

# Belangrijke informatie

voor mantelzorgers

gemeente Venlo



## In deze uitgave

Mantelzorgwaardering 2019

Mantelzorgcafé & Mantelzorgsalon

Cursus 'Mantelzorg in balans'

Cursus 'Niet-aangeboren hersenletsel'

Dag van de Mantelzorg

Ondersteuning door het Steunpunt

## Beste mantelzorgers,

U ontvangt deze infobrief omdat u als mantelzorgers bekend bent bij het Steunpunt Mantelzorg van de gemeente Venlo.

Als mantelzorgers zorgt u langdurig voor bijvoorbeeld uw zieke partner, gehandicapt kind, vader of moeder, goede vriend(in) of buurtgenoot.

U heeft er meestal niet voor gekozen, maar het is u overkomen. Het verlenen van mantelzorg is waardevol en gelukkig gaat het heel vaak goed.

Het Steunpunt Mantelzorg wil u graag ondersteunen. In deze infobrief leest u wat het Steunpunt Mantelzorg u dit jaar te bieden heeft.

Deelname aan onze activiteiten is kosteloos.

Mocht u nog vragen hebben of zich willen aanmelden, neem dan gerust contact met ons op (zie pagina 4).

## Mantelzorgwaardering 2019

Bent u mantelzorgers en woont uw zorgvrager in de gemeente Venlo? Bent u al minimaal 3 maanden mantelzorgers en dat minimaal 4 uur per week? Dan komt u mogelijk in aanmerking voor de Mantelzorgwaardering van de Gemeente Venlo. U kunt zich hiervoor aanmelden van 1 januari tot 31 december 2019 via [www.venlo.nl/mantelzorg](http://www.venlo.nl/mantelzorg). Op de aanmeldpagina staan ook de voorwaarden en meest gestelde vragen. Omdat de mantelzorgsituatie snel kan veranderen, moet de mantelzorgwaardering elk jaar opnieuw worden aangevraagd.

In 2018 ontvingen meer dan 2.000 mantelzorgers, die zich hiervoor hebben aangemeld, de mantelzorgwaardering van de gemeente Venlo. Deze bestond uit mantelzorgvouchers (geldig tot 31 maart 2019) en een mantelzorgpas 2018/2019. Op dit moment is nog niet bekend hoe de mantelzorgwaardering er in 2019 er uit gaat zien of wanneer u deze kunt ophalen. U kunt zich wel al aanmelden dan houden wij u uiteraard op de hoogte. Het Steunpunt Mantelzorg verzamelt en screent de aanmeldingen in opdracht van de gemeente Venlo.



Het pasje van de mantelzorgwaardering 2018

## Een Mantelzorgcafé

In een mantelzorgcafé krijgen mantelzorgers de mogelijkheid om met elkaar in gesprek te gaan over een bepaald onderwerp.

Ook in 2019 worden er mantelzorgcafés georganiseerd. Zodra hier meer over bekend is, ontvangt u hierover informatie.

## De Mantelzorgsalon

In een mantelzorgsalon wordt u geïnformeerd over onderwerpen die voor u als mantelzorger van belang zijn.

Op een eenvoudige en ongedwongen manier kunt u andere mantelzorgers ontmoeten en ervaringen delen.

Op 31 januari jl. is in de Bantuin in 't Ven een mantelzorgsalon geweest over de Wet Langdurige Zorg.

In april 2019 zal er in Blerick een mantelzorgsalon plaatsvinden.

Ook ontvangt u nog informatie over de andere mantelzorgsalons, die in 2019 worden georganiseerd.

## De cursus 'Mantelzorg in balans'

Deze cursus is bedoeld voor mantelzorgers die langdurig voor hun kind, partner, ouder(s), buur of vriend(in) zorgen. Er wordt aandacht aan de mantelzorger zelf besteed, want het is belangrijk om ook goed voor uzelf te zorgen.

In drie bijeenkomsten krijgt u, aan de hand van uw eigen situatie, handreikingen om zo goed mogelijk met de situatie om te gaan.

Deze cursus wordt gegeven in april 2019 en najaar 2019.

## De cursus 'Niet-aangeboren Hersenletsel'

Niet-aangeboren Hersenletsel (NAH) is schade aan de hersenen, ontstaan in de loop van het leven, dus niet rond of na de geboorte. De meest bekende varianten van hersenletsel zijn: een beroerte (zoals een TIA, herseninfarct of hersenbloeding) of hersenletsel als gevolg van een ongeluk. De gevolgen van het hersenletsel verschillen per persoon en komen niet altijd direct tot uiting. Dit heeft uiteraard ook gevolgen voor de mantelzorgers. In deze cursus leren mantelzorgers wat niet-aangeboren hersenletsel inhoudt en wat de gevolgen zijn.

