

Nieuwsbrief

voor mantelzorgers

gemeente Horst a/d Maas

2



In deze uitgave

Respijtzorg

Onafhankelijke cliëntondersteuning

Medicijnen mee op reis

Jonge mantelzorgers

Financiële gevolgen bereiken 18 jaar

Reis- en annuleringsverzekering

Even zorgvrij om de accu weer op te laden

Zorgen voor elkaar is een belangrijk goed. Langdurig zorgen voor iemand kan intensief zijn. Soms is het goed om de zorg even over te dragen om tijd te hebben voor uzelf. U kunt zo de accu weer opladen. Het helpt om de zorg ook op lange termijn vol te houden en overbelasting te voorkomen. Goed voor u zelf, maar ook voor degene waarvoor u zorgt. Tijdelijke overname van zorgtaken wordt ook wel respijtzorg genoemd. Meer hierover vindt u in deze nieuwsbrief.

Informatiekaarten

U kunt bij het Steunpunt Mantelzorg terecht voor informatiekaarten over diverse onderwerpen die voor mantelzorgers van belang zijn. U kunt hierbij denken aan: Tips en adviezen voor mantelzorgers, mantelzorg en respijtzorg, werk & mantelzorg, hoe bereid ik me voor op een vraagverhelderingsgesprek, signaleringskaart jonge mantelzorg en tips voor professionals over mantelzorg. U kunt deze informatiekaarten ook terug vinden op www.synthese.nl.

Respijtzorg

Respijtzorg is het tijdelijk overdragen van zorg, ook wel vervangende zorg genoemd. Het heeft als doel de mantelzorg even vrijaf te geven. Door deze adempauze kan de mantelzorg de zorg langer volhouden en zorgvrager kan langer thuis blijven wonen.

Respijtzorg kent vele vormen. De zorg kan **tijdelijk, gedeeltelijk of geheel** overgenomen worden van de mantelzorg.

Dit kan **incidenteel** zijn, bijvoorbeeld tijdens een vakantie. Maar het kan ook **structureel** zijn, bijvoorbeeld twee dagen per week opvang op een zorgboerderij, of een weekend per maand naar een logeeropvang. Of een gezamenlijke vakantie, waarbij iemand de zorgtaken volledig van u overneemt zodat u samen kunt ontspannen.

Respijtzorg kan gegeven worden door mensen uit uw netwerk of vrijwilligers, maar ook door professionals. Soms volstaat een paar uurtjes opvang door een vrijwilliger of iemand uit uw netwerk. Anderen kiezen voor opvang door een organisatie of voor dagbesteding. Welke zorg u kiest, hangt af van uw wensen en de wensen van degene voor wie u zorgt. In Horst aan de Maas zijn er veel initiatieven die

u kunnen ondersteunen. Voor professionele opvang is meestal een indicatie nodig. U kunt hiervoor terecht bij het Gebiedsteam van de gemeente Horst aan de Maas. Ook zijn er zorgverzekeraars die vervangende mantelzorg (deels) vergoeden. Kijk hiervoor in uw ziektekostenpolis.

Voor meer informatie kunt u terecht bij het Steunpunt Mantelzorg, waar ook een informatiegids over respijtzorg voor jeugd in de regio verkrijgbaar is.

Meer informatie

respijtwijzer.nl ● mezzo.nl ● allegoedsvakanties.nl ● autismezorgkameleon.nl ● bijbieszonder.nl ● buddyzorglimburg.nl ● handenin huis.nl ● helpendehanden.nl ● hetvakantiebureau.nl ● logeerhuiskapstok.nl ● proteion.nl ● ouderenfonds.nl ● sgl-zorg.nl ● susonar.nl ● synthese.nl ● vptz-noordlimburg.nl ● wauwspeciaalvoorjou.nl ● zonnebloem.nl ● zorgboeren.nl.

