

Nieuwsbrief

voor mantelzorgers

3

gemeente Venlo



In deze uitgave

De mannelijke mantelzorgers

Hospice Mariaweide Venlo

Verlaging eigen bijdrage zorg 2017

Mantelzorgactiviteiten Venlo

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 mantelzorgers 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 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!

Het is fijn als je als mantelzorger kan terugvallen op mensen uit je omgeving, al is het maar om even tijd voor jezelf te hebben en toch ruimte te hebben om je hobby te behouden.



Velden

Mantelzorgactiviteiten rondom de Dag van de Mantelzorg

In Venlo, Blerick, Tegelen en Velden hebben rond de Dag van de Mantelzorg activiteiten plaatsgevonden. Het doel was jullie een ontspannen activiteit aanbieden waarin jullie elkaar konden ontmoeten maar ook in gesprek konden gaan met professionals en/of vrijwilligers in uw eigen wijk. Misschien is het dan ook makkelijker om het gesprek over mantelzorg op gang te brengen, want mantelzorg doe en kun je niet alleen.

Feestelijke activiteit voor mantelzorgers in Velden

Wiesje Jacobs (mantelzorger) schreef: "We kregen een warm welkom van de theatergroep Spelenderwijs en we werden verwend met heerlijke vlaai, hapjes en drankjes. We zaten in de Foyer van de Vilgaard gezellig bij elkaar met muziek van Trio "Gaer Gedaon". De vrijwilligers van Informatie & Advies waren aanwezig voor vragen, dorpsraadsleden hielpen met de bediening. Theatergroep Spelenderwijs begaf zich als 'hoefsmid' (pedicure), manicure en een examiner tussen het publiek. De langharige manicure zei tegen mij: "Ik bin van de hendjes" en vroeg of ze mijn handen mocht doen. Ik moest mijn handen in een bakje koud water doen. Ze kauwde ordinair op kauwgum. Ze moest Hollands praten van de examinerator, maar toen hij zich omdraaide nam ze haar telefoon uit haar boezem en begon met haar lief te praten. Mijn handen werden gemasseerd met een mierzoete crème. Verderop zag ik een 'hoefsmid' in een ouderwetse schort met een grote vijl en ander gereedschap de voeten doen van een paar dames. Er werd veel gelachen. Al met al een komische act. Toen we naar huis gingen kregen we van Catering Vousten allemaal een heerlijke verse maaltijd mee. Ik wil iedereen bedanken voor de geslaagde avond. Het was echt een avondje uit."

Medisch specialisten koken voor mantelzorgers in Tegelen

Zodra de mantelzorgers plaats hebben genomen aan de lange tafels ontstaat er een aangenaam geroezemoes dat tot het einde aanhoudt. Best wel opvallend als je bedenkt dat de meesten zich in hun eentje hebben aangemeld voor dit diner. 2 Jongere dames geven aan dat ze door de ontvangen mantelzorgvouchers beseffen dat dit een waardering is voor hén en dat ze het ook echt mogen besteden aan iets voor zichzelf. Enkele oudere dames zeggen het fijn te vinden te kunnen praten met andere mantelzorgers die begrijpen wat ze doormaken. En wie kan de doemdenker beter op andere gedachten brengen dan een mantelzorger in hetzelfde schuitje die zegt: "Geloof me, daar kom je veel verder mee!"



Tegelen



Blerick

Tijd voor stampot in Blerick

Mantelzorg doe je gewoon samen! Samen stampot eten, samen gezellig kletsen met andere mantelzorgers. (Oude) bekenden zien. Maar vooral ook informatie ontvangen van degene in jouw wijk, die jou als mantelzorger kan ondersteunen, want je hoeft het niet alleen te doen. Dat is de boodschap die we wilden uitdragen. Met dank aan de gastvrijheid van De Vijf-sprong en de vrijwilligers!

Gezellige avond voor mantelzorgers in Venlo

Luisteren naar de teksten speciaal geschreven voor mantelzorgers, dat geeft je stof tot nadenken, want je mocht er even niet doorheen gaan praten. Andere mantelzorgers ontmoeten die bij jou om de hoek wonen. Lekker hapjes proeven en met elkaar praten over wat je bezighoudt in de zorg voor je dierbare en samen alom bekende liedjes meezingen. Het was een erg gezellige avond!

Nieuws

van de Steunpunten Mantelzorg

Wat is een open inloop?

