

Nieuwsbrief Mantelzorg

Steenbergen - Bergen op Zoom - Woensdrecht

**RESPIJTZORG: ZORG AAN EEN
HULPBEHOEVENDE MET ALS DOEL
OM DIENS MANTELZORGER(S) TE
ONTLASTEN VRIJAF TE GEVEN**

Wet Maat-
schappelijke
Ondersteuning

Jeugdwet

Wet
Langdurige
Zorg

Algemene
voorzieningen

Jeugdwet



Voorwoord

U als Mantelzorgers bent vaak dag en nacht bezig om voor iemand te zorgen. De Brabantse wal gemeenten willen dat mantelzorgers op tijd (preventief) ondersteund worden, zodat ze op adem kunnen komen en niet overbelast raken. Een zorgpauze (respijt zorg) geeft mantelzorgers de mogelijkheid om tijdelijk zorgtaken over te dragen aan een ander. Via deze nieuwsbrief brengen wij u graag op de hoogte van de mogelijkheden die er in onze regio zijn om uw mantelzorgtaken tijdelijk over te laten nemen. Door vrijwilligers of door professionals, bij u thuis of in een instelling. Voor meer informatie over respijt zorg kunt u 2 april naar de informatiemarkt over respijt zorg komen. Hier presenteren diverse aanbieders van respijt zorg zich en kunt u informatie krijgen rondom mogelijkheden en financiën.

U bent van harte welkom op 2 april bij het ontmoetingscentrum van S&L Lambertijnehof 209 van 13.30-16.30 uur.

Wij hopen u dan te ontmoeten.

Team Mantelzorg Brabantse wal



3	Respijt zorg
4	Vraag & Antwoord
5	Ondersteuning thuis vanuit de Wet Maatschappelijke Ondersteuning
6-7	Zorgverzekeringswet, WLZ
8-9	Algemene voorzieningen, Tips voor het overdragen van de zorg
10-11	Jeugdwet, De week van de Jonge mantelzorgers
12	Contactgegevens

Colofon.

Mantelzorg Nieuwsbrief Brabantse Wal:
Een initiatief van Mantelzorg Bergen op Zoom i.s.m. Steunpunt Mantelzorg Steenbergen en BWI Woensdrecht

Mantelzorg Nieuwsbrief 2019 nr 1

Redactie:

Marloes Rutten en Katja Kley

Drukker: Editoo B.V. te Arnhem

Redactieadres:

Mantelzorg Bergen op Zoom
Jacob Obrechtlaan 5,
4611 AP Bergen op Zoom
info@mantelzorgboz.nl
tel 0164-299491

Respijtzorg

Hoe kan ik als mantelzorgger hulp bij de zorg krijgen?

Zorg voor een naaste kan zeer intensief zijn. Voor extra hulp kunt u een vrijwilliger of professionele zorgverlener inschakelen. Als mantelzorgger heeft u ook af en toe vrije tijd nodig. U kunt dan een beroep doen op respijtzorg. Bij respijtzorg nemen professionele krachten of vrijwilligers uw zorgtaken (tijdelijk) over.

Extra hulp voor mantelzorgger

Als u bij de mantelzorg extra hulp nodig heeft, kunt u een vrijwilliger of betaalde zorgverlener inschakelen. U kunt ook naar een organisatie voor mantelzorgondersteuning. Zij bieden niet alleen praktische informatie. Ook voor een gesprek, contact met andere mantelzorggers (lotgenotencontact), bijeenkomsten en cursussen kunt u daar terecht.

Respijtzorg: iemand anders neemt zorg tijdelijk over

Er zijn verschillende soorten respijtzorg. Een paar voorbeelden:

Opvang buitenshuis, zoals dagopvang, verblijf in een logeerhuis of in een time-outvoorziening.

Hulp van een beroepskracht of vrijwilliger.

Tijdelijke zorg, bijvoorbeeld tijdens een vakantie. Of regelmatig en langdurend, bijvoorbeeld een dagdeel per week of een weekend per maand.

Tijdelijke professionele verpleging en verzorging wordt in principe geregeld via de huisarts of de wijkverpleegkundige in de buurt.

Kosten respijtzorg

Sommige respijtzorg is gratis, zoals de hulp van vrijwilligers. Kosten van respijtzorg kunnen soms vergoed worden via: de Wmo voor zorg thuis; de Wet langdurige zorg (Wlz); Jeugdwet; de aanvullende verzekering bij uw zorgverzekeraar; persoonsgebonden budget.

