

# Nieuwsbrief

voor mantelzorgers

1

gemeente Beesel



## In deze uitgave

Wet Langdurige Zorg (Wlz)

Herbergier Blerick

Aftrek zorgposten

Werk & Mantelzorg

## Gaat u ook stemmen?

Het kabinet heeft zich de afgelopen jaren erg gericht op participatie. Familie, burens en vrienden moeten weer meer gaan doen voor hun hulpbehoevende naasten. Daardoor en door de vergrijzing groeit het aantal mantelzorgers. Wat denken de politieke partijen de komende jaren voor de mantelzorg te willen betekenen?

## Respijtzorg

Respijtzorg is vervangende mantelzorg, waarbij uw mantelzorgtaken tijdelijk of regelmatig worden overgenomen door een beroepskracht of vrijwilliger. Dit kan incidenteel zijn (bijvoorbeeld tijdens een vakantie) of structureel (bijvoorbeeld een weekend per maand), voor een dagdeel of voor een aaneengesloten periode. Respijtzorg vindt plaats bij de zorgvrager thuis of buitenshuis. Ook bestaat er de mogelijkheid om tijdens een gezamenlijke vakantie een zorgprofessional uw zorgtaken over te laten nemen. In de volgende nieuwsbrief besteden we meer aandacht aan respijtzorg.

## Wet Langdurige Zorg

Wat is de Wet Langdurige Zorg (Wlz) en welke zorg wordt hiermee geregeld?

De Wlz is alleen bedoeld voor mensen die permanent toezicht en zorg dichtbij nodig hebben, bijvoorbeeld door een ernstige ziekte of beperking. Denk daarbij aan kwetsbare ouderen en mensen met een ernstige geestelijke, lichamelijke beperking of aandoening. Zorg dus voor de meest kwetsbaren.

### Indicatie

Wie gebruik wil maken van de Wlz, moet een indicatie aanvragen bij het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ).

Het is belangrijk dat men goede zorg krijgt, die past bij de zorgvrager. Als mantelzorgers speelt u daar ook een rol in. Het zorgkantoor kan u als mantelzorgers ondersteunen; zij geven advies en informatie over de zorgaanbieders bij u in de buurt. Samen met u bespreken zij de mogelijkheden en ondersteunen zij bij het maken van keuzes die voor u als mantelzorgers belangrijk zijn.

### Veel gestelde vragen

- Eigen Bijdrage(CAK): hoe zit het daarmee?
- Is thuis blijven wonen een optie en welke zorg kunnen we krijgen?
- Welke zorgaanbieders kunnen de zorg geven?
- Hoe krijgt men de zorg die het beste bij onze situatie past?
- Wat kun je doen als je niet tevreden bent over een zorgaanbieder?
- Kan de zorg ook met een persoonsgebonden budget betaald worden?

Bovenstaande vragen en andere vragen over de Wlz komen aan bod tijdens de mantelzorgsalon van Beesel en Venlo, die de Steunpunten samen met een medewerker van het zorgkantoor organiseren. Kijk voor de datums op de achterkant van deze nieuwsbrief Mantelzorg.

## Samen dementievriendelijk

Eén op de vijf mensen in Nederland krijgt dementie. Zij wonen graag nog zo lang mogelijk thuis en gaan er vaak nog alleen op uit. Meestal gaat dat goed, maar soms weten zij het even niet meer. Op [www.samendementievriendelijk.nl](http://www.samendementievriendelijk.nl) vindt u tips en adviezen over de omgang met dementerenden.

## Ruggensteun voor mantelzorgers

Er zijn diverse digitale testen en cursussen om sterker te worden als mantelzorger. Kijk eens op [www.mantelzorgpower.nl](http://www.mantelzorgpower.nl) of [www.gezondzorgen.mirro.nl/zelfhulp-module-hoe-werkt-het](http://www.gezondzorgen.mirro.nl/zelfhulp-module-hoe-werkt-het).

