

Dag van de Mantelzorg

Informele zorg lijkt steeds meer het antwoord te zijn op de tekorten in de zorg. Ook het groeiende besef dat goed samenspel tussen formele en informele zorg invloed heeft op de kwaliteit van zorg speelt mee.

De Dag van de Mantelzorg zet op 10 november mantelzorgers centraal en besteedt dit jaar extra aandacht aan de samenwerking tussen formele en informele zorg.

Kijk op de website www.platform-mantelzorglimburg.nl welke activiteiten er georganiseerd worden in uw gemeente rondom de Dag van de Mantelzorg of houd de lokale nieuwsblaadjes in de gaten.

De redactie
Bron: Mezzo, Vilans



Nieuwsbrief

Mantelzorg

Mantelzorgers: Petje af!

Informele zorg door mantelzorgers en vrijwilligers is van grote maatschappelijke waarde.

Informele zorg is het fundament onder de beroepsmatige zorg. Uitgedrukt in geld bedraagt de economische waarde miljarden.

(Bron: GGD CBS RIVM 2012)

Uit onderzoek blijkt dat al veel mensen informele zorg verlenen: ongeveer 20% van de volwassen Nederlanders geeft meer dan drie maanden of meer dan acht uur per week mantelzorg en 8 tot 15% van de volwassenen is (weleens) actief in het vrijwilligerswerk in de zorg.

Vrouwen zijn actiever in de informele zorg dan mannen.

Meer aandacht voor samenwerking: Yes, we care!

In Noord- en Midden-Limburg zorgen zo'n 34.000 mensen lang en intensief voor een ander. Een deel van deze mensen werkt samen met beroepskrachten om hun familielid, vriend of buur de beste zorg te geven. Maar in de communicatie tussen beroepskrachten en mantelzorgers is nog wel wat winst te behalen.

Als mantelzorgers zorg je met veel liefde voor je naaste. Leef je vaak al een leven lang samen met elkaar en weet je heel veel van zijn of haar wensen en gewoonten. Daarmee ben je deskundige in de zorg voor je partner, kind, ouder, buur of vriend.

Thema: Yes, We Care!

De Dag van de Mantelzorg 2013 heeft als thema "Yes, We Care!" Dit thema staat voor het samenspel tussen beroepskrachten en mantelzorgers. Daarin valt namelijk heel wat te verbeteren. De slagzin doet een beroep op iedereen die om een zorgvrager heen staan. Want mantelzorg en professionele zorg, zijn met altijd elkaar verbonden. Het gaat om de samenwerking tussen de zorgvrager, de mantelzorgers en de beroepskracht. Ieder heeft zijn eigen rol in het zorgen voor een ander. En ook zijn eigen wensen en behoeften spelen daarin mee. Tijd om eens wat meer aandacht te besteden aan deze samenwerking, waar je als mantelzorgers dagelijks mee te maken hebt.

Samenwerken met beroepskrachten

Soms ben je als mantelzorgers diegene die de meeste zorg geeft aan de zorgvrager. In andere situaties doen beroepskrachten dat. De kwaliteit van de zorg is voor iedereen het belangrijkste. Het helpt om met elkaar in gesprek te gaan. Meestal ken je je zorgbehoevende familielid heel goed. Je weet welk effect de ziekte of beperking op hem heeft. En je weet ook nog hoe hij was voordat hij ziek werd en je kent de situatie van zijn eigen omgeving. Een verpleegkundige, verzorgende of helpende kan jouw ervaring gebruiken en aanvullen met eigen professionele vaardigheden. Goed luisteren en aansluiten bij elkaars kunnen is daarbij heel belangrijk. Dat levert veel op. Voor degene die zorg nodig heeft, voor jou als mantelzorgers en voor iedereen die in de zorg werkt.

