

speciale
uitgave over
mantelzorg

roerdalenbericht

gemeentenieuws • oktober 2020

Mantelzorgwaardering

Komt u in aanmerking voor de Mantelzorgwaardering? Kijk voor de voorwaarden op www.roerdalen.nl/mantelzorgwaardering. Hier vindt u ook een aanvraagformulier. Aanvragen kan tot en met 31 december 2020.

Respijtzorg

Wordt het u als mantelzorgers even teveel? Draag de zorg dan tijdelijk aan iemand anders over. Dit heet respijtzorg. Meer informatie staat op www.proteion.nl/mantelzorgers/respijtzorg. Of bel mantelzorgconsulent Björn Maessen: 06 52 66 95 65.

Zakboek Financiën

Voor iemand zorgen heeft vaak ook financiële gevolgen. Het Zakboek Financiën biedt mantelzorgers een overzicht van alle belangrijke financiële regelingen én veel tips. U kunt het bestellen via www.mantelzorg.nl.

uitgelicht

Dag van de Mantelzorg: wie gaat u verrassen?

Op dinsdag 10 november is de jaarlijkse, landelijke Dag van de Mantelzorg. Ook de gemeente Roerdalen doet hier weer aan mee. Een mooi moment om iemand die zorgt voor een naaste in het zonnetje te zetten. Hoe u dat doet, leest u in dit artikel.

Wat is mantelzorg

Een mantelzorgers zorgt langdurig en intensief voor een naaste. Dat kan bijvoorbeeld een ouder zijn, een kind, een vriend of een buurvrouw. Ook jongeren kunnen mantelzorgers zijn. Meestal is dat voor een van de ouders. Maar jongeren zorgen soms ook voor een broertje of zusje dat gehandicapt is of psychiatrische zorg nodig heeft. Zorgen voor iemand anders kan mooi zijn, maar soms is het ook zwaar. Mantelzorgers zijn onmisbaar voor degene voor wie ze zorgen.

Attentie

Verdient een mantelzorgers in uw omgeving een schouderklopje? Meld hem of haar dan aan voor de Dag van de Mantelzorg. Op dinsdag 10 november krijgt deze mantelzorgers een leuke attentie. Mantelzorgers die jonger zijn dan 25 jaar krijgen een bioscoopbon. Mantelzorgers ouder dan 25 jaar een tegoedbon voor een van de Roerdalense ondernemers die het initiatief ondersteunen.

Aanmelden

Iemand aanmelden gaat heel eenvoudig. Onderaan deze pagina vindt u een aanmeldkaartje. Knip dit los van de pagina. Op dit kaartje vult u de naam en adres van de mantelzorgers in. Vermeld ook uw eigen naam en een persoonlijke boodschap. Doe het kaartje in een envelop en stuur het naar:

Gemeente Roerdalen

Antwoordnummer 4519, 6077 ZX Sint Odiliënberg

Vrijwilligers bezorgen uw aanmeldkaartje samen met de attentie bij de mantelzorgers. Omdat het kaartje een onderdeel is van de attentie, kunt u iemand niet online aanmelden. Aanmelden kan tot 1 november 2020.

Vragen?

Als u vragen heeft, kunt u contact opnemen mantelzorgconsulent Björn Maessen, telefoon: (0475) 538 888 of 06 52 66 95 65 of via e-mail: bjornmaessen@proteion.nl.



drie vragen aan wethouder Eugenie Cuijpers



De gemeente zet mantelzorgers in het zonnetje. Vertel!

Mantelzorgers doen belangrijk werk. Ik heb echt bewondering voor mensen die intensief voor een ander zorgen, soms dag en nacht. Dat is nogal wat. Tijdens de coronacrisis komt er zelfs nóg meer op hun schouders terecht. Mantelzorgers doen hun werk vaak zonder aandacht voor zichzelf te vragen. We moeten daarom met z'n allen extra goed op hen letten. Ze zijn namelijk onmisbaar voor degene voor wie ze zorgen.

Wat is er voor mantelzorgers?

Omdat de gemeente al die mantelzorgers enorm waardeert, willen wij hen graag wat extra's geven. Daarom doen we mee aan de Dag van de Mantelzorg. Hierover leest u op deze pagina meer. Ook kunnen mantelzorgers weer in aanmerking komen voor de Mantelzorgwaardering. Mantelzorgers die zélf hulp nodig hebben bij het zorgen voor iemand, kunnen terecht bij het Steunpunt Mantelzorg.

Waar vind ik meer informatie

Op www.roerdalen.nl/mantelzorg leest u alles over mantelzorg in Roerdalen.

Aanmelding Dag van de Mantelzorg

Naam van de mantelzorgers

Dhr / mevr.*

Adres

Postcode

Woonplaats

E-mail

Telefoon

Zorgt voor

Partner / Ouder / Kind / Vriend / Broer-zus / Buur*

Is deze mantelzorgers jonger dan 25 jaar?

Ja / Nee*

Naam van de aanbieder

Dhr / mevr.*

Telefoon

Knip dit kaartje los van de pagina.
Stop het in een envelop en stuur het naar:

Gemeente Roerdalen

Antwoordnummer 4510

6077 ZX Sint Odiliënberg

Postzegel niet nodig

*Omcirkelen wat van toepassing is. Graag duidelijk invullen en opsturen vóór 1 november 2020.

actueel

Bent u overbelast als mantelzorgers?