**Stichting Werk&Mantelzorg** wil werk & mantelzorg net zo gewoon en bespreekbaar maken als werk & de zorg voor kinderen. Zij voert projecten uit op het gebied van advies, onderzoek, voorlichting en implementatie en doet dit samen met werkgevers, overheid, gemeenten, werknemersorganisaties, ondernemingsraden en werkende mantelzorgers.

## Mantelzorgers ontmoeten elkaar in de gemeente Beesel

Mantelzorgers die hebben deelgenomen aan de cursus 'Dementie voor mantelzorgers' hebben zelf het initiatief genomen om elkaar ook na de cursus te blijven ontmoeten. De eerstvolgende bijeenkomst van dit lotgenotencontact is op maandag 29 mei 2017 van 14.00 tot 15.30 uur in het Parochiehuis in Reuver. Hebt u in het verleden deze cursus gevolgd en wilt u graag andere deelnemers (weer) ontmoeten? Neem dan contact op met het Steunpunt Mantelzorg Beesel voor meer informatie of aanmelding.

Wilt u ook graag andere mantelzorgers ontmoeten in een ongedwongen sfeer? Wij willen uw initiatief graag ondersteunen, bijvoorbeeld met het versturen van de uitnodigingen of het regelen van een ruimte. Neem hiervoor contact op met het Steunpunt Mantelzorg Beesel.

### Zorg met een zachte G

Herbergier is kleinschalig wonen mét ouderenzorg. In Blerick wordt Herbergier gerund door Hetty en Louis van der Burgt. Zij komen uit Landgraaf en hebben drie kinderen. Hetty werkt al sinds 1979 in de zorg als verpleegkundige en Louis is de laatste jaren werkzaam als verzekeringsadviseur. Ze zijn met de formule van Herbergier in aanraking gekomen doordat ze de bewindvoering hadden over een oom, die de ziekte van Alzheimer had. Een psychiatrisch verpleegkundige van het GGZ liet hun kennismaken met het concept Herbergier. Het echtpaar is gaan kijken in Grathem en sindsdien zijn ze besmet met het 'Herbergiervirus'. Dat je op deze manier zorg kunt verlenen is toch de reden waarom ze ooit in de zorg zijn gaan werken. Daarom zijn ze blij dat ze sinds september 2014 hun eigen Herbergier runnen in Blerick.

### Dienstverlening en kosten

Bewoners kunnen blijven doen wat zij gewend zijn. De zorg en begeleiding die daarvoor nodig is, is 24 uur per dag beschikbaar en bestaat uit huisvesting, lichamelijke verzorging, maaltijd en verzorging van de was. Zij kunnen er ook blijven wonen als zij lichamelijke klachten krijgen of terminale zorg nodig zouden hebben. De bewoners beschikken over een eigen kamer van 30 tot 50m<sup>2</sup> met een eigen badkamer. De kamers worden door hun zelf naar eigen wens ingericht en hebben daardoor een persoonlijke sfeer. Onder de vaste woonprijs zal vallen de verblijfskosten, maaltijden, verzorgen van de was, schoonmaak en servicekosten. Deze kosten worden betaald vanuit de AOW, pensioen of eigen kapitaal. De zorg wordt bekostigd vanuit een persoonsgebonden budget (pgb), dat door de wettelijke vertegenwoordiger beheerd wordt. [www.herbergier.nl/blerick](http://www.herbergier.nl/blerick).

## Aftrek zorgkosten

**Als u zorgkosten hebt, mag u bepaalde kosten aftrekken. Wij noemen dit de specifieke zorgkosten. U moet aan bepaalde voorwaarden voldoen om zorgkosten te mogen aftrekken.**

Als u zorgkosten aftrekt, moet u rekening houden met de volgende voorwaarden:

- U mag alleen kosten aftrekken die u maakt i.v.m. ziekte of invaliditeit.
- U mag de kosten alleen aftrekken in het jaar waarin u die kosten heeft betaald.
- U mag alleen het deel van de kosten aftrekken waarvoor u geen vergoeding kunt krijgen van bijvoorbeeld de (aanvullende) zorgverzekering of de bijzondere bijstand. Als u de kosten eerst zelf betaalt en later een vergoeding van bijvoorbeeld uw zorgverzekeraar krijgt, mag u (dat deel van) de kosten niet aftrekken.

U mag soms ook de kosten aftrekken die u voor anderen maakt. U kunt de gemaakte zorgkosten aftrekken voor:

- U en uw fiscale partner.
- Uw kinderen die jonger zijn dan 27 jaar, als zij niet in staat zijn de kosten zelf te betalen.

Zijn er nog andere personen die tot uw huishouden horen? Maken zij zorgkosten die u betaalt? En zijn zij niet in staat om die kosten zelf te betalen?

Dan mag u deze kosten meetellen als het om de volgende personen gaat:

- Ernstig gehandicapte personen van 27 jaar of ouder met wie u in gezinsverband woont. Iemand is ernstig gehandicapt als hij aanspraak kan maken op opname in een Wlz-instelling (Wlz: Wet langdurige zorg. Tot 2015 was dit de AWBZ).
- Ouders, broers of zussen die bij u in huis wonen en afhankelijk zijn van uw zorg. Iemand is afhankelijk van uw zorg als hij normaal gesproken beroepsmatige hulp nodig heeft of verzorging in een verzorgingshuis of verpleeghuis.

Meer info en uitzonderingen (!) vindt u op [www.belastingdienst.nl](http://www.belastingdienst.nl) bij aftrek zorgkosten, of download de brochure via de webwinkel van [www.iederin.nl](http://www.iederin.nl).



Werk combineren met mantelzorg, het is de normaalste zaak van de wereld. Toch wordt er weinig over gesproken. En daar gaat de 'Werk&Mantelzorg Buzz-on-Tour' iets aan doen! Want alleen als dit belangrijke, actuele thema op de werkvloer bespreekbaar wordt, kunnen we werk en zorg beter op elkaar afstemmen.

## Werk & Mantelzorg: Buzz on tour & symposium op 5 + 6 april

### Werk & Mantelzorg Buzz on tour

In opdracht van de ministeries van Onderwijs en VWS is de Stichting Werk&Mantelzorg een landelijke campagne gestart om ervoor te zorgen dat Nederlandse werkgevers mantelzorgvriendelijker worden. Motto: Werk en mantelzorg, zorg dat 't werkt! Met de 'Werk&Mantelzorg Buzz-on-tour' trekt deze stichting door heel Nederland om in elke provincie zoveel mogelijk 'buzz' te creëren. Ze brengen werkgevers en werknemers met elkaar in gesprek en inspireren met voorbeelden 'best practices' van werkgevers die al mantelzorgvriendelijk beleid voeren.

Het thema Werk&Mantelzorg leeft in Limburg! Het enthousiasme is zo groot, dat er een tourprogramma voor 2 dagen is samengesteld. De Werk&Mantelzorg Buzz on tour bezoekt wel 6 plaatsen. We zetten buzhalttes neer in Horst aan de Maas, Weert, Peel en Maas, Horn, Beesel en Venlo. Laten we er met z'n allen voor te zorgen dat heel Limburg mantelzorgvriendelijker wordt!

### Programma 5 en 6 april 2017

#### Woensdag 5 april

- 08.30-10.30 u: gemeente Peel en Maas (Panningen).
- 11.30-13.30 u: gemeente Leudal.
- 14.30-16.30 u: gemeente Weert.

#### Donderdag 6 april

- **08.30-10.00 u: gemeente Beesel**, het plein bij Centrum voor gezondheidszorg Pro Vita aan de Broeklaan te Reuver.
  - 12.30-14.30 u: gemeente Horst aan de Maas.
  - 14.30-16.00 u: gemeente Venlo, bij VieCuri Medisch centrum in Venlo.
- U bent van harte welkom!  
Meer informatie vindt u op [www.buzz-on-tour.nl](http://www.buzz-on-tour.nl).