Tips voor een goede communicatie

- Ga in gesprek met de beroepskracht en bedenk dat de kwaliteit van de zorg voor iedereen belangrijk is
- Bespreek wat jij te bieden hebt in de zorg voor een ander en bespreek wat je verwacht van de beroepskracht
- Deel je ervaring met de beroepskracht
- Zie elkaar als partners in de zorg, dat bespaart tijd en onduidelijkheden worden voorkomen
- Overleg als je vindt dat dingen niet goed lopen
- Ga met respect met elkaar om
- Bespreek regelmatig of eerder gemaakte afspraken nog kloppen.

Steunpunt Mantelzorg

Mocht je er samen niet uitkomen, heb je vragen over de samenwerking met beroepskrachten, of wil je er meer over weten? Neem dan contact op met Steunpunt Mantelzorg bij jou in de buurt.

Imke Welles
mantelzorgconsulent

PUBLICATIES

Boekje met ervaringsverhalen over Zorg op Afstand

Steeds meer Proteion cliënten maken gebruik van Zorg op Afstand diensten. Ben jij benieuwd wat de cliënten eigenlijk vinden van deze technologische vorm van zorg? En wat de ervaringen van de medewerkers met Zorg op Afstand zijn? Proteion bundelde verhalen van cliënten, mantelzorgers en medewerkers tot een prachtig boekwerk. Dit boekje met de naam 'Zorg op afstand, wat levert het ons op?', is online. Het boekje te lezen via www.proteion.nl/telezorg.

Film online Alzheimer Experience

De Alzheimer Experience is een gratis, online, interactieve film, waarin het leven van een persoon met Alzheimer gevolgd wordt, gezien door de ogen van de patiënt zelf. Op elk moment kan de kijker het perspectief selecteren van een willekeurig persoon in de film. Het beeld verschuift dan naar het perspectief van die persoon, waarbij men ook de gedachten van die persoon hoort. Op deze manier ziet een kijker het verschil in beleving van de realiteit, en hoe deze verschillen leiden tot conflicten en onbegrip. De Alzheimer Experience heeft tot doel de kennis- en begripkloof tussen de gezonde buitenwereld en de belevingswereld van mensen met dementie te verkleinen. **Google: Alzheimer Experience**

Alcohol en Ik

'Alcohol en Ik' van Bouman GGZ is een online training voor volwassenen die je helpt bewust te worden van je alcoholgebruik en - als je dat wilt - om te minderen of stoppen. www.alcoholenik.nl

Praten online voor jongeren met depressie en angstklachten

'Praten Online' van Jeugdriagg Noord Holland Zuid is bedoeld voor jongeren met depressieve en angstklachten. Via Praten Online kunnen deze jongeren kosteloos, anoniem en laagdrempelig chatten met professionele hulpverleners. www.pratenonline.nl

Onlinehulpstempel

De internetprogramma's 'Alcohol en Ik' en 'Praten Online' hebben als eerste officieel een Onlinehulpstempel toegekend gekregen. Dit betekent dat deze programma's voldoen aan de kwaliteitscriteria voor e-mental health interventies

Luister naar de vraag van de cliënt!



Nederland wordt gezien als rolmodel als het op gezondheidszorg aankomt. Maar wie van zorg afhankelijk is komt ook in ons land nogal eens voor een dichte deur te staan. Er wordt te weinig geluisterd naar de specifieke vragen van cliënten. Miriam Hulshorst (48) uit Venlo weet hier alles van en ze vindt het belangrijk dat hier iets aan gedaan wordt.

Miriam woont samen met haar zoon Joost van zestien jaar en haar dochter Sanne van veertien jaar. Een ogenschijnlijk 'normaal' gezin, maar wel een gezin dat op verschillende gebieden op ons zorgstelsel is aangewezen. Zelf is Miriam in oktober vorig jaar geopereerd aan een hersentumor. Een levensverlengende operatie, want genezen is ze niet. Joost heeft autisme en MCDD (Multiple Complex Developmental Disorder). Miriam probeert als mantelzorger en alleenstaande moeder, samen met haar sociale netwerk, alles zo goed mogelijk te regelen voor het moment dat ze het zelf niet meer kan.