Mantelzorgers kan zwaar zijn. Hoe is dat bij u? Doe de test en beantwoord de volgende vragen:

- ja nee Ik slaap slecht.
 ja nee Ik heb mijn plannen moeten veranderen.
 ja nee De zorg is lichamelijk zwaar.
 ja nee De zorg voor een ander kost al mijn tijd en energie.
 ja nee Ik moet mijn dagelijkse leven aanpassen aan de zorg voor een ander.
 ja nee Het gedrag van degene voor wie ik zorg, maakt me soms van streek.
 ja nee De emotionele band met degene voor wie ik zorg is veranderd.
 ja nee Ik moet ook nog andere dingen doen. Dat lukt vaak niet.
 ja nee Ik heb mijn baan moeten aanpassen aan de situatie.
 ja nee Ik heb financiële problemen.

Kunt u de helft van de vragen met 'ja' beantwoorden? Dan bent u mogelijk overbelast. Het Steunpunt Mantelzorg kan u helpen. Neem contact op met mantelzorgconsulent Björn Maessen, telefoon: (0475) 538 888 of 06 52 66 95 65 of via e-mail: bjornmaessen@proteion.nl.

speciale
uitgave over
mantelzorg

roerdalenbericht

gemeentenieuws • oktober 2020

Handige informatie

Bent u mantelzorger of wordt u geholpen door een mantelzorger? Dan is er veel handige informatie te vinden op internet. Kijk maar eens op www.regelhulp.nl, www.mantelzorg.nl en www.rijksoverheid.nl.

Registreren als mantelzorger

Bent u mantelzorger? Registreer u dan bij het Steunpunt Mantelzorg. Dat is bijvoorbeeld nodig om de mantelzorgwaardering te kunnen ontvangen. Neem contact op met Björn Maessen via (0475) 538 888 of bjornmaessen@proteion.nl.

Facebookpagina

Op de Facebookpagina Mantelzorg Roerdalen vindt u nieuws dat voor u als mantelzorger interessant kan zijn. Verder vindt u er tips, ervaringen van andere mantelzorgers en meer. Blijf op de hoogte door de pagina te liken.

uitgelicht

Mantelzorger, hoe gaat het met u?

Voor iemand zorgen kan mooi zijn, maar ook zwaar. Een mantelzorger die nauwelijks tijd voor zichzelf heeft, loopt het risico overbelast te raken. Het Steunpunt Mantelzorg kan helpen dit te voorkomen.

Ondersteuning

"En hoe gaat met u? Dat wordt aan een mantelzorger niet snel gevraagd. Meestal gaat de aandacht uit naar degene die ziek is," zegt mantelzorgondersteuner Björn Maessen van het Steunpunt Mantelzorg. "Maar een mantelzorger is soms wel 24 uur per dag met zorgen bezig. Dat is zwaar! Het Steunpunt Mantelzorg biedt praktische én emotionele steun.

Denk aan informatie en advies over voorzieningen, regelingen of financiële zaken. Maar u kunt ook bellen als u uw verhaal kwijt wilt. Kan ik u zelf niet helpen? Dan kan ik als lid van het Sociaal Team overleggen met bijvoorbeeld een wijkverpleegkundige of een jongerenwerker."



Contact

U kunt Björn Maessen van het Steunpunt Mantelzorg bereiken via 06 52 66 95 65 of bjornmaessen@proteion.nl. Een bezoek aan huis of in het gemeentehuis is mogelijk.

drie vragen aan Sjra Wolters uit Posterholt



Voor wie zorgt u?

Ik zorg voor mijn vrouw. Zij heeft een zenuwziekte waardoor ze moeilijk beweegt en spreekt.

Hoe heeft het Steunpunt Mantelzorg Roerdalen u geholpen?

Toen mijn vrouw ziek werd, was ik opeens mantelzorger. Ik wist toen nog niet dat er allerlei hulp en ondersteuning voor mantelzorgers is. Ik had hier nooit eerder mee te maken gehad. Bij het Steunpunt Mantelzorg Roerdalen werd ik goed geïnformeerd over praktische zaken. Ik ben blij dat ik dat niet helemaal alleen heb hoeven uitzoeken.

Hoe gaat het nu?

Ik weet nu welke regels en voorzieningen er allemaal zijn en waarvoor ik ergens kan aankloppen. Ik vind het fijn dat ik het Steunpunt Mantelzorg altijd kan bellen als dit nodig is. Dit geeft mij een gerust gevoel. Zo kan ik mijn aandacht helemaal richten op de zorg voor mijn vrouw.

in beeld

Mantelzorgers gratis verzekerd via Vrijwilligerspolis

Tijdens het zorgen voor iemand kan wel eens een ongelukje gebeuren. Dan is het belangrijk om goed verzekerd te zijn. De gemeente Roerdalen heeft een pakket collectieve verzekeringen afgesloten: de Vrijwilligerspolis. Hiermee zijn alle vrijwilligers gratis en goed verzekerd. Dat geldt ook voor mantelzorgers. Kijk voor meer informatie op onze website: www.roerdalen.nl/vrijwilligersverzekering.



KLEIN
GELUK
uit roerdalen

Een persoonlijke boodschap van mij voor jou:

