

Nieuwsbrief

voor mantelzorgers

3

gemeente Beesel



In deze uitgave

De mannelijke mantelzorgers

Hospice Mariaweide Venlo

Verlaging eigen bijdrage zorg 2017

Mantelzorgactiviteiten Beesel

Nieuwsbrief 2017

Nieuwsbrief abonnees (waarvan het mailadres bij ons bekend is) ontvangen alle edities van deze Nieuwsbrief Mantelzorg in hun mailbox. Ook sturen wij hen informatie en uitnodigingen toe voor activiteiten die plaats vinden in hun eigen stadsdeel. Mantelzorgers met alleen een postadres ontvangen niet iedere Nieuwsbrief in hun brievenbus. Wilt u toch alle uitgaven blijven ontvangen? Stuur dan een mail naar welzijn@proteion.nl o.v.v. nieuwsbrief en uw naam & adresgegevens (mailadres).

Als de dag van toen

Een gezellig, inspirerend middagje uit voor mantelzorg met hun dementerende dierbaren is 'Onvergetelijk Limburgs Museum'. Er worden 4 tot 5 objecten besproken, waarbij ook aandacht is voor ieders verhalen, herinneringen, associaties en ideeën. *Onvergetelijk Limburgs Museum* | Iedere 1e vrijdag van de maand | Reserveren verplicht | Info: www.limburgsmuseum.nl

De mannelijke mantelzorgers

Ruim 40 procent van de mantelzorgers is man. Dat is aanmerkelijk meer dan de meeste mensen denken. En zij besteden evenveel uren aan zorg als vrouwen. 'Vrouwen kunnen van mannen leren de mantelzorg wat meer los te laten.'

Tot de pensioenleeftijd ligt de bijdrage van mannen aan mantelzorg wat lager, omdat zij gemiddeld meer werken. Verder zorgen mannen wel even vaak voor hun partner, maar minder vaak voor hun (schoon)ouders. Mannelijke mantelzorgers besteden even veel tijd aan zorg. Ze doen wat vaker praktische klussen, zoals rijden of administratie, en vrouwen wat vaker verzorgende werkzaamheden. Als een man een telefoon met grotere knoppen regelt voor een ouder is dat praktisch, maar ook zorgzaam.

Belasting

Dat vrouwen meer verzorgende taken vervullen, komt doordat vrouwen zelf wat vaker in de zorg werken. Ook spelen verwachtingspatronen en gewoontes binnen families een rol. Omdat de eerste mantelzorgers vaak een vrouw is, zien professionals mannen ook nog weleens over het hoofd.

Over het algemeen zijn mannen wat meer taakgericht en vrouwelijke wat meer relatiegericht. 'Mantelzorgende vrouwen blijken zich onder gelijke omstandigheden wat eerder (over)belast te voelen. Dat komt doordat veel vrouwen zich persoonlijk sterk betrokken voelen bij de zorg, waardoor ze het zich wat meer aantrekken als er iets niet goed gaat.' Vrouwen zouden van mannen kunnen leren om de mantelzorg wat meer los te laten. 'Net als mannen zouden ze wat bewuster hun grenzen aan kunnen geven en de zorg wat meer op kunnen vatten als een taak die niet altijd perfect gedaan hoeft te worden.'



Bron: Vakblad Zorg en Welzijn, een publicatie van Movisie en Emancipator.
www.movisie.nl

Hospice Mariaweide Venlo



Als je te horen krijgt dat dat je nog maar enkele maanden te leven hebt, is dat een hele confrontatie. En er moet antwoord op de vraag komen: waar en hoe ga ik mijn laatste dagen doorbrengen? De meeste mensen willen het liefst thuis sterven, maar slechts 30 procent is dat gegeven. De rest sterft in het ziekenhuis, een verzorgings- of verpleeghuis of in een hospice.

Bijna-thuis-huis

In een hospice is een gast nooit alleen; er is altijd deskundige en begripvolle ondersteuning. De rol van gastheer of -vrouw wordt door vrijwilligers ingevuld. Dit is met name voor de partner van de gast een geruststellende gedachte. Hospice Mariaweide kent geen bezoektijden-regeling. Familie en vrienden zijn altijd welkom. Een hospice wordt niet voor niets een bijna-thuis-huis genoemd.