Maar ondanks dat Miriam zelf zorgprofessional is, valt het behoorlijk tegen om aansluitende zorg te vinden. "Joost heeft gewoon 24-uurs-begeleiding nodig van iemand met de deskundigheid op het gebied van autisme. Hij is enorm prikkelgevoelig en zijn emoties uit hij op een hele sterke manier." Zowel Joost als Sanne begrijpen de situatie van hun moeder goed en samen maken ze plannen voor de toekomst. "Ik weet gewoon hoe Joost gaat reageren als ik er niet meer ben. Juist daarom vind ik het belangrijk dat zijn woonsituatie goed geregeld is", vertelt Miriam. "Ik wil hem nog helpen om zich ergens thuis te gaan voelen nu het nog goed met me gaat. Dat is beter voor hem, maar het zal mij ook heel erg geruststellen te weten dat hij straks goed terecht komt."

Sinds eind vorig jaar is Miriam daarom op zoek naar een passende zorgoplossing in Venlo. "Het is zo belangrijk dat we iets in of rond Venlo vinden. Net als Sanne heeft Joost hier zijn sociale netwerk, zijn opleiding om bakker te worden en zijn stage. Hij is niet alleen iemand met autisme, maar ook een normale puber." In hun zoektocht naar de juiste voorziening zijn ze geholpen door onder andere MEE. "Ze steunen ons in het hele proces en dat is geweldig. Samen hebben we alles op een rijtje gezet maar al snel werd duidelijk dat het erg lastig gaat worden", aldus Miriam.

De instellingen in Venlo die 24-uurs-begeleiding bieden, richten zich voornamelijk op mensen met een verstandelijke beperking en daar hoort Joost niet thuis. In andere grote steden zoals Eindhoven of Nijmegen zijn er wel passende woonvormen maar Miriam blijft zoeken naar iets in de buurt omdat ze het beste wil voor Joost. "Ik wil instanties wakker schudden. Het is toch gek dat er in zo'n groot gebied als Venlo geen speciale woonvoorzieningen zijn voor normaal verstandelijke autistische jongeren? In mijn beleving vissen zij veel te vaak achter het net."

De zus van Miriam, Karin Hulshorst, is een grote steun en toeverlaat voor het hele gezin. Enkele weken geleden deed ze een oproep via Facebook (zie kader). Heel even leek zich een oplossing aan te dienen, maar helaas is dat niet doorgegaan.

Daarom blijft Miriam vechten en hoopt ze via deze oproep, niet alleen voor zichzelf, maar ook voor anderen een oplossing te vinden. "Als het nu fout zou gaan met mij dan komt Joost in de crisisopvang terecht en dat wil ik niet. Daarom hoop ik enorm dat als iemand ons kan helpen, dat ze contact

Op 22 augustus plaatste Karin Hulshorst, het volgende bericht op Facebook. Het bericht is ook terug te vinden op www.woonpuntautisme.nl.

Gezocht kleinschalige woonvorm met 24 uren begeleiding in Venlo e.o.

Wij zoeken voor een autistische (Mcd) jongen van 16 jaar een kleinschalige woonvorm met een goede begeleiding in Venlo (Limburg) of op fietsafstand van Venlo (maximaal een half uur fietsen). Zeker in de beginperiode is 24-uurs-begeleiding noodzakelijk. De jongen heeft een normale intelligentie, maar raakt snel overprikkeld, heeft tics en kan behoorlijk druk zijn. Hij is groot en mondig en wordt daardoor vaak overschat, waardoor er teveel van hem gevraagd wordt. Als hij overprikkeld raakt moet hij echt even beschermd worden. Sporadisch kan hij dan ook agressief gedrag vertonen.