Respijtzorg: vervangende mantelzorg

Voorbeelden van respijtzorg

DAGOPVANG Wmo, Wlz, Jeugdwet
> Ontmoetingscentrum dementie
> Zorgboerderij



LOGEEROPVANG Wmo, Wlz, Jeugdwet
> Logeerhuis
> Zorghotel
> Gastgezin
> Verpleeghuis



AANWEZIGHEIDZORG Wmo, aanv. verzekering
> Een vrijwilliger aan huis



Mantelzorgger kan er even uit

Respijtzorg is een tijdelijke en volledige overname van zorg met als doel de mantelzorgger een adempauze te geven. Mantelzorggers kunnen zo de zorg langer volhouden en zelf nieuwe energie opdoen.



'RESPIJTZORG LIGHT' Wmo
> Activiteiten samen, met mogelijkheid om de zorg los te laten
Voor cliënt én mantelzorgger



PROFESSIONELE THUISZORG Zvw
> Huisarts
> Wijkverpleegkundige
Als mantelzorg uitvalt



Meer weten over respijtzorg? Kijk op gemeente.movisie.nl/respijtzorg

Regelingen

Wmo Wet maatsch. ondersteuning

Per persoon wordt bepaald wat de passende respijtzorg is.

Voor wie > Ontlasten van cliënt én mantelzorgger

Aanvragen bij > Gemeente

Jeugdwet

Logeeropvang voor kinderen die permanent toezicht nodig hebben (meer dan gebruikelijke zorg).

Voor wie > Ontlasten van cliënt én mantelzorgger

Aanvragen bij > Gemeente

Wlz Wet langdurige zorg

Logeeropvang voor mensen die permanent (medisch) toezicht nodig hebben.

Voor wie > Cliënt; thuiswonend met CIZ-indicatie

Aanvragen bij > Zorginstelling

Zuw Zorgverzekeringswet Basispakket

- Vervangende mantelzorg door wijkverpleegkundige bij tijdelijk langdurig wegvallen.
- Eerstelijnsverblijf: kortdurend verblijf op medische gronden

Voor wie > Cliënten met zware medische zorg

Aanvragen bij > Huisarts

Aanvullende verzekering

- Voor vervangende mantelzorg, vaak door vrijwilligers.

Voor wie > Mantelzorggers

Aanvragen bij > Verschilt per verzekeraar



kennis en aanpak van sociale vraagstukken

2017

Vraag & Antwoord

Mijn man heeft Parkinson en woont thuis. Buiten een paar uur thuiszorg rust alle zorg en ondersteuning op mijn schouders. Ik zou het fijn vinden als iemand af en toe de zorg van me overneemt, zodat ik met een vriendin kan afspreken, of een dagje of weekend met mijn kleinkinderen op pad kan. Hoe regel ik respijtzorg? En wat zijn de kosten?

Er bestaan verschillende vormen van respijtzorg. Een vrijwilliger kan de zorg bijvoorbeeld af en toe een paar uur overnemen, zodat je even weg kunt voor een boodschap of afspraak. Maar ook dagbesteding of ergens logeren vallen onder respijtzorg. Voor een vrijwilliger kun je contact opnemen met de lokale vrijwilligerscentrale. Ook kan het steunpunt mantelzorg in je gemeente je waarschijnlijk verder helpen. Aan deze vorm van vervangende zorg zijn meestal geen kosten verbonden.

Je kunt dagbesteding en logeeropvang voor je man aanvragen bij de gemeente. Tijdens een keukentafelgesprek bekijkt de gemeente samen met jou, wat in jouw situatie de best passende respijtzorg is. Je betaalt voor deze respijtzorg een eigen bijdrage, die afhankelijk is van je inkomen en vermogen. Ben je aanvullend verzekerd? Veel zorgverzekeraars vergoeden vervangende zorg of een mantelzorgarrangement - geheel of gedeeltelijk - vanuit de aanvullende verzekering. Neem contact op met je zorgverzekeraar om na te vragen wat de mogelijkheden en voorwaarden zijn.



Mijn vrouw woont nog thuis en heeft veel zorg nodig. Daarvoor heeft ze een Wlz-indicatie gekregen via het CIZ. We hebben twee keer per dag thuiszorg. Daarnaast gaat mijn vrouw vier dagen naar de dagbesteding. Ondanks de hulp vind ik het als partner best zwaar om dag en nacht voor haar te zorgen. Ik zou graag af en toe een weekendje naar mijn dochter in Limburg willen om bij te tanken. Maar waar kan mijn vrouw dan naartoe? En hoeveel dagen kan dat?