Een belangrijk uitgangspunt van de wmo is zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen en andere mensen kunnen blijven ontmoeten. Dagbesteding en respijtzorg in Huizen van de Wijk ondersteunen daarbij. Dicht bij huis, in uw eigen wijk. Dagbesteding in het Huis van de Wijk noemen we open inloop. De open inloop is voor iedereen: jong en oud, bewoners uit de wijk, maar ook voor mensen die nu nog hun dagbesteding elders hebben. Hier zorgen vrijwilligers en professionals voor begeleiding en ondersteuning.

Zware zorg voor kwetsbare ouderen en gehandicapten blijft maatwerk. Om mee te denken in respijt, passende daginvulling en aansluiting bij vereniging of bestaande activiteiten voor deze mensen is het maatwerkteam bedoeld. Een maatwerkcoach richt zich op het ontwikkelen en/of aanpassen van de omgeving/activiteiten zodat alle mensen kunnen deelnemen, ook als het moeilijker wordt. Het maatwerkteam is tevens beschikbaar als ondersteuner voor de mantelzorg, de professional in de wijk en vrijwilligers. Het team functioneert als een voorliggende voorziening en werkt ambulante.

Bent u op zoek naar respijt of passende daginvulling, neem dan contact op met het Maatwerkteam. Kijk op www.samenzijnwijken.nl voor contactgegevens.

Op deze locaties is al een open inloop:

De Schans

Burg. van Soest - Jansbekenplein 3,
Arcen
T: 077 – 473 43 60
Ma, do, vr 8.30 - 16.30 uur

't Prônk-Eppelke

Pronkhof 21, Belfeld
T: 077 – 475 32 69
Ma t/m vr 10.00 - 16.30 uur

De Bekkerie

Heymansstraat 128a, Boekend
T: 077 – 396 81 44
I: www.debekkerie.nl
Ma, wo 14.00 - 17.00 uur

De 5sprong

Blariacumstraat 5, Blerick
T: 077 – 303 10 91
Di, wo, do 9.00 - 17.00 uur

Het Zonneveld

Stadhoudersstr. 75, Blerick
T: 077 – 382 98 85
Ma, wo, vr 9.00 - 17.00 uur

Huis van de Wijk Steyl

St. Sebastianusstraat 2, Steyl
T: 077 – 382 09 49
Ma 14.00 - 16.00 uur

De Bongerd

Bongerdstraat 41, Tegelen
T: 077 – 851 02 12
I: www.hvdwdebongerd.nl
Ma, di, do 10.00 - 16.30 uur; wo 13.30 - 17.00 uur; vr 13.30 - 16.30 uur

De Witte Kerk

Agnes Huijnstraat 3, Venlo
T: 077 – 324 02 99
Ma, wo, do 9.00 - 16.30 uur

De Zuidpilaar

Reigerstraat 2, Venlo
T: 077 – 303 06 25
Ma, wo, do 9.00 - 17.00 uur

Op d'n Berg

Ericaweg 6, Venlo
T: 077 – 390 39 00
I: www.hvdw-venlo-oost.nl
Di + vr 13.30 - 16.00 uur

Bereikbaarheid Steunpunten

Arcen, Velden, Lomm

Anja Damhuis, mantelzorgondersteuner.
Bereikbaar maandag, dinsdag en donderdag
T: 06 – 36 16 49 19
E: a.damhuis@synthese.nl

Blerick, Hout-Blerick en Boekend

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

Tegelen, Steyl en Belfeld

Claudia Swinkels, mantelzorgondersteuner.
Bereikbaar van maandag t/m donderdag
T: 06 – 15 02 50 54
E: claudiaswinkels@proteion.nl

Venlo

Peggie Bos, mantelzorgondersteuner.
Bereikbaar maandag, dinsdag en donderdag
T: 06 – 52 66 91 00
E: peggiebos@proteion.nl

Algemeen

Proteion Welzijn
T: 0475 – 45 30 33
E: welzijn@proteion.nl
I: www.proteion.nl

Synthese

T: 077 – 201 13 14
E: info@synthese.nl
I: www.synthese.nl

Facebook

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

Park Rijnbeek

Rijnbeekstraat 180, Venlo
T: 077 – 760 06 50
Ma, di, do, vr 9.30 - 16.00 uur

Colofon

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

afdeling mantelzorgondersteuning
Heythuysenweg 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 mantelzorg meer en/of wenst u geen nieuwsbrief meer te ontvangen? Laat het ons dan telefonisch of per mail weten.