Hij zit in het speciaal onderwijs en is voor bakker aan het leren, op dit moment loopt hij stage en dat bevalt hem heel goed. Deze jongen kan en wil nog veel leren, waardoor hij ook zelfstandiger kan worden en uiteindelijk misschien minder begeleiding nodig heeft. Hij heeft al jaren begeleiding vanuit PGB en er wordt nu druk gewerkt aan zijn zelfstandigheid. Alle tips, ideeën en oplossingen zijn welkom!

met ons opnemen. Een instelling met eventueel samengestelde groepen, of particuliere zorg, dat maakt niet uit. Als het maar goed geregeld is!"

Denkt u Miriam, Joost en Sanne te kunnen helpen, neem contact met Claudia Swinkels mantelzorgconsulent bij de Zorgondersteuner 06 150 250 54.

Wet- en Regelgeving

Inkomensafhankelijke huurverhoging

Chronisch zieken en gehandicapten met een mantelzorger in huis kunnen in 2014 met succes bezwaar maken tegen de inkomensafhankelijke huurverhoging. De eis dat er een indicatie voor minstens tien uur per zorg moet zijn, is komen te vervallen.

In de Staatscourant (16 juli) staat welke "zorgvragers met inwonende mantelzorger" onder de groep chronisch zieken en gehandicapten vallen die volgend jaar worden uitgezonderd van de 'gluurverhoging'.

Gluurverhoging is een typische term uit 2012 en is eigenlijk een ander woord voor scheefwonenboete. De term is een samenvoeging van de woorden 'huurverhoging' en 'gluren' en komt voort uit de problematiek rond scheefwonen. Met scheefwonen wordt bedoeld: het huren van een sociale huurwoning door huishoudens met een gezinsinkomen boven de 43.000 euro.

Minister Blok komt met de regeling tegemoet aan kritiek van Woonbond, CG-raad en Platform VG. In een gezamenlijke brief aan de Tweede Kamer wezen de organisaties erop dat de eerdere hardheidsclausule oneerlijk uitpakte voor chronisch zieken en gehandicapten met een inwonende mantelzorger.

Chronisch zieken en gehandicapten worden op dit moment pas uitgezonderd van de inkomensafhankelijke huurverhoging als ze ten minste tien uur per week zorg krijgen. Maar als er een mantelzorger in huis is, maakt een chronisch zieke tegenwoordig weinig kans op een indicatie voor meer dan 10 uur zorg. De mantelzorger (vaak de partner of een ander familielid) wordt dan geacht een deel van de zorg op zich te nemen.

10-uurscriterium vervalt

In de nieuwe regeling is het 10-uurscriterium komen te vervallen. Wel is blijven staan dát er indicatiebesluit voor verzorging, verpleging of individuele begeleiding moet zijn, en dat dit indicatiebesluit een geldigheidsduur moet hebben van tenminste 371 dagen. Als er meerdere indicatiebesluiten zijn verstrekt, geldt die eis van 371 dagen voor alle indicatiebesluiten bij elkaar, waarbij er tussen het ene indicatiebesluit en het daarop volgende niet meer dan 42 dagen ligt.

Voor meer informatie: Neem contact op met het Steunpunt Mantelzorg bij u in de buurt.

Uitgelicht

Buddyzorg

Buddyzorg Limburg biedt sociaal emotionele steun en begeleiding aan mensen die lijden aan een ernstige lichamelijke en/of levensbedreigende ziekte en hierdoor problemen ondervinden in het dagelijkse leven. Deze problemen hebben meestal betrekking op verliesverwerking, zingeving, isolement en eenzaamheid. Maar ook andere problematiek zoals uitsluiting, verslaving, huiselijk geweld en armoede kunnen deel uitmaken van de hulpvraag. Veelal spelen meerdere problemen een rol. Het gaat hierbij steeds om intensieve vrijwilligerszorg.