### FAM!netwerk symposium over Werk&Mantelzorg

Op donderdag 6 april om 16.00 uur organiseert FAM!netwerk een interessant symposium over Werk&Mantelzorg bij **Océ Technologies in Venlo**. Het doel van dit symposium is het enthousiasmeren van werkgevers door de win-win situatie te laten zien; niet alleen investeren maar ook oogsten. Na een plenaire start zijn er diverse interessante workshops. Er zijn workshops gericht op werkgevers, maar ook op mantelzorgers zelf. U kunt hierbij denken aan 'werken en mantelzorg zonder stress'. Heeft u beroepsmatige interesse in het thema Werk&Mantelzorg of wilt u meer informatie over het symposium en de workshops, kijk dan op de website [www.famnetwerk.nl](http://www.famnetwerk.nl). Aanmelden kan via [info@famnetwerk.nl](mailto:info@famnetwerk.nl).

### Tips voor werkende mantelzorgers

Onderstaand geven we u een aantal praktische tips om overbelasting te voorkomen.

- Maak gebruik van het aanbod van vrienden of kennissen als ze je willen helpen.
- Benader een vrijwilligersorganisatie voor de aanwezigheid van een vrijwilliger.
- Ga in gesprek met collega's, hiermee creëer je begrip voor de situatie.
- Ga in gesprek met uw leidinggevende. Bekijk samen welke mogelijkheden er zijn om werk en zorg op een prettige manier te combineren.
- Zoek samen met werkgever naar oplossingen op maat.
- Bespreek zo nodig aanpassing van uw werktijden.
- (Meer) thuis werken indien mogelijk.
- Overuren sparen voor onverwachte zorgsituaties.
- Maak afspraken om bijvoorbeeld op het werk te kunnen bellen met degene die u verzorgt of met zorgverleners.
- Werktijden of aantal uren aanpassen.
- Regeltaken uitbesteden: bijvoorbeeld aan een mantelzorgmakelaar (bekijk vergoedingsmogelijkheden op ziektekostenpolis).
- Maak gebruik van bestaande verlofregelingen.
- Zoek zo nodig hulp bij het Steunpunt Mantelzorg.
- Neem voor meer informatie contact op met het Steunpunt Mantelzorg bij u in de buurt.

## Steunpunt Mantelzorg Beesel

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

### Algemeen

#### Proteion Welzijn

T: 0475 - 45 30 33  
E: [welzijn@proteion.nl](mailto:welzijn@proteion.nl)  
I: [www.proteion.nl/mantelzorg](http://www.proteion.nl/mantelzorg)

#### Facebook

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

### Programma Alzheimer Café Reuver

#### • Verlieservaringen en dementie

Gast spreker: Roel Hekking, gepen-  
sioneerd geestelijk verzorger ver-  
pleeghuis.

Dinsdag 9 mei 2017,  
vanaf 19.00 uur.

#### • Trajectbegeleiding

Gast spreker: Loes Gerritsen, traject-  
begeleider bij Hulp bij dementie.

Dinsdag 13 juni 2017,  
vanaf 19.00 uur.

#### • Verhalen vertellen

Vertelpresentaties door Frans van  
de Pas.

Dinsdag 11 juli 2017,  
vanaf 19.00 uur.

Alzheimer Café Reuver

Brasserie Bösdal

Meester Bosmanshof 107,  
5953 DN Reuver

### Werk & Mantelzorg Buzz on tour

Zie pagina 3 van deze nieuwsbrief.

Wanneer: donderdag 6 april 2017 van  
08.30 tot 10.00 uur.

Waar: Broeklaan te Reuver, plein  
bij Centrum voor Gezond-  
heidszorg Pro Vita.