Je vrouw zou af en toe in een instelling kunnen gaan logeren, zodat jij een paar dagen weg kunt. Als er sprake is van een Wlz-indicatie en je ontvangt de zorg in natura, dan vraag je bij het CIZ een indicatie aan voor logeeropvang. Heb je een pgb-wlz, dan kun je via het pgb de logeeropvang inkopen. Het zorgkantoor moet voor de aangevraagde pgb-logeeropvang de zorgbeschrijving en het zorgcontract goedkeuren.

Je bent recht op maximaal 156 etmalen per jaar logeeropvang. In de praktijk betekent dat 156 nachten logeren per jaar. Dit aantal is gebaseerd op maximaal drie nachten per week, maar het is mogelijk logeeropvangdagen te sparen, zodat langere logeerperiodes mogelijk zijn als je daar behoefte aan hebt. Het zorgkantoor kan met je meedenken over geschikte logeermogelijkheden bij jou in de regio.

Op de website van MantelzorgNL kun je tips en checklists terugvinden: <https://www.mantelzorg.nl/respijt>



Ik overweeg minder te gaan werken, omdat mijn gehandicapte man steeds meer hulp nodig heeft. Maar minder werken betekent minder inkomen, geld dat we eigenlijk niet kunnen missen. Ziet u een oplossing zodat ik kan blijven werken terwijl mijn man in goede handen is?

Wellicht dat respijtzorg kan bijdragen aan een oplossing. Je man zou een of twee dagen per week naar de dagbesteding kunnen gaan. Daar krijgt hij de nodige zorg en ondersteuning. Jij hoeft dan niet minder te gaan werken, waardoor jullie financiën op orde blijven. Je kunt bij de gemeente de dagbesteding aanvragen. De medewerker van de gemeente kan ook met je meedenken over een passend adres. Of informeer bij het steunpunt mantelzorg of je huisarts. Zij zijn vaak ook goed bekend met de zorgorganisaties bij jou in de buurt. Je zou overigens ook kunnen onderzoeken of een pgb in jullie situatie een oplossing biedt. Je man zou een pgb kunnen aanvragen en jou daaruit kunnen betalen voor de zorg die je hem biedt op de dag (en) dat je minder werkt en voor hem zorgt. Je moet dan wel de zorg verlenen waarvoor het pgb bedoeld is.



Ondersteuning thuis vanuit de Wet Maatschappelijke Ondersteuning

Gemeenten zijn verantwoordelijk voor de ondersteuning van mensen die niet op eigen kracht zelfredzaam zijn. Het gaat bijvoorbeeld om: huishoudelijke hulp; vervoersvoorziening; begeleiding en dagbesteding; ondersteuning om de mantelzorger tijdelijk te ontlasten, etc.

Hulp vanuit de gemeente voor mantelzorgers

Natuurlijk willen de gemeenten mantelzorgers die dit nodig hebben ondersteunen. Bij mantelzorg kan de normale (gebruikelijke) hulp die je geeft aan iemand in hoeveelheid, tijdsbesteding en/ of moeilijkheid behoorlijk veel worden. Dit heet dan boven gebruikelijke hulp. Om mantelzorgers goed te kunnen ondersteunen, zodat zij hun belangrijke taak kunnen volhouden. Is het belangrijk dat er gezamenlijk gekeken wordt naar de situatie van de zorgvrager, de mantelzorger en (de rest van) het sociale netwerk/ de mensen in de omgeving.

Als je vindt dat je door boven gebruikelijke inzet hulp nodig hebt kun je een aanmelding bij de afdeling Wmo doen. Tijdens dit gesprek/onderzoek met de intaker, wordt het verlenen van mantelzorg in beeld gebracht. Hiermee kan gekeken worden of andere vormen van ondersteuning nodig kunnen zijn. En welke ondersteuning de beste resultaten kan opleveren. Huishoudelijke ondersteuning is daar een mogelijkheid in. Het is meestal het stapelen van alle taken die de overbelasting veroorzaken. Schrijf alle taken op, losse zaken en de hoeveelheid tijd die je ermee kwijt bent, voor je zorgvrager en thuis. Het gaat om de combinatie draagkracht (hoeveel kan iemand aan) tegen draaglast (hoeveel moet iemand doen). Ter voorbereiding van zo'n gesprek is het fijn als je alle eerder genoemde zaken al opgeschreven hebt en meeneemt. Op die manier kijk je eerst naar de oplossingen in je eigen omgeving.

Gemeente Steenbergen: 0167-541131 of langskomen op het spreekuur van de intake Wmo in de Vraagwijzer, Fabrieksdijk 6 in Steenbergen op maandag, dinsdag, woensdag en donderdag van 9:00-12:00, donderdagmiddag van 13:30-16:30 uur.