Weetjes

Mezzo mantelzorglijn

Als mantelzorger kunt u altijd met vragen of voor een luisterend oor terecht bij de Mantelzorglijn van Mezzo, de landelijke vereniging voor mantelzorgers. Zij zijn op werkdagen van 09.00-16.00 uur telefonisch bereikbaar via tel. 0900-20 20 496. Buiten genoemde openingstijden wordt u doorverbonden met Sensoor. U kunt uw vraag ook per mail stellen via mantelzorglijn@mezzo.nl.

Molenveldhuis

Deze kleinschalige woonzorglocatie van Dagelijks Leven aan de Gebr. van Doornelaan in Horst biedt 20 mensen met geheugenverlies 24 uur per dag zorg op maat. Mensen met dementie of alzheimer kunnen hier wonen zoals thuis, in een prettige en vertrouwde omgeving dicht bij familie en vrienden. Meer informatie: www.dagelijks-leven.nl.

Mantelzorgmakelaar

Als mantelzorger kunt u te maken krijgen met vele regelingen en papieren die met deze regelingen samenhangen. Vaak dient u vragenlijsten in te vullen om een regeling of voorziening aan te vragen. Om u te helpen met het invullen van de formulieren zijn er mantelzorgmakelaars. Wilt u weten of u in aanmerking kunt komen voor hulp van een mantelzorgmakelaar, kijk dan eens in uw polis van de ziektekostenverzekeraar. Vele ziektekostenverzekeraars vergoeden hulp van een mantelzorgmakelaar in een aanvullend verzekeringspakket. Meer info: www.mantelzorgmakelaar.nl.

Zorgwetten in eenvoudige taal

KansPlus heeft een brochure uitgegeven waarin de zorgwetten Wmo, Jeugdwet, Wlz en zorgverzekeringswet in eenvoudig Nederlands worden uitgelegd. Via www.kansplus.nl kunt u deze brochure gratis downloaden.

Onafhankelijke cliëntondersteuning

Als mantelzorger kunt u (gratis) gebruik maken van onafhankelijke cliëntondersteuning bij het voorbereiden en het voeren van een vraagverheltingsgesprek. Dit kan handig zijn als u het lastig vindt om grenzen te stellen of voor uzelf op te komen. Maar ook als u het moeilijk vindt om uw verhaal te doen, als uw naaste bij het gesprek aanwezig is.

U kunt een cliëntondersteuner inschakelen vóórdat het keukentafelgesprek plaats vindt. U bespreekt dan wat u kunt verwachten van dit gesprek en wat u kunt doen om het gesprek voor te bereiden. Maar ook hoe eerlijk u kunt zijn over uw eigen situatie, maar wel respectvol voor uw naaste die de zorg nodig heeft.

De cliëntondersteuner kan tips geven, bijvoorbeeld wat u kunt doen als u het niet eens bent met de uitkomst van het gesprek.

In de praktijk blijkt soms dat een vraagverheltingsgesprek niet nodig is en een andere route meer zinvol is. Een cliëntondersteuner is onafhankelijk, dat wil zeggen dat hij of zij niet kan beslissen over de zorg die toegewezen wordt. De cliëntondersteuner kan een professional of een vrijwillig ouderenadviseur van de KBO zijn. Meer informatie hierover krijgt u via www.horstaandemaas.nl en uw Steunpunt Mantelzorg.

Medicijnen mee op reis verklaring

Gaat u op reis met een medicijn of middel dat onder de Opiumwet valt? Dan moet u een officiële verklaring aanvragen bij het CAK, dat de ingevulde verklaring in opdracht van het ministerie van VWS beoordeelt. Deze verklaring neemt u dan mee in uw handbagage.

Of uw medicijn onder de Opiumwet valt, kunt u aan uw arts of apotheker vragen. In pijnstillers kan bijvoorbeeld een stofje zitten, dat op de Opiumlijst staat.

Tips:

- Maak kopieën van alle belangrijke documenten, zoals het paspoort/identiteitsbewijs, medicijnenpaspoort, bankpassen en andere belangrijke documenten. Maak ook foto's met uw telefoon. Zo heeft u altijd alle gegevens bij de hand. Handig voor als u iets verliest of niet het originele document wilt inleveren bij een hotel.
- Zet één maand voor het begin van uw vakantie een herinnering in uw agenda. Zo bent u ruim op tijd voor de aanvraag van een verklaring en medicijnenpaspoort.