Het verblijf

De kamers zijn ingericht om de gast zo comfortabel mogelijk in Mariaweide te laten verblijven, volgens zijn/haar eigen wensen en met de beste zorg en ondersteuning. Elke kamer heeft een kitchenette en een eigen sanitaire ruimte met douche, wastafel en toilet. Zowel de gezamenlijke huiskamer als de rookkamer hebben openslaande deuren naar de veranda en de tuin.

De zorg

De speciaal hiervoor opgeleide verpleegkundigen werken samen met de huisarts van de gast (patiënt) en met medisch specialisten. De indicering voor opname in het hospice wordt gedaan door verpleegkundigen. Criteria zijn dat geen genezende medische behandeling meer mogelijk is, dat intensieve verzorging nodig is en dat de patiënt nog maar kort te leven heeft.

Voor hulp bij de aanvraag kunt u ook bellen naar de klantenservice van De Zorggroep (088 – 610 88 61). Informeer ook bij uw ziektekostenverzekeraar of de kosten voor verblijf worden vergoed.

Op de website www.hospicevenlo.nl vindt u meer informatie. U kunt ook bellen met een van de medewerkers via 077-473 81 60.

Verlaging eigen bijdragen zorg in 2017

De eigen bijdragen zijn voor veel mensen die zorg nodig hebben een flinke financiële last. Ook omdat ze bovenop allerlei andere zorgkosten komen. Het kabinet besloot onlangs om de eigen bijdragen te verlagen voor 2017.

De door het kabinet aangekondigde verlagingen zijn nog niet helemaal definitief. Voor zover bekend gaat het om de onderstaande veranderingen.

Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

Vanaf 1 januari 2017 gaat de eigen bijdrage voor de Wmo omlaag. Meerpersoonshuishoudens (onder de AOW-gerechtigde leeftijd) met een inkomen lager dan € 35.000 hoeven geen eigen bijdrage meer te betalen. Deze maatregel is vooral voordelig voor éénverdieners met een chronisch zieke partner thuis.

Voor overige huishoudens gaat het in 2017 om een verlaging van de minimale bijdrage per vier weken:

- Alleenstaanden € 17,50 (was € 19,40)
- Meerpersoonshuishoudens boven AOW-leeftijd € 17,50 (was € 27,80)

Tegelijk worden de tarieven iets verlaagd voor de procentuele bijdrage die afhankelijk is van het inkomen. Voor bijvoorbeeld een meerpersoonshuishouden (modaal) kan dit leiden tot een verlaging van € 1.300 per jaar aan eigen bijdrage.

Langdurige zorg (Wlz)

Heeft u een modulair pakket thuis voor langdurige zorg? En ontvangt u maximaal 20 uur zorg per maand? Dan gaat u mogelijk ook minder eigen bijdrage betalen. De minimale eigen bijdrage is vastgesteld op € 23 per maand. Dit gaat met terugwerkende kracht in (dus ook voor 2016).

Wat gaat u in 2017 betalen?

Eind november is het CAK-rekenprogramma voor 2017 beschikbaar. Hiermee kunt u berekenen wat u in uw situatie aan eigen bijdrage gaat betalen. Kijk op www.hetcak.nl voor meer informatie.

Weetjes

Klein Geluk voor de mantelzorger

Dit boek is een onmisbare gids om als mantelzorger goed voor jezelf te zorgen. Gaan zorgen voor een ander is iets wat je vaak 'overkomt': je geliefde, een ouder, een kind of een vriend wordt ziek en jij neemt de zorg op je. Maar wie niet oppast vergeet zichzelf, met alle nare gevolgen van dien. Dit rijke en zeer informatieve boek met praktische suggesties en helder geschreven aanwijzingen helpt mantelzorgers om stap voor stap Klein Geluk terug te brengen in hun leven.

Klein geluk voor de mantelzorger | Maria Grijpma en Inge Jager | ISBN 9789020213201 | € 17,50

'Dementerenden moet je niet pampere'

Ingrid Schouten-Minten schreef een emotioneel, maar ook praktisch boek over de alzheimer van haar moeder Miek (88). "Ik zat met mijn moeder van 86 bij de geriater en ik hoor het de arts nog zeggen: 'Het lijkt op het begin van dementie...'. Vanaf dat moment praatte hij eigenlijk alleen nog maar tegen mij. Mijn moeder werd genegeerd. Binnen één seconde was zij veranderd van een vrijgevochten en soms eigenzinnige vrouw naar een dementie patiënte."