Gemeente Bergen op Zoom: 0164-277760 elke werkdag van 9.00-12.30 uur. U kunt ook langskomen op het spreekuur van Vraagwijzer, Jacob Obrechtlaan 5 Bergen op Zoom maandag, woensdag, donderdag en vrijdag 9.00-12.00 uur, Halsteren de Wittenhorst dinsdagmiddag 14.00-16.00 uur.

Gemeente Woensdrecht: elke werkdag 08.30 - 12.30 uur Kromstraat 4, 4631 KH in Hoogerheide. Telefonisch zijn de collega's te bereiken via het nummer 14 0164 (spreek in 'gemeente Woensdrecht' en kies dan toets 3). e-mailadres: zorg@woensdrecht.nl.

Mantelzorgondersteuning en advies vanuit Steunpunten Mantelzorg Brabantse Wal

Hoe uw situatie ook is en welke mantelzorgtaken u ook verricht, het is belangrijk om uw eigen behoeften niet uit het oog te verliezen. Het welzijn van u als mantelzorger is voor het blijven uitvoeren van de mantelzorgtaken van groot belang.

Heeft u behoefte aan contact, heeft u een vraag over een bepaalde zorgsituatie? Neem dan contact op met het steunpunt in uw gemeente voor:

*Informatie en advies
Hulp bij regelzaken
Emotionele ondersteuning
Respijtzorg
Lotgenotenactiviteiten
Jonge Mantelzorger
Werk en Mantelzorg*



Steunpunt Mantelzorg gemeente Woensdrecht: BWI, Kromstraat 4, 4631 KH Hoogerheide 0164 672049, www.bwiwoensdrecht.nl

Steunpunt Mantelzorg Bergen op Zoom: Vraagwijzer, Jacob Obrechtlaan 5, 4611 AP Bergen op Zoom, 0164-299491, www.mantelzorgboz.nl

Steunpunt Mantelzorg gemeente Steenbergen: Vraagwijzer, Fabrieksdijk 6, 4651 BR Steenbergen, 0167-750850

Zorgverzekeringswet en mantelzorg

De Zorgverzekeringswet wordt uitgevoerd door de zorgverzekeraars. Je kunt bij hen terecht voor:

- Verpleging en verzorging thuis (thuiszorg)
- De reguliere zorg van bijvoorbeeld huisarts, ziekenhuis en apotheek
- De behandeling van mensen met een zintuiglijke beperking
- De eerste drie jaar van een opname in een psychiatrisch ziekenhuis (daarna gaat deze zorg over naar de Wet langdurige zorg)
- Zorg voor kinderen met een indicatie intensieve kindzorg

De zorgverzekering bestaat uit een verplichte basisverzekering en een vrijwillige aanvullende verzekering. Er geldt geen eigen risico of eigen bijdrage. De zorg wordt meestal geleverd in natura, maar kan ook geleverd worden in de vorm van een persoonsgebonden budget (pgb). De regels voor het pgb in de Zorgverzekeringswet zijn verschillend per zorgverzekeraar. Je vindt de regels in de polisvoorwaarden.



Mantelzorgvergoedingen door zorgverzekeraars

Van welke vergoedingen kun je gebruik maken om de zorg voor je naaste vol te houden en goed voor jezelf te blijven zorgen? Hieronder zetten we een aantal op een rij.

Basisverzekering

Ergotherapie

Een ergotherapeut kan helpen om problemen of beperkingen in huis weg te nemen door bijvoorbeeld tips, aanpassingen in huis of hulpmiddelen. De aanvullende verzekering biedt soms extra uren voor instructies aan mantelzorgers.



Psychologische hulp

Is de zorg je te veel en ervaar je mentale klachten zoals stress en slapeloosheid? Via je huisarts kun je geholpen worden bij psychische klachten, bijvoorbeeld gesprekken met een praktijkondersteuner of verwijzing naar een psycholoog.

Aanvullende verzekering

Zorgverzekeraars kunnen in aanvullende verzekering onderstaande vergoedingen opnemen:

Vervangende zorg

Vervangende mantelzorg betekent dat je zorgtaken tijdelijk kunt overdragen om even los te komen van de zorg of als je tijdelijk uitvalt of zelf op vakantie wilt.

