



Mantelzorg in De Wolden

Wanneer u bij de zorg
voor een ander wel wat steun
kunt gebruiken...

SAMEN WERKEN AAN SAMENWERKEN

Mantelzorg in De Wolden

Wanneer u bij de zorg voor een ander wel wat steun kunt gebruiken... dan is er het Contactpunt Mantelzorg en de mantelzorgconsulent.

Ons team

Het Contactpunt Mantelzorg (CPM) bestaat uit:

- *Coördinator CPM:* uw eerste aanspreekpunt als u ons benadert.
- *Mantelzorgconsulent:* deze medewerker ondersteunt u op alle terreinen waarop u problemen kunt ondervinden: de sociaal-emotionele kant van het zorgen, respijt van de zorg, afstemming met professionele zorgverleners en/of vrijwilligers, de combinatie zorg en werk, de financiële gevolgen en het wonen. Naast individuele ondersteuning (helpen bij zoek- en regelwerk) organiseert en begeleidt de mantelzorgconsulent groepsactiviteiten.
- *Vrijwilligers Contactpunt Mantelzorg:* een groep mensen uit uw dorp of omgeving. De vrijwilligers helpen u op weg, verwijzen door en sporen mantelzorgers op. De vrijwilligers worden gecoacht door de coördinator CPM.

Het Contactpunt Mantelzorg:

- *Behartigt de belangen van mantelzorgers in gemeente De Wolden:* dit gebeurt door contacten te leggen en te onderhouden met mantelzorgers en knelpunten zichtbaar te maken en waar mogelijk door te verwijzen.
- *Spoort mantelzorgers op:* veel mensen blijken nog niet te weten wat 'mantelzorg' inhoudt en welke mogelijkheden voor

Mantelzorg, wat is dat?

Mantelzorg is iemand langdurig en intensief hulp bieden. Meestal aan mensen uit je eigen omgeving, bijvoorbeeld een gezinslid, familieleden, buren of kennissen.

Mantelzorg is bijvoorbeeld de zorg voor een zieke partner, een gehandicapt kind met een beperking of een hulpbehoevende ouder.

Ook mensen met psychiatrische beperkingen of beperkingen door een verslaving hebben vaak hulp nodig. Zonder dat u het misschien beseft, kunt u dus mantelzorg zijn.

Vaak vinden mantelzorgers hun werk 'vanzelfsprekend'. Het gaat immers veelal om hulp aan mensen die je kent. Maar vanzelfsprekend of niet: zorgen voor een ander, gedurende langere tijd, kost veel energie. Een steun in de rug kan de mantelzorg dus zeker gebruiken.

Wanneer naar het Contactpunt Mantelzorg?

Maakt u zich zorgen om degene die u helpt? Ervaart u knelpunten rond bijvoorbeeld de bereikbaarheid, beschikbaarheid of levering van zorg? Of wilt u weten waar en hoe u het beste aanvragen kunt indienen voor allerlei (hulp)middelen? Voor deze en al uw andere vragen over mantelzorg kunt u contact met ons opnemen. Wij helpen u graag!

ondersteuning er zijn. Wij helpen door hen te informeren over de werkwijze en de bereikbaarheid van het Contactpunt Mantelzorg of de mantelzorgconsulent.

- *Organiseert activiteiten:* bijvoorbeeld bijeenkomsten waar mantelzorgers lotgenoten kunnen ontmoeten en thema-bijeenkomsten waar elke keer een bepaald onderwerp wordt uitgediept.

Alleen ga je sneller,
samen kom je verder.

Mantelzorgondersteuning

Mantelzorg overkomt je en als mantelzorgger heeft u het dan ook niet altijd makkelijk. Bij de mantelzorgconsulent kunt u uw verhaal kwijt en om hulp vragen.

De mantelzorgconsulent weet alles van zaken die voor mantelzorgers van belang zijn en ondersteunt u met informatie, advies en begeleiding zodat u de zorgtaken zo goed mogelijk kunt uitvoeren.

Tijdens een gesprek met de mantelzorgconsulent komt bijvoorbeeld aan de orde hoe u de zorg voor de zieke ervaart, of u extra hulp - bij de zorg of het regelen van zaken - nodig heeft (bijvoorbeeld van een zorgvrijwilliger) of dat u graag contact wil met lotgenoten via een gespreksgroep. Maar ook een cursus over het verlenen van zorg om overbelasting te voorkomen, kan een oplossing zijn.

Kosten

Onze dienstverlening is gratis. Ook het bijwonen van themabijeenkomsten en andere activiteiten kost u niets.

Lotgenotencontact

Lotgenotencontact is belangrijk voor veel mantelzorgers. Het Contactpunt Mantelzorg organiseert een aantal activiteiten waar mantelzorgers elkaar in een ontspannen sfeer kunnen ontmoeten.

Themabijeenkomsten

Naast een vooraf gekozen thema rond mantelzorg staat het contact en het uitwisselen van ervaringen met andere mantelzorgers centraal. Het Contactpunt Mantelzorg organiseert - samen met andere organisaties - ook themabijeenkomsten speciaal voor mantelzorgers én zorgvrijwilligers.

Dag van de Mantelzorg

Elk jaar organiseren wij in november een Dag van de Mantelzorg voor alle mantelzorgers in gemeente De Wolden. Tijdens deze dag worden de mantelzorgers in het zonnetje gezet en bedankt voor hun bijzondere werk.

CONTACT OPNEMEN

Wij willen dat iedereen die voor iemand in zijn of haar omgeving zorgt, ondersteuning kan krijgen. Hulp vragen kan bij:



Jannie Schuring, coördinator CPM
0528-37 86 86 / 06-23 70 24 43
(ma, di, do en vrij van 9.00-17.00 uur)
jannieschuring@welzijdewolden.nl



Gerrie de Roo, mantelzorgconsulent
0528-37 86 86 / 06-12 38 47 87
(ma, di en do van 9.00-17.00 uur)
gerriederoo@welzijdewolden.nl

MEER WETEN?

Neem dan contact met ons op.
Wij zijn op werkdagen (9.00-17.00 uur)
telefonisch bereikbaar. Of kijk voor meer
informatie op onze website.

Welzijn De Wolden

Postbus 2
7920 AA Zuidwolde
0528-37 86 86
info@welzijndewolden.nl
www.welzijndewolden.nl

ONZE LOCATIES

Ontmoetingscentrum De Boerhoorn

Oosterweg 14
7921 GB Zuidwolde

Ontmoetingscentrum De Havezate

Dorpsstraat 78
7957 AW De Wijk



LIKE ONS OP FACEBOOK



VOLG ONS OP TWITTER

WWW.WELZIJNDEWOLDEN.NL



Hulp nodig?
Bel of mail
Jannie Schuring
of Gerrie de Roo