# Nieuws

## van het Steunpunt Mantelzorg

### Cursus Mantelzorg in balans - Wat moet ik doen als het me teveel wordt als mantelzorger?

Natuurlijk doe je het met alle liefde. En  
toch. Mantelzorg wordt vaak onge-  
merkt zwaarder naarmate je langer  
voor een zieke naaste zorgt. Daarom  
organiseert Steunpunt Mantelzorg  
Beesel dit voorjaar een cursus voor  
mantelzorgers, die is gericht op het  
voorkomen van overbelasting.

In twee bijeenkomsten krijgt u, aan de  
hand van uw eigen situatie, handrei-  
kingen om zo goed mogelijk met moei-  
lijke situaties om te gaan. U wisselt  
ervaringen en tips uit en leert de zorg  
zo te regelen dat u er minder alleen  
voor staat.

#### Opzet cursus

De cursus bestaat uit twee avonden  
met elk een eigen thema. De eerste  
avond gaat u op zoek naar signalen  
van overbelasting en hoe u hiermee in  
uw eigen situatie om wilt en kunt gaan.  
Avond twee helpt u om hulp te vragen  
aan mensen en instanties die u kun-  
nen helpen. Doel van de cursus is dat  
u na twee avonden uzelf als mantel-  
zorger beter kent en weet hoe u over-  
belasting kunt voorkomen.

Neem voor meer informatie en aan-  
melding (verplicht!) kunt u contact  
opnemen met Vera Jacobs van het  
Steunpunt Mantelzorg Beesel.

Wanneer: dinsdag 6 juni + dinsdag 20  
juni 2017 van 19.00 tot  
21.30 uur.

Waar: Bosdaelhof (Vaticaan),  
Rustoord 57 te Reuver.

Kosten: geen.

Aanmelden is verplicht vóór 1 juni  
2017.

### Mantelzorgsalons

In een mantelzorgsalon kunt u op een  
laagdrempelige en ongedwongen  
manier andere mantelzorgers ont-  
moeten. U kunt er ervaringen delen  
met andere mantelzorgers en u wordt  
geïnformeerd over onderwerpen die  
voor u als mantelzorger van belang  
zijn.

### Mantelzorgsalon 'Wet Langdurige Zorg'

In april organiseren we een mantel-  
zorgsalon over de Wet Langdurige  
Zorg. U bent van harte welkom!

Wanneer: donderdag 20 april 2017  
van 19.00 tot 21.00 uur.

Waar: Café-zalen 'de Paerssjal',  
Keulseweg 103 te Reuver.

Aanmelden is niet nodig

### Workshop 'omgaan met een rol- stoel en andere hulpmiddelen'

Als mantelzorger kun je in aanraking  
komen met diverse hulpmiddelen. Hoe  
rijd je met een rolstoel? Hoe stel je  
een rollator af? Hoe help je iemand in  
en uit een stoel? Steunpunt Mantel-  
zorg Beesel en Synthese organiseren  
hiervoor een workshop. U kunt tijdens  
de workshop ook oefenen met deze  
hulpmiddelen.

Wanneer: dinsdag 7 maart 2017 van  
13.30 tot 15.30 uur.

Waar: Offenbeckerhof, Amerslo-  
sestraat 1 te Reuver.

Aanmelden: Wilt U deelnemen aan  
deze workshop? Meldt U zich dan bij  
voorkeur aan via e-mail [welzijn@  
proteion.nl](mailto:welzijn@proteion.nl) of telefonisch via 0475-  
45 30 33.

## Colofon

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

afdeling mantelzorgondersteuning

Heythuysenweg 21

6085 NH Horn

T 0475 – 45 30 33

E [welzijn@proteion.nl](mailto:welzijn@proteion.nl)

I [www.proteion.nl/mantelzorg](http://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 nieuws-  
brief bij het Steunpunt Mantelzorg of via Proteion Welzijn.

Bent u geen mantelzorger meer en/of wenst u geen nieuwsbrief meer te ontvan-  
gen? Laat het ons dan telefonisch of per mail weten!