T: 045 565 75 90



Buddyzorg Limburg

Staat jouw BLOG de volgende keer op deze pagina? Mail naar claudiaswinkels@dezorgondersteuner.nl

MANTEL weetjes

Muziektherapie zorgt voor ontspanning en rust

Luisteren naar muziek of zelf muziek maken vermindert gedragsproblemen en onrust bij mensen met dementie. "Muziek zorgt dat ouderen met dementie zich kunnen ontspannen", vertelt UMCG-onderzoeker Annemieke Vink. "Spreken doe je met specifieke gebieden in de hersenen en die vaardigheden gaan bij dementie vaak achteruit. Luisteren naar muziek activeert veel meer delen van de hersenen. Daardoor spreekt muziek mensen heel direct aan en kunnen zij zich toch uiten." Volgens Vink is de zorg aan mensen met dementie gebaat bij meer aandacht voor het inzetten van muziek om ontspanning, rust en contact te creëren. Vink promoveerde op 6 mei bij de Rijksuniversiteit Groningen op de resultaten van haar onderzoek.

Mantelzorgforfait Wat is dat?

Hoe lang u een WW-uitkering krijgt, hangt af van uw arbeidsverleden. Soms tellen ook jaren mee waarin u niet heeft gewerkt, maar wel zorg heeft verleend aan een zieke of gehandicapte. Deze regeling heet ook wel het mantelzorgforfait. Een voorwaarde om gebruik te kunnen maken van het mantelzorgforfait is dat u betaald krijgt/kreeg voor u verleende mantelzorg. Degene die u betaalt, moet dat doen of gedaan hebben van zijn persoonsgebonden budget (pgb). Dat moet u kunnen laten zien. Bijvoorbeeld door een overeenkomst tussen u en degene die u verzorgde. Het mantelzorgforfait geldt alleen voor kalenderjaren vanaf 2007.

SIRE opent nieuwe hulplijn voor mensen zónder psychische ziekte

SIRE draait met haar nieuwste campagne de rollen om: de Stichting heeft een hulplijn gelanceerd voor mensen zonder psychische ziekte. Hier kunnen familie, collega's of vrienden van hen die aan een psychische aandoening lijden vragen stellen over hoe zij het beste met deze situatie kunnen omgaan. Het blijkt namelijk dat veel Nederlanders moeite hebben om normaal om te gaan met mensen die een psychische aandoening hebben, zoals autisme, een depressie, psychose of burn-out. De hulplijn is van dinsdag tot en met zaterdag van 11.00 uur tot 14.00 uur en van 18.00 uur tot 21.00 uur te bereiken via telefoonnummer 0900-0727.

De campagne loopt van 27 juni tot en met oktober 2013, waarna de hulplijn overgedragen zal worden aan het Landelijk Platform GGZ.

BLOG

van een mantelzorger

Een blog is een soort website waar dagelijks of wekelijks nieuwe berichten verschijnen. Je zou het een dagboek kunnen noemen op internet. In deze Nieuwsbrief schenken wij aandacht aan de blog van mantelzorger:

Cora Postema

Zorg..... voor EIGEN KRACHT!



Mijn man Wim kreeg in februari 2009 een herseninfarct. Ik werd partnerzorger. Na een jaar werd mijn motto: "Je kunt alleen langdurig voor een ander zorgen als je ook goed voor jezelf zorgt". Daartoe inspireer en stimuleer ik mensen via verschillende wegen.

Het versterken van de Eigen kracht van zowel zorgvragers en mantelzorgers alsook medewerkers in de zorg, daar ga ik voor.

Blogbericht:

Zeg eens 'Nee'!

Geven vind ik zoveel gemakkelijker dan ontvangen. Mensen zeggen 'Dankjewel' en je blijft 'goede vrienden'. Dat dacht ik... totdat ik Wim leerde kennen. Wim is een (onder)handelaar. Van hem leer ik dat je soms pas serieus wordt genomen als je niet zonder meer 'Ja' zegt. Gratis is minder 'waard' dan iets waarvoor je een tegenprestatie hebt geleverd. Als hij via Marktplaats iets wil verkopen en het lukt niet, maakt hij het soms duurder. En dan is het vaak zo verkocht. Tê goedkoop is blijkbaar niet altijd aantrekkelijk.