Dit boek beschrijft naast het lijden van de moeder ook het emotionele proces dat naaste familieleden onvermijdelijk doormaken. 'Het boek is intiem, maar ook een (praktische) voorbereiding voor iedereen die met dementie te maken krijgt.

Dansen op de stilte | Ingrid Schouten-Minten | ISBN 9789081257152 | € 14,95

Gemeenten

Bovenstaande wijzigingen gaan over de maximale eigen bijdragen die gemeenten mogen heffen bij bijv. maatwerkvoorzieningen in de Wmo. Gemeenten houden de mogelijkheid lagere eigen bijdragen in rekening te brengen.

Mantelzorg doe je samen!



November 2016 stond in de gemeente Beesel in het teken van de mantelzorg. Het thema was dit jaar: Mantelzorg doe je samen! En dát doen we in de gemeente Beesel.

Mantelzorgactiviteiten rondom de Dag van de Mantelzorg in Beesel

10 november jl. was de Dag van de Mantelzorg, waarvoor de gemeente Beesel i.s.m. het Steunpunt Mantelzorg als gebruikelijk een aantal activiteiten organiseerde. Nieuw was dit jaar ook de mogelijkheid voor mantelzorgers om deel te nemen aan één van de drie mantelzorgactiviteiten.

De grootste groep mantelzorgers koos voor een ontspannen avondje met een **dinershow**. Een mantelzorgverwoordde het als volgt: "Mooie gezellige avond met een prachtig optreden van Puur Theater. Gemeente bedankt!"

Maar liefst 50 mantelzorgers kozen voor de **filmavond**, waarbij de mantelzorgers feestelijk ontvangen werden met een glaasje prosecco. Even tijd voor jezelf; genieten van een mooie film, lekkere hapjes en met een goed gevoel weer naar huis. Wetend dat je gewaardeerd wordt voor datgene wat je als mantelzorgers bijna vanzelfsprekend doet.

De sportieve mantelzorgers gingen naar een lekker stukje v্লাai de **Beeselse Beemden** in. Natuurgids Frans Tegels van IVN vertelde boeiend over allerlei weetjes over de flora en fauna in dit gebied en bezorgde de mantelzorgers een plezierige middag. Wethouder Bram Jacobs, die meeliep, had mooi de gelegenheid om met de mantelzorgers in gesprek te gaan. Het was zonnig en fris, maar gelukkig had Frans gedacht aan een hartverwarmertje. Na de soep gaf iedereen aan: dit is voor herhaling vatbaar!



Zeg het met bloemen of een tegoedbon

250 mantelzorgers werden op 10 november 2016 verrast met een mooie plant, verzorgd door Special Flowers uit Reuver.

Hoe leuk is het om te merken dat anderen aan jou denken en jou willen verrassen met een bloemetje? Sommige mantelzorgers kregen wel 3 kaartjes!

Nieuw was dit jaar de mogelijkheid om zelf ook iets te doen voor de mantelzorgers.

Een tegoedbon geven voor een heerlijke maaltijd, zodat de mantelzorgers een dag niet hoeft te koken. Of voor het overnemen van de zorg, zodat de mantelzorgers eindelijk weer eens naar de stad kan en rustig kan winkelen zonder aan thuis te denken.

Steunpunt Mantelzorg Beesel

Vera Jacobs-Beurskens
Bereikbaar maandag, dinsdag en
donderdag
T: 06 – 52 66 90 29
E: verajacobs@proteion.nl

Algemeen

Proteion Welzijn

T: 0475 - 45 30 33
E: welzijn@proteion.nl
I: www.proteion.nl/mantelzorg

Facebook

[Mantelzorg.beesel](https://www.facebook.com/Mantelzorg.beesel)

Programma Alzheimer Café Reuver

- **De draagkracht van de mantelzorger.** Gastspreker en mantelzorger Ans Krebbeke deelt lief en leed. Dinsdag 10 januari 2017, vanaf 19.00 uur.
 - **Dementie een palliatieve ziekte?** Gastspreker Danielle Sluijsmans, specialist ouderengeneeskunde en consulent palliatieve zorg, over het bespreekbaar maken en bewustwordingsproces. Dinsdag 14 februari 2017, vanaf 19.00 uur.
 - **Vrijheid en veiligheid.** Gastspreker Miranda Fleuren, gespreksleider voor de regio Noord-Limburg en Oost-Brabant, presenteert praktijkvoorbeelden en mogelijke oplossingen. Dinsdag 14 maart 2017, vanaf 19.00 uur.
- Alzheimer Café Reuver
Brasserie Bösdael
Meester Bosmanshof 107,
5953 DN Reuver