- Neem altijd de **originele verpakking** mee op reis. Dat is handiger als de douane een onderzoek doet. Of voor de buitenlandse dokter.
- Check of u via uw zorgverzekeraar een **EHIC-kaart** hebt, dit is een Europese Gezondheidskaart. Mocht u tijdens uw vakantie medische zorg nodig hebben, dan weet de dokter dat uw Nederlandse zorgverzekeraar de zorgkosten vergoedt. Zo hoeft u zelf geen geld voor te schieten. Wel zo'n fijn idee!



Voor meer informatie of het aanvragen zie www.hetcak.nl en www.ehic.nl.

*Mantelzorg is van ons allemaal
je bent het,
je wordt het,
of je hebt er (straks) een nodig*



Eén op de vijf kinderen is jonge mantelzorger. Mantelzorg kan voldoening geven en een sterkere familieband opleveren, maar kan ook stress of een zorgtekort opleveren. Veel kinderen laten hun eigen klachten en zorgen niet duidelijk merken. Zij willen hun ouders niet met nog meer problemen opzadelen en vinden het lastig om hulp te vragen.

Mantelzorger? Het is gewoon mijn zusje!

Op school maakte ze een werkstuk over het syndroom van Down. Jill was ervaringsdeskundige omdat haar zusje het syndroom van Down heeft. Omdat Jill (17 jaar) het vanzelfsprekend vindt om haar zusje Ilse (15 jaar) te helpen wanneer dat nodig is, vindt ze de term 'mantelzorger' niet op zichzelf van toepassing. "Ik voel me geen verzorger. Ik ben gewoon haar oudere zus".

Geen plicht, maar vrijwillig. Omgaan met Ilse, samen met haar ouders en haar jongste zusje (11 jaar). "Ik weet niet beter, vertelt Jill. "Het is altijd zo geweest". En ze doen het samen. Haar ouders, maar ook opa, oma, een oom en een tante springen soms bij als dat zo uitkomt. Daar gaat Ilse ook soms logeren. Bovendien is er soms dagopvang bij De Noabere. Daar gaat ze twee keer per maand een weekend logeren. Allemaal activiteiten die heel natuurlijk zijn ontstaan en waar Ilse zich prettig bij voelt.

In 2012 is het hele gezin op vakantie geweest. Dolfijntherapie voor kinderen met een beperking. Dat is therapie die beloond wordt via contact met dolfijnen. Een prachtige ervaring, vertelt Jill. "Ilse heeft daar zoveel geleerd. Ze ging met sprongen vooruit, bijvoorbeeld op het gebied van spreken". Zelf heeft Jill er ook veel geleerd. "Ilse is rechtuit en goudeerlijk. Van die openheid en eerlijkheid leer ik ook". Omgaan met haar zusje is voor Jill dus heel gewoon. Ze merkt wel dat het voor de buitenwereld niet altijd even vanzelfsprekend is.

Door haar ervaringen met de eigen familie merkt Jill dat omgaan met andere kinderen met een beperking gemakkelijker is. Jill: "Kinderen met het syndroom van Down hebben duidelijke uitleg nodig. Je moet ze geïnteresseerd houden. En bij een eerste contact kun je ze het beste niet meteen aanspreken, maar eerst even kijken waar hun interesse op dat moment ligt".

In 2015 is Jill al ooit geïnterviewd. Een 'jonge mantelzorger' werd ze in het artikel genoemd. "Ik voel me geen mantelzorger, maar blijkbaar wordt dat zo genoemd. Het zij zo. Ik vind dat je mantelzorg niet als een verplichting kunt zien. Een baby heeft hulp nodig, die kan het niet zelf. Als je zelf hulp nodig hebt, wil je ook dat anderen je helpen. Doe gewoon alsof het je beste vriend is".

Een mooie afsluitende zin, uitgesproken door 'een jonge mantelzorger' die zich geen mantelzorger voelt, maar het gewoon wel is. Vanzelfsprekend.