Wat ik ook van Wim heb geleerd is dat hij, nu hij van mijn zorg afhankelijk is, me meer respecteert als ik af en toe tegen hem zeg: "Nee, nu help ik je

niet." Als hij het dan persé wel wil, dan blijkt hij vaak heel creatief om het zonder mijn hulp toch voor elkaar te krijgen. Dat geeft hem dan weer een 'kick'. En mij ook, want dan kijkt ie me stralend aan, van 'kijk eens wat ik kan'.

Weerstand doet groeien

Wim leert me dus om weerstand te bieden. Weerstand tegen mijn eigen impuls om me op te offeren voor de lieve vrede, maar ook weerstand tegen zijn 'gemakkelijke vragen'. Of, erger nog, tegen mijn impuls om die vragen al te willen beantwoorden voordat ze zijn gesteld. Dan neem ik hem dingen ongevraagd uit handen. En het leuke... dat pikt hij dus niet. We worden allebei uitgedaagd om trouw te blijven aan onszelf. En juist daarom vinden we elkaar nog steeds de moeite waard.

Wilt u de hele blog lezen en ook haar andere blogberichten? Kijk dan op <http://www.corapostema.blogspot.nl/>

Regionale bloemenactie

Proteion Welzijn/ de Zorgondersteuner organiseert ook dit jaar in de gemeenten Beesel, Bergen, Leudal, Roerdalen en Venlo een regionale bloemenactie waarbij mensen uit de eigen omgeving, mantelzorgers voor kunnen dragen voor een bloemetje. Dit bloemetje wordt op 8 november door vrijwilligers bij deze mantelzorgers thuis bezorgd. De kaartjes om een mantelzorger aan te melden liggen o.a. bij bibliotheek, apotheek en gemeentehuis. Houd voor acties in andere gemeenten de lokale blaadjes in de gaten.

Steunpunt Mantelzorg Arcen, Lomm en Velden

U kunt bij het steunpunt terecht met vragen rondom mantelzorg, zoals respijt-zorg, het mantelzorgcompliment en andere ondersteuningsmogelijkheden. Soms kan een luisterend oor belangrijk zijn of zoekt u een persoonlijk advies over uw zorgsituatie. Er is een mantelzorgcontactgroep, die maandelijks bij elkaar komt. Mantelzorgers ervaren in deze contactgroep dat ze er niet alleen voor staan en elkaar kunnen steunen. Bel gerust voor een afspraak met José Wijnhoven. Dorpsstraat 1C, 5941 EW Velden. T: 077-4722534 E: j.wijnhoven@synthese.nl

Steunpunt Mantelzorg Beesel

Bereikbaar iedere dinsdag van 08.30-16.30 uur, Raadhuisplein 1, Reuver (gemeentehuis). U kunt telefonisch contact opnemen met Vera Jacobs. T: 06-52669029 of T: 077-3231130. Desgewenst maken we een afspraak voor een persoonlijk gesprek bij u thuis of op het Steunpunt. E: verajacobs@dezorgondersteuner.nl

Steunpunt Mantelzorg Bergen

Sinds 1 september jl. is Els Verhorstert de nieuwe mantelzorgconsulent voor het Steunpunt Mantelzorg; zij volgt hierbij Carien van Montfort op. Naast mantelzorgconsulent is Els ook coördinator Vrijwilligerszorg in Bergen waarbij vrijwilligers ingezet worden bij mensen met een chronische ziekte of een beperking in de thuissituatie. Deze vrijwilligers kunnen ook weer de mantelzorg ondersteunen. Spreekuur op afspraak, dinsdag 09.00-13.00 uur. Tel. spreekuur donderdag 09.00-11.00 uur. Klantcontactcentrum gemeente Bergen, Raadhuisstraat 2, Bergen. T: 0485-348383 of M: 06-52669348 E: elsverhorstert@dezorgondersteuner.nl

