

Goed om te weten:

- Voor deze waarderingsdag kunnen alleen jonge mantelzorgers van 17 t/m 25 jaar zich inschrijven
- Er wordt geen alcohol geschonken
- In de directe omgeving kun je gratis parkeren
- De locatie is bereikbaar met het openbaar vervoer

GOLF ENTERTAINMENT MET DRANKJES & 'BITES' in UTRECHT

Of je nu een beginnende of een ervaren golfer bent: spelen in de 'driving range bay' is leuk voor iedereen. Wie slaat het verst? Wie scoort het beste? Golf was nog nooit zo leuk, toegankelijk en spannend. Je speelt anderhalf uur met een groepje van zes personen in één 'bay'. Uiteraard onder het genot van drankjes & bites.



**VRIJ
13 JUNI**



Goed om te weten:

- In de directe omgeving kun je gratis parkeren
- De locatie is bereikbaar met het openbaar vervoer

BEZOEK KERSENBOOMGAARD & LUNCH in de BETUWE



We vertrekken met de bus vanuit Utrecht naar de Betuwe. Daar bezoeken we de kersenboomgaard van de familie Hakkert. Zij ontvangen ons met koffie, thee en kersengebak. Vervolgens krijgen we een rondleiding door de kersenboomgaard. En als de kersen rijp genoeg zijn... mag je ze ook zelf plukken! Bij vertrek krijgt iedereen een presentje. En dan is het tijd voor de lunch. In het gezellige restaurant 'Buitensporig' in Tiel wacht ons een heerlijk lunchbuffet en krijg je een drankje naar keuze. In de loop van de middag gaan we met de bus weer terug naar de Utrecht.



**DI 1 &
WOE 2 JULI**



Goed om te weten:

- Dit uitstapje is in beperkte mate toegankelijk voor rollators
- Het vervoer per touringcar is inbegrepen
 - Opstapplaats 1 juli: winkelcentrum Overvecht
 - Opstapplaats 2 juli: station Lunetten
- In de directe omgeving van de opstapplaatsen kun je gratis parkeren
- Opstapplaatsen zijn bereikbaar met het openbaar vervoer
- Bij aanmelding kun je dieetwensen doorgeven

RONDLEIDING OUDE HORTUS & LUNCH in UTRECHT

Midden in de historische binnenstad van Utrecht ligt de Oude Hortus. Met een klein gezelschap krijgen we daar een rondleiding van een uur. De gids vertelt ons over de bijzondere bloemen, planten en bomen die we tegenkomen. Na de rondleiding lunchen we in het museumcafé bij de Oude Hortus. Deze lunch bestaat uit een seizoensoep, bijzonder belegd brood, bio-yoghurt, fruit, huisgemaakte zoetigheden en water met citroen, gember en kruiden uit de Hortus. Mmmm! Een mooi moment om bij te praten en te genieten van al dat heerlijk én het prachtige uitzicht.



Goed om te weten:

- De Oude Hortus is in beperkte mate toegankelijk voor rollators
- In de directe omgeving kun je betaald parkeren
- De locatie is bereikbaar met het openbaar vervoer
- Bij aanmelding kun je dieetwensen doorgeven

RONDVAART FLUISTERBOOT & PANNENKOEKEN ETEN BIJ RHIJNAUWEN in UTRECHT

We vertrekken vanuit het centrum van Utrecht in twee fluisterboten. Deze boten hebben elektrische motoren en glijden daardoor geruisloos door het water. Terwijl we genieten van een drankje, wijst de schipper ons op de bezienswaardigheden die we onderweg tegenkomen. Rond lunchtijd arriveren we bij 'Theehuis Rhijnauwen'. Daar staan de tafels al voor ons klaar! Nadat we genoten hebben van een pannenkoek is er nog genoeg tijd om even rond te struinen in de prachtige omgeving. In de loop van de middag keren we met de boot terug naar Utrecht.



Goed om te weten:

- Deze waarderingsdag is in beperkte mate toegankelijk voor rollators
- In de directe omgeving van de opstapplaats kun je betaald parkeren
- De opstapplaats is bereikbaar met het openbaar vervoer

BOWLEN & DINER in UTRECHT**‘mannen-editie’**

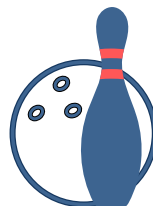
Speciaal voor mannen die iets ‘als mannen onder elkaar’ willen ondernemen! En wat is er dan gezelliger dan een ouderwets middagje bowlen? Plezier gegarandeerd! In hartje centrum gaan we bowlen bij één van de leukste bowlingcentra van Nederland! Na het bowlen gaan we dineren. In het restaurant staat een uitgebreid buffet voor ons klaar. Er is voor elk wat wils!