Gastlessen op scholen over 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 vanwege een lichamelijke of psychische ziekte, handicap of verslaving. Via workshops op het Dendron- en Citaverdecollege, verzorgd door een jongerenwerker en een mantelzorgondersteuner van Synthese, willen we leerlingen bewust maken van de zorgende en sociale rol die zichzelf of hun medeleerlingen kunnen hebben. We maken jonge mantelzorgers bewust van hun situatie en hoe ze hiermee om kunnen gaan. En we laten anderen inzien wat ze voor leeftijdsgenoten met een zorgtaak thuis kunnen betekenen.

Mantelzorger laat geld liggen

Mantelzorgers lopen extra risico om in financiële problemen te komen. Zij kunnen aanspraak maken op diverse vergoedingen. Maar weinig mensen zijn hiervan op de hoogte. Uit een onderzoek van Mezzo blijkt dat slechts 12% bij het uitkiezen van een zorgverzekering op de mantelzorgvergoedingen let. Wie wél verzekerd is, declareert de kosten vaak niet, omdat men niet weet waarop ze recht hebben, of tegen beperkende voorwaarden aanlopen. Ook is het niet duidelijk voor welke zaken zij bij de gemeente of zorgverzekeraar moeten zijn.

- De **basisverzekering** vergoedt o.a. ergotherapie en psychotherapie.
- Daarnaast zijn er vergoedingen vanuit de **aanvullende verzekering**, zoals cursussen voor mantelzorgers, de mantelzorgmakelaar en tijdelijke opvang of vervangende zorg. Wat u kunt declareren hangt van uw verzekering af.
- Gemeenten zijn verantwoordelijk voor het ondersteunen en waarderen van burgers. Elke gemeente vult dit op haar eigen manier in. Sommige gemeenten vergoeden reiskosten voor mantelzorgers in de bijstand, voor voordelig parkeren in de buurt van uw hulpvrager of voor een OV-begeleidingskaart. Meer informatie hierover krijgt u bij het Wmo-loket van uw gemeente.

De Zonnebloem

Mevr. Knippenbergh is mantelzorger voor haar man, en ze zijn samen met De Zonnebloem op vakantie geweest. "De vakantie met de Zonnebloem was geweldig! Een goede organisatie met een fijn team hulpverleners, die de zorg volledig van mij overnamen. Ik mocht niets! Een hele week lang alleen maar ontspannen, heerlijk lachen en eten. Ik ben helemaal opgeknapt. Het korte lontje is weg. Het is weer helder in mijn hoofd en ik ben zelfs tot rust gekomen".

Financiële gevolgen bij bereiken van 18-jarige leeftijd

Als je 18 jaar wordt, ben je voor de wet volwassen. Dat houdt in, dat er verschillende regelingen veranderen en dat je voor de wet meerderjarig, dus 'beslissingsbevoegd' bent. Daarom moeten een aantal zaken vroegtijdig geregeld worden, soms al ruim vóór het bereiken van de 18-jarige leeftijd.

Veranderingen bij meerderjarigheid:

- De uitkering van de **kinderbijslag** en/of de dubbele kinderbijslag vanuit de voormalige **TOG-regeling** stopt;
- Je valt niet meer onder de onder **ziekttekostenverzekering** van je ouder(s) en je moet deze zelf vroegtijdig afsluiten. Mogelijk heb je recht op **zorgtoeslag**, een bijdrage in de kosten van de zorgverzekering (www.belastingdienst.nl/jongeren);
- Als de zorg met een **persoonsgebonden budget (PGB)** wordt ingekocht, wordt de 18-jarige zélf budgethouder, tenzij wettelijke vertegenwoordiging (mentor, bewindvoerder of curator) geregeld is. Mogelijk moet er dan ook een eigen bijdrage worden betaald, dit verschilt per gemeente;
- Bij een **Wiz-indicatie** wordt vanaf de 18-jarige leeftijd een eigen bijdrage gevraagd, die door het CAK berekend wordt (www.hetcak.nl);
- **Wajong** (Wet werk en arbeidsondersteuning jonggehandicapten) moet tijdig worden aangevraagd (www.rijksoverheid.nl/wajong);