Steunpunt Mantelzorg Blerick

Voor inwoners van Blerick, Hout-Blerick en Boekend. Spreekuur op maandag: 13.00-17.00 uur bij de Zorgondersteuner, Alberickstraat 3/C Venlo. Liever een afspraak op een ander moment? Neem contact op met Imke Welles M: 06-29560237, E: imkewelles@dezorgondersteuner.nl of Claudia Swinkels M: 06-15025054, E: claudiaswinkels@dezorgondersteuner.nl

Steunpunt Mantelzorg Gennep

Hier kunt u terecht met uw vragen rondom mantelzorg, over het mantelzorgcompliment, over het aanvragen van voorzieningen en hulp bij het invullen van formulieren. Ook kunt u terecht voor een luisterend oor en een persoonlijke advies.

Wekelijks is er een spreekuur op woensdag van 9 tot 10 uur in 't Hökske, Prinses Margrietstraat 22, te Gennep. Op andere dagen kunt u bellen naar Synthese, 0485-512934 en vragen naar Corry Hopman.

Bent u partner van iemand met autisme en wilt u graag met andere partners ervaringen delen dan kunt u ook contact opnemen met het Steunpunt. Datum om alvast te noteren: 10 november Dag van de Mantelzorg

Steunpunt Mantelzorg Mook- en Middelaar

Voor mantelzorgondersteuning en ouderenadvies kunt u terecht bij het Wmo-Loket van de gemeente. Bijvoorbeeld informatie over (landelijke) regelingen op het gebied van zorg, over en bemiddeling naar het (regionaal) hulpaanbod of hulp bij regeltaken. Bereikbaarheid medewerkers Wmo-Loket T: 024-696 91 11 op maandag t/m donderdag van 08.30-16.30 uur en vrijdag van 08.30-12.30 uur. E: wmo@mookenmiddelaar.nl. Kijk ook eens op de Wmo-pagina op www.mookenmiddelaar.nl.

Steunpunt Mantelzorg Roerdalen

Spreekuur op afspraak donderdag 09.00-12.00 uur, telefonisch spreekuur dinsdag 14.00-17.00 uur. Gemeente Roerdalen, Schaapsweg 20, Sint Odiliënberg, T: 0475-538888 of M: 06 52 66 95 65, E: bjornmaessen@proteion.nl Sinds 1 september jl. is Björn Maessen de nieuwe mantelzorgconsulent voor het Steunpunt Mantelzorg; hij volgt hierbij Carien van Montfort op. Naast mantelzorgconsulent is Björn ook coördinator Vrijwilligerszorg in Roerdalen waarbij

vrijwilligers ingezet worden bij mensen met een chronische ziekte of een beperking in de thuissituatie. Deze vrijwilligers kunnen ook weer de mantelzorg ondersteunen.

Steunpunt Mantelzorg Tegelen

Bewoners van Tegelen, Belfeld en Steyl kunnen met vragen over mantelzorg terecht bij het Steunpunt Mantelzorg Tegelen dat iedere donderdag geopend is van 09.30-12.30 uur in Huis van de Wijk Bongerd/Hinkelbaan, Bongerdstraat 41, Tegelen. Bel met mantelzorgconsulent Imke Welles voor een afspraak T: 0475-453033 of M: 06-29560237.

Steunpunt Mantelzorg Venlo

Inwoners uit Venlo kunnen iedere donderdag van 9.30-12.30 uur zonder afspraak terecht op het Steunpunt Mantelzorg bij ontmoetingsruimte Park Rijnbeek, Rijnbeekstraat 180 in Venlo. U kunt ook bellen met Claudia Swinkels M: 06-150 250 54. Zij werkt maandag tot en met donderdag, woensdagmiddag is ze vrij. Bij het Steunpunt Mantelzorg kunt u terecht met vragen over respijt-zorg, het mantelzorgcompliment of andere ondersteuningsmogelijkheden.