Handen in Huis

Handen in Huis regelt met behulp van enthousiaste vrijwilligers in heel Nederland 24-uurs vervanging van mantelzorgers in die situatie waar de hulpvrager zonder de hulp van de mantelzorgers niet alleen thuis kan blijven. Als vrijwilliger bij Handen in Huis maak je het mogelijk dat een mantelzorgers er met een gerust hart even tussenuit kan.

www.handeninhuis.nl / telefoon (030) 659 09 70 / e-mail info@handeninhuis.nl

Zorghotel

Een zorghotel biedt een tijdelijk verblijf, met de zekerheid van 24 uur per dag verpleging en verzorging. Er wordt veel waarde gehecht aan comfort, privacy en service. Waar u in een ziekenhuis patiënt bent, verwelkomt het zorghotel u als gast. Naast algemene verpleging en verzorging schenken veel zorghotels ook aandacht aan fysiotherapie, ergotherapie, logopedie, psychologie en diëtetiek.

In welke situatie kunt u kiezen voor een zorghotel?

Een zorghotel is ook een uitkomst voor hulp- of zorgbehoevenden die even zonder mantelzorgers zitten of die de mantelzorgers willen ontlasten (respitzorg). Het kan ook dienen als vakantie met zorg.

www.erkendezorghotels.nl



Mantelzorgmakelaar, hulp bij regelzaken

De mantelzorgmakelaar maakt in overleg met de mantelzorgger een overzicht van diens taken. Naast de zorgtaken zijn dit ook de regeltaken en verplichtingen op het gebied van werk. Vervolgens wordt bekeken wat er geregeld moet worden om al deze taken te combineren en daarnaast tijd over te houden voor sociale contacten en ontspanning. Denk hierbij aan regelingen op het gebied van wonen, zorg, welzijn, inkomen, wet en regelgeving en verzekeringen.

De mantelzorgmakelaar biedt als professionele dienstverlener primair de (overbelaste) mantelzorgger ondersteuning bij de regie over diens individuele situatie; gidst door het bureaucratisch zorgterrein, ondersteunt bij of neemt tijdelijk regeltaken over, bemiddelt tussen werkende mantelzorgger en diens werkgever en/of instanties en draagt opkomende hulpverleningsvragen warm over.

Kosten

Zorgverzekering: Aanvullend verzekerden dienen eerst contact op te nemen met de helpdesk van hun zorgverzekeraar.

Particulieren: In alle andere gevallen wordt een richtprijs van € 70,- per uur gehanteerd.

Overzicht van mantelzorgmakelaars via de Beroepsvereniging MantelZorg Makelaars: www.bmzm.nl

Cursussen

Als mantelzorgger kun je deelnemen aan cursussen over bijvoorbeeld het verzorgen van je naaste, het leren aangeven van je grenzen of mindfulness.

Aandachtspunt: Neem altijd eerst telefonisch contact op met de zorgverzekeraar om te beoordelen of je recht hebt op een vergoeding. Informeer ook naar de voorwaarden en bij welke zorgverleners je terecht kunt.

Wet langdurige zorg

De Wet langdurige zorg (Wlz) regelt zware, intensieve zorg voor kwetsbare ouderen, mensen met een handicap en mensen met een psychische aandoening.

Onafhankelijke cliënt ondersteuning Wet Landurige Zorg

Mensen met een Wlz-indicatie en hun mantelzorgers kunnen gebruikmaken van gratis onafhankelijke cliëntondersteuning van MEE. De MEE-consulenten geven informatie en advies over bijvoorbeeld het zorgaanbod in de regio, verschillende zorgvormen, cliëntrechten en invulling van de zorg. Zij helpen bij het opstellen, evalueren en bijstellen van het zorg- of ondersteuningsplan en bemiddelen tussen cliënt en zorgaanbieder als zij er samen niet uitkomen. De ondersteuning die MEE biedt, is onafhankelijk van zorgaanbieders en zorgkantoren. Dit is in de wet vastgelegd.

Op welke momenten?

Cliënten kunnen een beroep doen op MEE wanneer zij behoefte hebben aan:

Informatie en advies, een persoonlijk plan, het vinden van een passende zorgaanbieder, een zorgplan, bemiddeling

Aanvragen van onafhankelijke cliëntondersteuning

Mensen met een CIZ-indicatie voor langdurige zorg en hun mantelzorgers kunnen voor cliëntondersteuning rechtstreeks contact opnemen met MEE West Brabant.

Gemeente Woensdrecht, Bergen op Zoom, Steenberg: 088-0282600, email: info@meewestbrabant.nl

Gemeente Woensdrecht: Brede Welzijn Instelling, Kromstraat 4, 4631 KH Hoogerheide

**EN WIE VRAAGT
DE MANTELZORGER
HOE HET
MET HEM GAAT**

Loesje

Algemene Voorzieningen

Een algemene voorziening is het aanbod van diensten of activiteiten. Hierbij is niet eerst onderzoek nodig naar de behoeften, persoonskenmerken en mogelijkheden van de gebruikers. De algemene voorziening is toegankelijk en gericht op maatschappelijke ondersteuning.

Boodschappendienst

De boodschappendienst doet gratis boodschappen voor mensen die geen sociaal netwerk hebben en (tijdelijk of blijvend) niet goed in staat zijn zelf boodschappen te doen, bijvoorbeeld door een geestelijke of lichamelijke beperking. Deze persoon kan geen gebruikmaken van alternatieven, zoals het laten bezorgen van boodschappen, boodschappen bestellen via internet of boodschappen doen met hulp van familie, bureaus of kennissen.

Maaltijddienst

Het is belangrijk om minimaal drie keer per week een warme en voedzame maaltijd te eten. Op een bepaald moment lukt dat misschien niet meer zo goed. U bent ouder, uw gezondheid is verslechterd of u heeft het enorm druk en hierdoor geen tijd voor het bereiden van een warme maaltijd. In al deze gevallen biedt de Maaltijddienst van WijZijn uitkomst! Wij bieden de inwoners van Bergen op Zoom een groot assortiment van heerlijke koelverse maaltijden: van vegetarische en Chinese gerechten tot pasta's of de vertrouwde Hollandse kost!

Klussendienst

Bent u door ouderdom of gezondheidsklachten minder zelfstandig? In veel gevallen wordt u door familieleden of uw partner ondersteund. Maar wat als uw partner is overleden en uw kinderen of overige familieleden ver weg wonen? Dan blijven de klusjes in en rondom het huis ongetwijfeld liggen. In deze gevallen kan de Klussendienst van WijZijn u helpen!

Heeft u een vraag?

gemeente Woensdrecht: BWI, Kromstraat 4, 4631 KH Hoogerheide 0164 672049, www.bwiwoensdrecht.nl

gemeente Bergen op Zoom: Vraagwijzer, Jacob Obrechtlaan 5, 4611 AP Bergen op Zoom, 0164-299491, www.vraagwijzerboz.nl

gemeente Steenbergen: Vraagwijzer, Fabrieksdijk 6, 4651 BR Steenbergen, 0167-750850

Vrijwillige thuishulp

Zoekt u iemand die regelmatig samen met uw kind met een beperking gaat zwemmen, zodat u even tijd heeft voor u zelf? Zorgt u voor uw moeder, maar kunt u niet met haar mee naar de tandarts? Of zorgt u voor uw partner die niet alleen thuis kan zijn en u wilt toch graag uw schildercursus blijven volgen?

In deze situaties kunt u een beroep doen op de vrijwillige thuishulp. De vrijwilligers zijn actief naast familie, vrienden en professionele hulpverleners. Zij doen dat gratis.

Wat kunnen de vrijwilligers u bieden?

- oppassen bij en spelen met een kind met een chronische ziekte of beperking
- iets leuks doen met iemand die slecht ter been is
- sociaal-emotionele steun geven door te luisteren
- gezelschap zijn voor iemand



Aanmelden

Wanneer u zich bij het steunpunt Mantelzorg aanmeldt, wordt er samen met u en de zorgvrager gekeken welke hulp u beide nodig heeft. Daarna wordt er gekeken welke vrijwilliger u samen de beste ondersteuning kan bieden.

Steunpunt Mantelzorg gemeente Woensdrecht: BWI, Kromstraat 4, 4631 KH Hoogerheide 0164 672049, www.bwiwoensdrecht.nl

Steunpunt Mantelzorg Bergen op Zoom: Vraagwijzer, Jacob Obrechtlaan 5, 4611 AP Bergen op Zoom, 0164-299491, www.mantelzorgboz.nl

Steunpunt Mantelzorg gemeente Steenbergen: Vraagwijzer, Fabrieksdijk 6, 4651 BR Steenbergen, 0167-750850

Tips voor het overdragen van de zorg

Draag je als mantelzorger de zorg tijdelijk over aan een ander? Dan spelen er mogelijk vragen door je hoofd als 'zal het wel goed gaan?' of 'wat moet ik allemaal regelen?'. Hieronder vind je tips die je bij de overdracht kunnen helpen.

Verzamel en geef tips

Terwijl je voor je naaste zorgt, bedenkt u waarschijnlijk veel dingen die voor je vervanger belangrijk zijn om te weten. Bijvoorbeeld over de verzorging of het eten. Schrijf deze tips op zodra je eraan denkt en geef ze door aan je vervanger.

Gebruik een checklist

Je kunt de tips ook noteren op een van de checklists die MantelzorgNL heeft opgesteld. Zo vergeet je niets en is de informatie goed terug te vinden. Vooral als je de zorg voor de eerste keer overdraagt, raden wij je deze checklists aan.