- Zolang je nog op de middelbare school zit, kun je een **tegemoetkoming scholieren** aanvragen. MBO-ers van 18 jaar of ouder krijgen **studiefinanciering** (www.duo.nl);
- Vanaf 18 jaar kun je een beroep doen op bepaalde **tegemoetkomingen** (www.toeslagen.nl);
- Indien de jongere in een instelling woont, worden **waskosten** in rekening gebracht;
- **Rechtsbescherming** wordt geadviseerd en denk ook aan andere **verzekeringen**. Vaak ben je meeverzekerd bij je ouders, maar als je op jezelf gaat wonen ben je vaak niet meeverzekerd. Denk bijv. aan een inboedel- of reisverzekering.

Verder: vanaf 18 jaar heb je **stemrecht**. Vraag een **DigiD** aan (www.digid.nl). En je ontvangt een **donorformulier**, dat ingevuld moet worden geretourneerd.

Informatie:

- www.berekenuwrecht.nl • www.cvz.nl
- www.rechtspraak.nl • www.rijks-overheid.nl • www.regelhulp.nl
- www.uwv.nl/toeslagen.

Reis- en annuleringsverzekering

Mezzo heeft samen met Allianz Global Assistance een Reis- en een Annuleringsverzekering samengesteld, speciaal voor mantelzorgers.

Stel u moet uw vakantie annuleren, omdat de persoon voor wie u zorgt toch niet de zorg kan krijgen die u van te voren had georganiseerd. Bijvoorbeeld omdat uw moeder toch niet bij de zorginstelling terecht kan, waar ze tijdelijk zou verblijven. Of als de zorgprofessional door omstandigheden de zorg niet kan overnemen.

Met de **Mantelzorg Annuleringsverzekering** kunt u uw vakantie in dat geval kosteloos annuleren.

Maar ook als de zorg wegvalt als u al op reis bent, helpt de **Mantelzorg Reisverzekering** u om naar huis te komen. De terugreis naar huis wordt voor u en uw gezin geregeld. Daarnaast krijgt u de volledige reissom vergoed en bent u goed verzekerd als u te maken krijgt met ziekte, ongeval of diefstal tijdens uw vakantie.

Meer informatie: www.mezzo.nl en www.allianz-assistance.nl.

Routes voor scootmobielen en rolstoelen

Alle routes voor scootmobielen en rolstoelen zijn ook geschikt voor fietsers, maar niet alle fietsroutes zijn geschikt voor scootmobielen en rolstoelen. Paaltjes, versmallingen en onverharde paden op fietsroutes kunnen een onneembare barrière voor hen vormen. Inmiddels komen er steeds meer toeristische routes, speciaal voor gebruikers van scootmobielen en rolstoelen.

Ook bieden veel restaurants, cafés, fietsenwinkels en bezienswaardigheden tegenwoordig oplaadmogelijkheden voor elektrische voertuigen aan. Meer informatie krijgt u via www.mijnscootmobiel.nl, het lokale VVV-kantoor of de Gehandicaptenraad.

Waar ben je?

Veel mensen met jongere kinderen of met naasten met dementie, alzheimer en/of epilepsie schaffen voor hen een GPS tracker aan. Hierdoor weet u via uw telefoon, computer of tablet altijd waar iemand is. Op de tracker zit een SOS-knop, waarmee een alarmwaarschuwing kan worden gegeven. Met de tracker kan ook worden gebeld met een van de voorgeprogrammeerde telefoonnummers.

Sommige trackers zijn ook nog voorzien van valdetectie, voor mensen met bijv. epilepsie. Of er kan een zone worden ingesteld, zodat u bericht ontvangt als die zone wordt verlaten. De trackers zijn verkrijgbaar in verschillende modellen en prijsklassen. Let er bij de aanschaf op dat het apparaatje compact en niet te zwaar is, niet te ingewikkeld in gebruik is en of uw naaste ermee overweg kan, de knoppen gemakkelijk te bedienen zijn en of u een abonnement of een prepaid-telefoonkaart moet aanschaffen.