DI
23 SEPT

**Goed om te weten:**

- Voor deze waarderingsdag kunnen alleen mannen zich aanmelden
- In de directe omgeving kun je betaald parkeren
- De locatie is bereikbaar met het openbaar vervoer
- Bij aanmelding kun je dieetwensen doorgeven



BAKWORKSHOP MET HIGH TEA in UTRECHT

De bakworkshop van het 'Grachtenatelier' vindt plaats in een mooie, Utrechtse werfkelder. Onder begeleiding van een chef bereiden we de lekkerste, zoete en hartige gerechten. En daarna... gaan we genieten van alles wat we gemaakt hebben. Denk aan: sandwiches, bruschetta's, scones, Eton mess, chocoladefeest en muffins. En zeg nu zelf: wat is er leuker dan samen een High Tea bereiden en daarna de heerlijke hapjes zelf opeten?



**DO
9 OKT**



Goed om te weten:

- De locatie is niet toegankelijk voor rollators
- In de directe omgeving kun je betaald parkeren
- De locatie is bereikbaar met het openbaar vervoer
- Bij aanmelding kun je dieetwensen doorgeven

BOWLEN & DINER in UTRECHT

Niets zo gezellig als een ouderwets middagje bowlen. Plezier gegarandeerd! In hartje centrum spelen we bij één van de leukste bowlingcentra van Nederland. Onder het genot van een drankje bowlen we met zes personen per baan. Na afloop staat er een uitgebreid buffet voor ons klaar in het restaurant. Er is voor elk wat wils!



Goed om te weten:

- In de directe omgeving kun je betaald parkeren
- De locatie is bereikbaar met het openbaar vervoer
- Bij aanmelding kun je dieetwensen doorgeven

WINTERSE RONDVAART OVER DE VECHT & STAMPPOTTENBUFFET in MAARSSEN

In januari 2026 maken we een rondvaart van maar liefst drie uur over de Vecht. Onderweg trekken kastelen en imposante 'buitens' in een winterlandschap aan ons voorbij. En terwijl we behaaglijk warm in de rondvaartboot zitten, genieten we van een stamppottenbuffet. Je kunt kiezen uit drie verschillende stamppotten. Een heerlijke middag ontspannen en genieten.



DO
29 JAN '26



Goed om te weten:

- De boot is toegankelijk voor rollators
- In de directe omgeving kun je gratis parkeren
- De opstapplaats is bereikbaar met het openbaar vervoer
- Bij aanmelding kun je dieetwensen doorgeven



SAMEN DINEREN IN EEN RESTAURANT NAAR KEUZE in UTRECHT

voor deelnemers van AMWAHT

Voor de mantelzorgers die deelnemen aan de AMWAHT-groepen hebben we een speciaal aanbod. Samen met je groep dineren in een restaurant naar keuze. Jullie bepalen onderling welk restaurant je kiest en wanneer jullie gaan. Let op: hiervoor kun je je tot uiterlijk 15 mei opgeven.

Je mag maar één keuze maken. Je gaat samen met jouw AMWAHT-groep naar één van de vier restaurants die hieronder staan. Óf je kiest voor een andere waarderingsdag of voor een waarderingsgeschenk.



RESTAURANT 'FOODEXPLORE'

Een ruim opgezet restaurant met een 'all you can eat'-concept. Het restaurant serveert eten uit wel 20 verschillende landen. Dus er zit altijd wel iets bij wat je lekker vindt!

TURKS RESTAURANT 'LAILA'

Een ruim opgezet restaurant met vers bereide, oosterse gerechten.

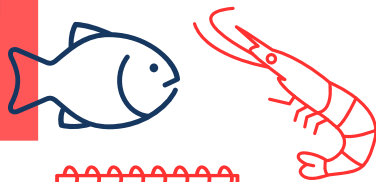


**RESTAURANT
'DE MALLEJAN'**

Een ruim opgezet restaurant met een 'all you can eat'-concept. Je kunt kiezen uit heel veel westerse en Aziatische gerechten.

**RESTAURANT
'SEVEN SEAS'**

Een wat kleiner en eenvoudiger restaurant in winkelcentrum Overvecht. Als je dol bent op vis- en schelpdiergerechten, dan ben je hier aan het juiste adres.



**DATUMS IN
OVERLEG**

Goed om te weten:

- Deze waarderingsdag is speciaal voor deelnemers van AMWAHT
- Je kunt tot uiterlijk 15 mei reserveren
- Voor alle restaurants geldt (de eerste 2 uur) gratis parkeren en ook bereikbaar met het openbaar vervoer.

De waarderingdagen en waarderingsgeschenken worden mogelijk gemaakt door Mantelzorg Utrecht, de gemeente Utrecht en 'supporters' van Mantelzorg Utrecht: restaurants & recreatie-aanbieders.