Algemene checklist voor de overname van de zorg

Checklist voor de overname van de zorg voor een partner

Checklist voor de overname van de zorg voor een kind

Je vindt deze checklists op: <https://mantelzorg.nl/pagina/voor-mantelzorgers/thema-s/delen-van-de-zorg/vervangende-zorg-voor-mantelzorgers-respijtzorg/tips-voor-het-overdragen-van-de-zorg>

Ga van te voren kijken

Gaat je naaste naar een locatie buitenshuis? Neem dan van te voren samen een kijkje bij deze voorziening. Als je er concreet iets bij kunt voorstellen, wordt het voor jullie beiden makkelijker om je erop voor te bereiden.

Laat weten wat je zoekt

Ga in gesprek met de organisatie waar je de vervangende zorg aanvraagt. Geef duidelijk aan wat de situatie van je naaste is en welke zorg en ondersteuning er nodig is. De organisatie kan dan gericht zoeken naar de persoon of instelling die het beste bij je naaste past.

Wat als degene voor wie je zorgt niet wil?

Het kan lastig zijn om je naaste ervan te overtuigen dat je even tijd voor jezelf nodig hebt. Jouw zorg is immers heel vertrouwd. Maar tijd voor jezelf is uiteindelijk ook goed voor jullie beiden, omdat je zo nieuwe energie opdoet. Laat eventueel een familielid, vriend of huisarts met je naaste praten. Bemiddeling door iemand die je beiden vertrouwt, werkt in veel gevallen goed.



JEUGDWET

Ondersteuning vanuit het CJG of door een professionele organisatie wordt betaald vanuit de Jeugdwet. Sinds 2015 zijn gemeenten verantwoordelijk voor de uitvoering van de Jeugdwet. De kosten worden dus vergoed door de gemeente waar het kind woont.

Centrum Jeugd en Gezin

Misschien heeft u vragen over het opgroeien of de opvoeding van uw kinderen. Bijvoorbeeld over ziektes of opvoeding. Of over problemen thuis. Misschien spijbelt uw kind vaak. Of is er veel ruzie. Het kan ook zijn dat uw kind depressief is. Of dat er verslavingsproblemen zijn.

Wat doen we? Voor wie? En hoe werkt het?

Je kunt bij het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG) terecht met al je grote en kleine vragen over opvoeden en opgroeien. Dit kan altijd zonder doorverwijzing.

Onze aanpak

De jeugdprofessionals sluiten aan op de vragen die er zijn. Soms is een kort traject van enkele gesprekken voldoende. In andere gevallen is het nodig dat een jeugdprofessional een gezin langere tijd ondersteunt of doorverwijst voor bijvoorbeeld onderzoek of intensievere ondersteuning. Wanneer dit het geval is wordt er altijd een gezinsplan opgesteld waarin wordt vastgelegd wat de vraag is en welk traject past bij het komen tot een oplossing. Om ondersteuning op te kunnen starten is altijd toestemming nodig van beiden ouders of gezagsdragers, toestemming wordt gegeven door het gezinsplan te ondertekenen. Vanaf 12 jaar vragen we de jeugdigen ook het gezinsplan te ondertekenen.

Centrum Jeugd en Gezin Steenbergen

Telefoon: 0167-541131

Telefonische bereikbaarheid:

Maandag t/m donderdag van 9:00 tot 12:00 en van 13:30 - 16:30 uur

E-mail: info@cjgsteenbergen.nl

Locatie: Fabrieksdijk 6, 4651 BR Steenbergen

Openingstijden receptie:

Maandag t/m donderdagochtend van 9.00 tot 12.00 uur

Donderdagmiddag van 13.30 tot 16.30 uur



Centrum Jeugd en Gezin Bergen op Zoom:

Telefoon: Maandag t/m donderdag van 9.00 uur tot 17.00 uur en vrijdag van 9.00 uur tot 12.30 uur via 0800-020 04 04 (Gratis)

E-mail: backofficejeugd@bergenopzoom.nl Je krijgt binnen 2 werkdagen een reactie van ons.

Locaties: Het CJG heeft 2 locaties van waaruit de jeugdprofessionals werkzaam zijn. In Bergen op Zoom op Brede school Het Palet en in Halsteren in Ontmoetingscentrum De Wittenhorst. Daarnaast zijn de jeugdprofessionals op bijna alle scholen in de gemeente Bergen op Zoom.

Brede School Het Palet, Frans Halsstraat 25, 4625 BR Bergen op Zoom

Ontmoetingscentrum de Wittenhorst, Lindelaantje 1a, 4661 JK Halsteren

Centrum Jeugd en Gezin Woensdrecht:

Telefoon: 140164 - KIES optie 3 Zorg: Jeugd en WMO

Maandag tot en met donderdag van 8:30-17:00
en vrijdag van 8:30-12:30 uur.