Nieuws

Vooraankondiging cursus 'Omgaan met dementie'

In het najaar van '18 vindt in Horst een cursus voor familieleden plaats over 'Omgaan met dementie'. Deze zal worden verzorgd door Hulp bij dementie en vindt plaats bij Synthese. In de volgende nieuwsbrief volgt meer informatie hierover.

Activiteitenmiddag voor slechtziende ouderen

Op de 1^e en de 3^e dinsdag van de maand is er in Blerick een activiteitenmiddag voor slechtziende ouderen uit de hele regio. Deelnemers kunnen kaarten, knutselen, spelletjes doen of gewoon gezellig een praatje maken. De middag is van 14.00-16.00 uur in ontmoetingsruimte De Hoëskamer van de Ruysdonck in Blerick. De kosten zijn € 5 per maand.

Info: Miep Kuepers (tel. 077 - 382 37 89) en Lidia Korenblik (tel. 06 - 10 63 58 06).

Opvang kinderen met een beperking tijdens zomervakantie

Tijdens de zomervakantie zijn de scholen minimaal 6 weken gesloten. De meeste ouders kunnen niet zo maar de hele zomervakantie vrij nemen bij hun werkgever, om op hun kind(eren) te passen. Dan is het goed om te weten dat er ook organisaties zijn, die in de vakantieperiode professionele dagbesteding (begeleiding groep), logeeropvang en/of vakantiecampen voor kinderen/jongeren met een beperking uit Horst aan de Maas organiseren. De activiteiten worden aan de diverse leeftijdsgroepen en interesses van de kinderen aangepast. Kijk voor het aanbod en verdere informatie op www.bijbiezonder.nl en www.wauwspeciaalvoorjou.nl.

van het Steunpunt Mantelzorg

SamenUitBus

Met de SamenUitBus kunnen senioren en mensen met een beperking gaan winkelen met leeftijdsgenoten en gezellig op stap gaan. Ontmoeting en contacten leggen is een belangrijke doelstelling. De uitstapjes zijn in Horst zelf, maar ook andere plaatsen en bezienswaardigheden in de regio worden bezocht.

Op www.samenuitbus.nl vindt u het programma en meer info.

Iedereen kan meedoen!

Op zaterdag 2 juni '18 wordt er van 10.00 tot 17.00 uur een mobiliteitsdag georganiseerd door de Burger Advies Raad in de Mértal in Horst. De dag is bedoeld voor chronisch zieken en gehandicapten. Er worden doorlopend demonstraties gegeven, rolstoeltrainingen, aangepast tennis, rolstoel-, rollator- en zitdansen, etc. Ook zijn er diverse stands aanwezig met hulpmiddelen en interessante informatie.

Alzheimer Café Horst

- **Een gezonder brein dankzij een gezondere leefstijl?**
Maandag 4 juni '18.
- **Wat kan muziek voor u betekenen?**
Maandag 2 juli '18.
- Elke 1^e maandag van de maand is er een **inloop** voor mensen met dementie, hun partners, familie, vrienden, hulpverleners en andere belangstellenden.

Deze activiteiten vinden plaats van 19.30 - 21.30 uur (ontvangst vanaf 19.00 uur) bij Mikado, Deken Creemersstraat 56, Horst. De toegang is gratis.

Nieuws

van het Steunpunt Mantelzorg

Wandelen voor + met mantelzorgers

Op dinsdag 19 juni en 16 juli '18 worden er twee wandelingen georganiseerd door Mary van der Linde van Happiness in Progress voor mantelzorgers in Horst aan de Maas en Venray. Ontspanning, genieten van de natuur, een luisterend oor en verbinding staan centraal. De wandelingen zijn in de Schadijkse bossen en Breehei. Er wordt om 10 uur gestart met koffie/thee en lekkers. De wandeling duurt tot circa 12.30 uur. Kosten: € 3,00 per wandeling.

Meer informatie en aanmelding via info@happinessinprogress.nl of tel. 06-18 04 13 46.

