



ONDERSTEUNING MANTELZORG MOOK EN MIDDELAAR

Maasstaete 114
6585 CE Mook
✉ maasduinen@synthese.nl
☎ 024 8909480

Mantelzorgmakelaar: José Wijnhoven

Synthese voert in opdracht van de gemeente Mook en Middelaar het ouderenwerk, het jongerenwerk, het maatschappelijk werk en de ondersteuning aan mantelzorgers uit. U kunt gratis gebruik maken van de diensten van Synthese

De Steunpunten Mantelzorg van Synthese werken nauw samen met andere Steunpunten Mantelzorg in de regio en met de Vrijwillige Thuishulp.
Zie ook: www.synthese.nl. Oktober 2009



ONDERSTEUNING MANTELZORG MOOK EN MIDDELAAR

*Zorg je voor een ander?
Zorg dan ook goed voor jezelf!*

betrokken
professioneel
resultaatgericht
samenwerken
energiek
onafhankelijk

WAT IS MANTELZORG?

Mantelzorg is het langdurig en onbetaald verlenen van zorg aan een zieke naaste. Deze naaste kan een partner, kind, ouder of vriend(in) zijn. Deze onbetaalde en vaak uit nood geboren zorg heet mantelzorg. Mantelzorg is vaak langdurig, intensief en van alle leeftijden. Ook jongeren en kinderen kunnen mantelzorger zijn. Lang niet alle mantelzorgers zijn zich bewust van de taken die zij op zich nemen. Misschien bent u zelf wel mantelzorger!

Door het regelwerk dat bij deze zorgtaken komt kijken, hebben veel mantelzorgers steeds minder tijd voor hun eigen agenda. Bovendien kost het geven van mantelzorg veel energie en is de emotionele druk hoog. Dit vergroot de kans op overbelasting, waardoor mantelzorgers soms zelf ziek worden.

Mantelzorgers in Mook en Middelaar kunnen een beroep doen op het steunpunt mantelzorg en de diensten van de mantelzorgmakelaar.

WAT DOET HET STEUNPUNT MANTELZORG VOOR U?

De mantelzorgmakelaar

Er komt als mantelzorger veel op u af. Zorgen voor de ander en allerlei regeltaken. Het kan dan moeilijk zijn ook goed voor jezelf te zorgen. Soms kunt u wel wat steun gebruiken. In dat geval kunt u bij de mantelzorgmakelaar terecht die in een persoonlijk gesprek, desgewenst bij u thuis, met u uw situatie bespreekt.

De mantelzorgmakelaar kan u tips geven om de zorg vol te houden of juist even op een goede manier uit handen te kunnen geven. Zij kent het hulpaanbod in de regio en kan u daarmee in contact brengen of zo nodig voor u bemiddelen. De mantelzorgmakelaar kent de wettelijke regelingen die het

gemakkelijker maken om werk en zorg te combineren. Zij kan u daarover gericht informeren en adviseren. De mantelzorgmakelaar kan hulp bieden bij regeltaken, kent de mogelijkheden voor respijtzorg en kan een rol spelen bij het opzetten van contact met lotgenoten.

Informatie en dienstverlening

Het Steunpunt Mantelzorg biedt naast persoonlijke hulp ook andere mantelzorgondersteuning. Dit gebeurt veelal in regionale samenwerking met andere steunpunten. U kunt daarbij denken aan de organisatie van verwen-middagen voor mantelzorgers; de organisatie van thema- en informatiebijeenkomsten; aandacht voor projecten van jonge mantelzorgers; de organisatie van contactgroepen Mantelzorg; zorgdragen voor de mantelzorg nieuwsbrief. Het Steunpunt Mantelzorg brengt de situatie van mantelzorgers onder de aandacht bij de gemeente, het publiek en andere belangenorganisaties. Door

het in kaart brengen van vragen en problemen waarmee mantelzorgers zich tot het Steunpunt Mantelzorg wenden en door jaarlijks in november het thema mantelzorg een week lang centraal te zetten in activiteiten en publiciteit.

Waar kunt u terecht?

Op werkdagen kunt u het Steunpunt Mantelzorg bij Synthese in Mook en Middelaar bereiken telefonisch of per e-mail. Van 9 uur tot 10 uur is een medewerker beschikbaar tijdens het open spreekuur voor informatie en advies. Eenvoudige informatie (tips, adressen, folder) kan vaak direct gegeven worden.

Voor uitgebreidere advisering en hulp kunt u een afspraak maken met de mantelzorgmakelaar, José Wijnhoven. Deze dienstverlening is gratis.