Deze cursus wordt gegeven op donderdag 21 en 28 maart, 4, 11, 18 en 25 april 2019 van 9.30-11.00 uur. Aanmelden kan tot en met 22 februari 2019 via [welzijn@proteion.nl](mailto:welzijn@proteion.nl) onder vermelding van '20190321 t/m 20190425 NAH' of telefonisch via 0475-453033.

## Samenwerken

De Steunpunten Mantelzorg zijn onderdeel van het Buurtteam. Ook in uw wijk is er een Buurtteam actief. U kunt er terecht met allerlei vragen. Bijvoorbeeld over relaties, financiën, opvoeding, mantelzorg, vrijwilligerswerk, gezondheid, leven met een beperking of bij de verwerking van ingrijpende gebeurtenissen. In het buurtteam zitten onder andere bewonersondersteuners en medewerkers van Informatie & Advies, maatschappelijk werk, Vrijwilligerszorg Venlo en het Steunpunt Mantelzorg.

Heeft u een vraag en weet u niet zo goed bij wie u deze vraag neer moet leggen? Kom dan langs bij een van de Informatie en Adviespunten. Kijk op [www.samenzijnwijnvenlo.nl](http://www.samenzijnwijnvenlo.nl) voor meer informatie.

Heeft u een specifieke vraag met betrekking tot mantelzorg? Dan kunt u ook direct contact opnemen met de mantelzorgondersteuner bij u in de buurt.



# Dag van de Mantelzorg

Rond 10 november, de Dag van de Mantelzorg, wordt er bij sommige mantelzorgers een bloemetje thuis bezorgd. Vrienden, burens en familie kunnen mantelzorgers hiervoor aanmelden door een aanmeldkaartje in te vullen, die vanaf september te vinden zijn bij huisartsen, apotheken en huizen van de wijk. Daarnaast worden er rond de Dag van de Mantelzorg op meerdere plaatsen binnen de gemeente Venlo activiteiten georganiseerd om mantelzorgers te waarderen voor hun inzet. Alle mantelzorgers kunnen hieraan deelnemen.



## Hoe informeren wij u?

Om u optimaal te kunnen informeren, is het belangrijk dat u zich als mantelzorgers bij het Steunpunt Mantelzorg aanmeldt. U ontvangt dan o.a. de **Nieuwsbrief voor mantelzorgers** in maart, juni, oktober en december in uw mailbox. Hierin leest u welke activiteiten en bijeenkomsten bij u in de buurt worden georganiseerd, aangevuld met interessante thema-artikelen en interviews met Venlose mantelzorgers. Ook wordt vermeld hoe u zich kunt aanmelden voor de verschillende activiteiten en cursussen. Mantelzorgers zonder mailadres ontvangen de Nieuwsbrief 2 keer per jaar per post. Daarnaast ontvangt u ook regelmatig **uitnodigingen per mail** voor activiteiten en bijeenkomsten.

Wij maken onze activiteiten ook bekend op **posters** in de Huizen van de wijk, in de **lokale krantjes**, op **facebook** (@mantelzorgvenlo) en op **digitale platforms** ([www.vanvenlo.nl](http://www.vanvenlo.nl) en [www.utdorp.nl](http://www.utdorp.nl)).

Op de **websites** [www.proteion.nl/mantelzorg](http://www.proteion.nl/mantelzorg) en [www.synthese.nl](http://www.synthese.nl) staat veel informatie over het Steunpunt Mantelzorg en vindt u documentatiemateriaal. Ook zijn er zes **informatiekaarten** uitgebracht, met daarin tips en adviezen voor de mantelzorgers. Bijvoorbeeld over respijtzorg, met tips en adviezen hoe u uw mantelzorgtaken over kunt laten nemen door een beroepskracht of vrijwilliger. Of hoe een mantelzorgers de zorg voor een ander kan combineren met een baan. En een informatiekaart met tips om de mantelzorg zolang mogelijk vol te houden en daarmee overbelasting te voorkomen.

Deze informatiekaarten zijn verkrijgbaar bij het Steunpunt Mantelzorg en de Informatie en Adviespunten.



## Individuele mantelzorg- ondersteuning

In de gemeente Venlo wordt de mantelzorgondersteuning uitgevoerd door Proteion Welzijn en Synthese. Het Steunpunt Mantelzorg werkt intensief samen met andere organisaties, met name op het gebied van zorg en welzijn. U kunt bij het Steunpunt Mantelzorg terecht voor informatie, advies, een persoonlijk gesprek of een luisterend oor. Bijvoorbeeld over het thuis verzorgen van een langdurig zieke, over hulpmiddelen en/of de mogelijkheden om de zorg (tijdelijk) uit handen te geven. Ook mantelzorgers, die de zorg voor een zieke naaste combineren met betaald werk, kunnen bij ons terecht voor tips en advies.