E-mail: zorg@woensdrecht.nl

Locatie: Kromstraat 4, 4631 KH Hoogerheide



De week van de Jonge mantelzorg

Van 3 t/m 9 juni 2019 vindt de Week van de Jonge Mantelzorg plaats.

Waarom deze week?

1 op de 4 jongeren groeit op met zorgen. Ondanks hun belangrijke rol in zorgsituaties worden ze nog vaak vergeten of niet gezien. Met grote gevolgen voor hun zelf én hun omgeving. Met name op school: onderprestatie of overcompensatie, moeilijk aansluiting vinden bij leeftijdsgenoten, extra stressfactoren en groter kans op verzuim.

Mantelzorg Brabantse Wal

Mantelzorg Brabantse Wal zet in op (h)erkenning en bewustwording. De meeste jonge mantelzorgers zien hun gezinssituatie vaak als normaal en hun zorgtaken als vanzelfsprekend. Dit neemt het risico met zich mee dat jongeren zichzelf niet snel herkennen in de term 'jonge mantelzorg'. Daarom probeert Mantelzorg Brabantse Wal jonge mantelzorgers zichzelf te laten herkennen in situaties, in plaats van hen direct aan te spreken als jonge mantelzorg. Dit geldt tevens voor de omgeving: door een jonge mantelzorg te herkennen in de familie, op school of werk kan men er voor de jonge mantelzorg zijn.

Activiteiten

Tijdens de week van de jonge Mantelzorg zullen er op de Brabantse Wal diverse activiteiten georganiseerd worden rondom jongeren en scholen. Houdt hiervoor onze websites en de diverse media in de gaten.



Links voor de doelgroep jonge mantelzorgers

brussenkreetjes.nl

Blog van Jel – voor alle brussen

brusjeblog.nl

Blog van Lisa Hekman

brusjes.nl / bijzonderebroerofzus.nl

Broer of zus met een chronische ziekte, beperking, psychisch probleem of verslaving

jong-zorgen.nl

Webpagina van MantelzorgNL voor jonge mantelzorgers

kopstoring.nl

Voor jongeren die een vader of moeder met psychische of verslavingsproblemen

marokkaans.zorgvoorjeouders.nl

Voor jonge en volwassen mantelzorgers; ook versies voor Creools, Chinees, Hindostaans, -Nederlands en Turks

mindguide.nl

Voor brussen van iemand met een psychisch probleem

mskidsweb.nl

Voor kinderen die meer over MS willen weten

npo.nl/bikkels

Jeugdserie over kinderen die thuis meehelpen om voor iemand te zorgen

Indien onbestelbaar:
Postbus 674, 4600 AR Bergen op Zoom



Mantelzorg Bergen op Zoom

bezoekadres:
Jacob Obrechtlaan 5
4611 AP Bergen op Zoom
0164-299491
info@mantelzorgboz.nl

Marloes Ruffen
Katja Kley
Yvonne van Oers

www.mantelzorgboz.nl

Facebook:
Mantelzorg Bergen op Zoom



Brede Welzijns Instelling Woensdrecht (BWI)

Welzijncentrum K4
Kromstraat 4
4631 KH Hoogerheide

0164-672049

Marga Esser
Lenny Winkel

info@bwiwoensdrecht.nl
www.bwiwoensdrecht.nl



Steunpunt Mantelzorg Steenbergen

Vraagwijzer
Fabrieksdijk 6
4651 BR Steenbergen

0167-750850

Joyce Joosen
0636110898

mantelzorg-stb@wijzintraversegroep.nl
nl
facebook: mantelzorg steenbergen
www.wijzintraversegroep.nl



Samenwerking

Nieuwsbrief Mantelzorg Brabantse Wal is een initiatief van Mantelzorg Bergen op Zoom in samenwerking met Steunpunt Mantelzorg Steenbergen en BWI Woensdrecht. Er wordt gebruik gemaakt van het netwerk met andere organisaties op het gebied van zorg, wonen, onderwijs en welzijn om zo'n breed mogelijke groep mantelzorgers te bereiken.

Relevante informatie

Mocht u als organisatie relevante informatie hebben voor de nieuwsbrief, hetzij activiteiten voor mantelzorgers hetzij andere informatie, neem dan contact op met de redactie van deze Nieuwsbrief (info@mantelzorgboz.nl). De volgende nieuwsbrief wordt in het tweede kwartaal van 2019 uitgebracht.