Nieuws

van het Steunpunt Mantelzorg

Nieuw: het spreekuur WLZ

Vanaf 21 november 2016 zijn de klantadviseurs van Zorgkantoren Co-operatie VGZ elke maandag van 9.00 tot 12.00 uur aanwezig bij het Informatie- en Adviespunt in de Witte Kerk, Agnes Huijnstraat 3 te Venlo. Vragen over de langdurige zorg kunt u dan persoonlijk bespreken. U hoeft hiervoor geen afspraak te maken.

Wet langdurige zorg

Bij ons kunt u terecht met vragen over de (Wet) langdurige zorg (WLZ). Deze wet is bedoeld voor mensen die de hele dag intensieve zorg of zorg in de buurt nodig hebben. Bijvoorbeeld ouderen met gevorderde dementie of mensen met een verstandelijke, lichamelijke of zintuiglijke beperking. Zorg dus voor de meest kwetsbaren.

Vragen?

Wilt u meer weten over het spreekuur? Bel ons via telefoonnummer 088 – 131 16 60. Wij zijn op werkdagen bereikbaar van 8.30 tot 17.00 uur. U kunt ook mailen naar klantadvieslz@vgz.nl.

Open inloop Offenbeckerhof

Offenbeckerhof in het centrum van Offenbeek is er voor iedereen die wil binnenwandelen voor een kop koffie, een praatje of een activiteit. Dit wijksteunpunt wordt geleid door Conny Janssen en Lisette Bloemers en samen met vele vrijwilligers zorgen zij ervoor dat Offenbeckerhof drie dagen in de week (maandag, woensdag en donderdag) open is voor alle belangstellenden. De meeste bezoekers zijn ouderen die het fijn vinden om samen te koken en tussen de middag samen te eten, kaarten, gymmen, knutselen, praten,

wandelen of te zingen. Mensen die het fijn vinden om elkaar te ontmoeten. Sommigen komen de hele dag, anderen komen voor één activiteit. Er is bijvoorbeeld een 'creatiegroep', waarin gezamenlijk creatieve activiteiten worden gedaan.

Voor deelname aan activiteiten bij Offenbeckerhof is er géén indicatie nodig. Het is toegankelijk voor iedereen die zin heeft in een ochtend, middag of dag samenzijn. En voor degene die het fijner vindt om (tegen een kleine vergoeding) samen te eten. Offenbeckerhof op de Amerslosestraat 1 in Reuver is geopend op maandag, woensdag en donderdag van 10.00-16.00 uur. Heeft u vragen, bel gerust tijdens openingstijden naar Offenbeckerhof: tel. 077 – 851 57 54.



Organisatie zorg in de laatste levensfase

Palliatieve zorg is de zorg en ondersteuning aan iemand die niet meer beter wordt.

De palliatieve zorg in Nederland is georganiseerd in netwerken. Een netwerk palliatieve zorg is een samenwerkingsverband van zorgaanbieders in een bepaalde regio, met als doel de zorg voor mensen in de laatste levensfase zo goed mogelijk te organiseren. De netwerkcoördinatoren van de zes netwerken in de regio Limburg werken overkoepelend samen onder de naam **Palliatieve Zorg Limburg**.

Op de site www.palliatievezorglimburg.nl vindt u informatie over palliatieve zorg in Limburg.

Colofon

Deze nieuwsbrief is een uitgave van
Proteion Welzijn in opdracht van de
Gemeente Beesel

afdeling mantelzorgondersteuning
Heythuyserweg 21
6085 NH Horn
T 0475 – 45 30 33
E welzijn@proteion.nl
I www.proteion.nl/mantelzorg

Redactie: Peggie Bos, Vera Jacobs en Claudia Swinkels – Proteion Welzijn
Opmaak: Yolanda Holleman

Aanmelden / afmelden

Mantelzorgers en professionals kunnen zich aanmelden voor deze gratis nieuwsbrief bij het Steunpunt Mantelzorg of via Proteion Welzijn. Bent u geen mantelzorger meer en/of wenst u geen nieuwsbrief meer te ontvangen? Laat het ons dan telefonisch of per mail weten!