De medewerkers van de Steunpunten zijn telefonisch en per mail bereikbaar. U kunt ook een afspraak met hen maken in een Huis van de wijk, of zij komen bij u thuis. De dienstverlening door het Steunpunt Mantelzorg is onafhankelijk en kosteloos. U kunt hier zonder indicatie of verwijfsbrief terecht.



## Bereikbaarheid Steunpunten Mantelzorg

### Blerick, Hout-Blerick en Boekend

#### Yvonne van de Mortel

Bereikbaar maandag, dinsdag en donderdag

T: 06 – 11 71 19 27

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

### Tegelen, Steyl en Belfeld

#### Claudia Swinkels

Bereikbaar maandag t/m donderdag

T: 06 – 15 02 50 54

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

### Venlo (m.u.v. Venlo Noord)

#### Peggie Bos

Bereikbaar maandag, dinsdag en donderdag

T: 06 – 52 66 91 00

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

### Venlo Noord

#### Marion van den Bercken

Bereikbaar maandag, dinsdag en woensdag

T: 06 – 40 86 13 66

E: [m.vandenbercken@synthese.nl](mailto:m.vandenbercken@synthese.nl)

### Arcen, Velden, Lomm

#### Anja Damhuis

Bereikbaar maandag, dinsdag en donderdag

T: 06 – 36 16 49 19

E: [a.damhuis@synthese.nl](mailto:a.damhuis@synthese.nl)

### Algemeen

#### Proteion Welzijn

T: 0475 – 45 30 33

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

I: [www.proteion.nl](http://www.proteion.nl)

#### Synthese

T: 077 – 201 13 14

E: [info@synthese.nl](mailto:info@synthese.nl)

I: [www.synthese.nl](http://www.synthese.nl)

#### Facebook

[@mantelzorgvenlo](https://www.facebook.com/mantelzorgvenlo)

## Oog en oor voor alle mantelzorgers

Mantelzorgers hebben een persoonlijke band met de zorgbehoevende, die (tijdelijke) ondersteuning nodig heeft vanwege een ziekte, aandoening, beperking, handicap of ouderdom. Dat kan een partner, ouder, (klein)kind, familielid of vriend(in) zijn. Welke vorm van zorg of hulp u biedt maakt niet uit: huishoudelijke hulp, praktische steun, verzorging, verpleging, begeleiding, emotionele steun of toezicht. Het Steunpunt Mantelzorg is er voor alle mantelzorgers. Het behartigt ook de belangen van mantelzorgers, professionals en mensen in hun omgeving, om hen attent te maken op de mantelzorg.

## Werk en mantelzorg

Steeds meer mensen combineren mantelzorg met werk. Een op de vijf werknemers zorgt voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende naaste, vriend of buur. Als dit thema werk op de werkvloer bespreekbaar wordt, kunnen we werk en zorg beter op elkaar afstemmen. Mantelzorgvriendelijk personeelsbeleid levert een win-win situatie op voor werkgever én werknemer. Het draagt bij aan een betere balans tussen werk en privé. Zo blijven werknemers langer vitaal en productief. De medewerkers van het Steunpunt Mantelzorg bieden ook workshops aan voor professionals en voor bedrijven, om zo meer draagvlak te creëren voor mantelzorg.

## Jonge mantelzorgers

Jonge mantelzorgers zijn kinderen en jongeren t/m 24 jaar die opgroeien met een zieke ouder, broer, zus, of met een zieke opa en oma, die in de directe omgeving van het gezin woont en die intensieve zorg nodig heeft. Er kan sprake zijn van een lichamelijke ziekte of handicap, een psychische ziekte of verslavingsproblematiek. Eén op de vijf kinderen groeit op met een familielid die langdurige zorg nodig heeft. Het kan fijn zijn om voor je familielid te zorgen. Maar soms kan het ook wat te veel worden. Zij willen hun ouders niet met nog meer problemen opzadelen en vinden het lastig om hulp te vragen. Middels interactieve gastlessen op middelbare scholen vragen we aandacht voor deze groep jongeren. We willen de leerlingen bewust maken van de zorgende en sociale rol die zij zelf of hun medeleerlingen kunnen hebben.



## Colofon

Deze infobrief is een uitgave van  
Proteion Welzijn in opdracht van de  
Gemeente Venlo

afdeling mantelzorgondersteuning

Heythuyserweg 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: Yvonne van de Mortel & Yolanda Holleman.

Opmaak: Yolanda Holleman.

### Aanmelden / afmelden

Mantelzorgers en professionals kunnen zich aanmelden voor de gratis nieuwsbrief bij het Steunpunt Mantelzorg of via Proteion Welzijn.

Bent u geen mantelzorgster meer en/of wenst u geen informatie meer te ontvangen? Laat het ons dan telefonisch of per mail weten!