Cursus 'Blijf in balans'

Wegens vele aanmeldingen vindt er nog een cursus 'Blijf in balans' plaats. U krijgt handreikingen aangeboden en kunt ervaringen en tips uitwisselen. Thema's die aan de orde komen zijn: keuzes maken, hoe zorg je voor meer energie en grenzen stellen.

De cursus vindt plaats op woensdag 6 + 13 juni en op 4 juli '18 van 19.00-21.00 uur bij Synthese in Venray. Voor meer informatie en aanmelding kunt u contact opnemen met het Steunpunt Mantelzorg.

Contactgroep Mantelzorg

Elke 3^e dinsdag van de maand komt een groep mantelzorgers bijeen om ervaringen met elkaar te delen.

De bijeenkomst is van 9.30 - 11.30 uur en vindt plaats bij Synthese, Bommelstraat 2 in Horst.

U bent van harte welkom!

Lezing en dialoogbijeenkomsten 'Loslaten is anders leren vasthouden'

Mantelzorgers hebben dagelijks te maken met verlies en verdriet. Bijvoorbeeld een naaste die dementierend wordt, niet meer van een ziekte herstelt, of naar een verpleeghuis moet. Je rouwt niet om dát wat weg is, maar om dát wat er elke dag weer is en elke dag anders kan zijn. Het zijn steeds dezelfde gevoelens en emoties rondom het 'loslaten' waar professionals, mantelzorgers en hun naasten voor komen te staan. De vraag is steeds: "Hoe kun je hiermee omgaan?"

In samenwerking met Zorg Verandert organiseert het Steunpunt Mantelzorg op **4 juni '18** van 13.30-16.30 uur in De Kemphaan te Venray een **lezing** over 'Loslaten, hoe om te gaan met verlies en verdriet'. Professor Manu Keirse uit Leuven zal dit thema op inspirerende en prikkelende wijze presenteren.

Als vervolg op de lezing zijn er **2 dialoogbijeenkomsten**, waar u ervaringen rond dit thema met andere belangstellenden en professionals kunt delen:

- op **21 juni '18** van 14.00-16.00 uur bij Synthese, Bommelstraat 2 in Horst aan de Maas;
- op **27 juni '18** van 13.30-15.30 uur bij Synthese, Leunseweg 51 in Venray.

Deelname is kosteloos.

U kunt zich voor de lezing aanmelden via info@synthese.nl of via tel. 077 - 397 85 00, o.v.v. 'verder in gesprek' + uw locatiekeuze.

Bereikbaarheid Steunpunt

Steunpunt Mantelzorg Horst aan de Maas

Synthese

Anja Damhuis,
mantelzorgondersteuner

T: 077 - 397 85 00

E: mantelzorghorst@synthese.nl

I: www.synthese.nl

synthese
thuis in je wijk

Facebook

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

Gebiedsteams Horst aan de Maas

Voor al uw vragen op het gebied van ondersteuning bij werk, inkomen en zorg kunt u bij de gemeente terecht. Dit geldt ook voor individuele ondersteuning van mantelzorgers. De gemeente is van maandag t/m vrijdag van 8.00 -17.00 uur telefonisch bereikbaar via tel. 077 - 477 97 77. Om een goed beeld te krijgen van uw situatie, stelt de medewerker u een aantal vragen. Zo nodig wordt er een vraagverhelderend gesprek gepland met een medewerker van het gebiedsteam. Voor meer informatie verwijzen wij u naar de website www.horstaandemaas.nl.

Colofon

Deze nieuwsbrief is een uitgave van Steunpunt Mantelzorg Synthese in opdracht van de Gemeente Horst a/d Maas

Bommelstraat 2

5961 HN Horst

T: 077 - 397 85 00

E: info@synthese.nl

I: www.synthese.nl

Redactie: Anja Damhuis – Synthese; Yolanda Holleman

Opmaak: Yolanda Holleman

Aanmelden / afmelden

Mantelzorgers en professionals kunnen zich aanmelden voor deze gratis nieuwsbrief bij het Steunpunt Mantelzorg of via Synthese.

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