COLOFON

Deze nieuwsbrief is een uitgave van: Proteion Welzijn / De Zorgondersteuner afdeling mantelzorgondersteuning Alberickstraat 3c 5922 BL Venlo-West T: 077-3231130 E: info@dezorgondersteuner.nl W: www.dezorgondersteuner.nl

Redactie: Imke Welles, Claudia Swinkels, Marja Heijnen

De redactie behoudt zich het recht voor kopij te herschrijven of in te korten. De redactie beslist over plaatsing van kopij. Overname van kopij uitsluitend in overleg met de redactie.

Opmaak en druk: Weemen Drukkerij & Communicatie, Horst

Aanmelden / afmelden: Mantelzorgers en organisaties kunnen zich gratis abonneren op de digitale nieuwsbrief. Ontvangt u liever een papieren exemplaar? Informeer naar de voorwaarden per gemeente. U kunt zich telefonisch aanmelden bij het Steunpunt Mantelzorg of via De Zorgondersteuner: 077-3231130. Hier kunt u ook uw adreswijziging of opzegging doorgeven. Een e-mail sturen kan ook: info@dezorgondersteuner.nl.

AGENDA

Breincafé Baarlo

Elke laatste maandag van de maand. AC De Maashorst, Pastoor Geenenstraat 64. Info: T: 077-396 15 15

Breincafé Nieuw Bergen

Elke eerste woensdag van de maand AC Nieuw Bergen, Rembrandtplein 10. Info: T: 077-396 15 15

Alzheimercafé Beesel

Elke tweede dinsdag van de maand Brasserie Bösdal, Reuver.

Alzheimercafé Venlo

Iedere eerste dinsdag van de maand De Bantuin, Pastoor Kierkelsplein 20. Info: T: 077-351 19 17

Alzheimercafé Venray

Elke tweede maandag van de maand De Kemphaan, Kennedyplein 1. Info: T: 0478-52 70 66.

Gespreksgroep dementie Venlo

Verzorgingshuis Meeuwbeemd, Dokter Blumenkampstraat 4. Info: T: 077-351 41 75 of 077-352 22 15

Ontmoetingsdagen

Jongeren en kanker (van 12-18 jaar) Toon Hermans Huis Venlo. Info: T: 077-321 14 33

Parkinson Café Venlo-Venray

Een keer per maand op donderdagmiddag. Van 14.00-16.00 uur, afwisselend in Venlo en Venray. Locatie: Zalzerskampweg 64 Hout-Blerick. Locatie: Kennedyplein 1 in Venray. Info: T: 077-477 20 95 of 077-475 19 24

NVA-Limburg

lotgenotencontacten voor ouders van jongeren met Autisme. Info: pcg@ayudar.nl

ADHD-café Roermond

Elke laatste woensdag van de maand, van 20.00-22.30 uur in cafeetje 'De Tramhalte' tegenover het station in Roermond. Info: T: 0464-52 30 41 E: adhdcafelimburg@impulsdigitaal.nl

AD(H)D-café Venray

Elke 1e dinsdag van de maand, 20.00-22.30 uur, Locatie: Sportcafé De Wetteling, Zuidsingel 2, Venray. Info: M: 06-38756110. E: adhdcafevenray@impulsdigitaal.nl

Forum en Chat adhdXtra

Interactief contact voor mensen met ADHD, Borderline, PDD-NOS, ODD en hun partners, ouders, broers en zussen of direct betrokkenen in de zorg en onderwijs. Gratis registreren op www.adhd-xtra.nl

Partnergroep Afasiencentrum Noord-Limburg

1x per maand op donderdagochtend Voor partners van mensen met afasie. Locatie: Boulevard Hazenkamp, Albert Verweijstraat 6, Venlo-Blerick.

Toon Hermans Huis

Gespreksgroep voor partners. Info: T: 077-321 14 33 E: info@toonhermanshuisvenlo.nl