

Steunpunt Mantelzorg KRV overhandigt eerste exemplaar nieuwe mantelzorggids aan Wethouder Mostert

Tijdens een bijeenkomst voor mantelzorgers op 13 januari jl., georganiseerd door Topaz Overduin, overhandigde mantelzorgconsulente Annabel Gerritsen het eerste exemplaar van de mantelzorggids aan Wethouder Mostert.

Als mantelzorgers heb je soms een hoop te verwerken. Om de zorg goed te kunnen blijven doen, moet je als mantelzorgers dus niet alleen goed voor je naaste zorgen, maar zeker ook voor jezelf.

Met deze gids hopen wij u als mantelzorgers hiermee op weg te helpen. Hij staat vol met informatie over professionele hulp, vrijwilligersorganisaties, regelingen, vergoedingen en handige websites waar u hulp of informatie kunt vinden.

Alle geregistreerde mantelzorgers ontvangen deze gids per post. Wilt u deze gids ook ontvangen, registreert u zich als mantelzorgers bij het Steunpunt. De gids staat online op onze website www.mantelzorgsteunpunt.nl.



Wethouder Mostert en Annabel met de Mantelgids

Mezzo verheugd met uitstel 'mantelzorgboete'

Staatssecretaris Jetta Klijnsma van Sociale Zaken stelt haar plan voor de kostendelersnorm een jaar uit. In het publieke debat heet de regel de 'mantelzorgboete'. Het plan om mensen te korten op de AOW als ze met hun kinderen samenwonen, was sterk omstreden. Ook een groot aantal partijen in de Eerste Kamer had zich al kritisch uitgelaten. Deze maand zou het plan in de Eerste



Kamer worden besproken. Mezzo krijgt steeds meer bezorgde telefoontjes van families. Uit angst voor een korting op het basispensioen blazen zij hun plannen om een ouder in huis te nemen af. Sommige ouders en kinderen die al samenwonen vrezen de kosten niet meer

op te kunnen brengen. De maatregel wordt als onrechtvaardig ervaren, als een straf, een belemmering.

Steunpunt Mantelzorg is een onderdeel van  WELZIJNSKWARTIER

Voorwoord

Met elkaar

Zorgen voor de ander, dat doe je gewoon... maar soms is een beetje steun meer dan welkom.

Mantelzorgers bieden zorg aan iemand met wie ze een persoonlijke band hebben. Daarbij gaat het niet om alledaagse zorg, zoals bijvoorbeeld voor een gezond kind. Mantelzorgers verlenen vaak langdurige en intensieve zorg. Juist omdat mantelzorg uit liefde wordt gegeven, is het moeilijk om grenzen te stellen wanneer het te veel wordt. Toch is dat wel belangrijk. Als u als mantelzorger voor uzelf zorgt, kunt u de zorg voor de ander ook beter volhouden

Veel inwoners van de gemeente Katwijk hebben op dit moment te maken met een of andere vorm van mantelzorg. Zowel de ouders voor de kinderen, de kinderen voor de ouders als ook de naaste omgeving voor elkaar.

In onze gemeente zijn honderden mantelzorgers actief die op geen enkele wijze in de spotlights staan maar gewoon zorg hebben voor de ander en deze belangeloos helpen. Dit gaat in heel veel gevallen goed en kan jarenlang standhouden. Op een ge-



*Annabel Gerritsen
mantelzorg consulente*

ven moment echter, sluipend, verandert de situatie en begint de mantelzorger zelf kopje onder te gaan, waar kun je terecht met je vragen? Er zijn verschillende verenigingen en stichtingen actief maar welke past er bij jouw eigen situatie?

Juist in deze tijd waarin er veel meer op het bordje van de mantelzorger komt te liggen en een overheid die terugtreedt, is het de mantelzorger die meer en meer in beeld komt. Gelukkig hebben wij in Katwijk het Steunpunt Mantelzorg voor deze groeiende groep waar zij met al hun verscheidenheid aan vragen en zorgen terecht kunnen. Wat absoluut voorkomen moet worden is dat u als druk bezette mantelzorgers van het kastje naar de muur wordt gestuurd, u heeft

al zorgen genoeg en moet juist ontzorgd worden. Het Steunpunt mantelzorg kan u advies geven, een luisterend oor bieden, organiseert bijeenkomsten voor lotgenoten, en kan u helpen bij het zoeken naar vervangende zorg als u eens weg wilt.

De groep mantelzorgers zal de komende jaren alleen maar groter worden en iedereen in de samenleving raken; mantelzorgers zijn of worden wij allemaal! Kent u nog mantelzorgers in de Gemeente Katwijk? Wilt u hem/haar dan op ons Steunpunt attenderen?

Rabobank wederom sponsor dag van de mantelzorg

Op dinsdag 2 juni j.l. ontvingen wij van de Rabobank Katwijk het feestelijke nieuws dat zij ook dit jaar De Dag van de Mantelzorg willen sponsoren. Met deze financiële bijdrage zijn wij wederom in staat om een geweldige middag te kunnen organiseren voor onze mantelzorgers.

De middag gaat plaatsvinden op zaterdag 8 november in de Voorhof te Rijnsburg dus reserveer



deze middag alvast in uw agenda. Al onze geregistreerde mantelzorgers ontvangen hier tweede week september over bericht. Aanmelden is dus nog niet mogelijk. Verder hebben Heemskerk Flowers uit Rijnsburg en Hoogenboom Ravelli relatiegeschenken uit Katwijk ook toegezegd een bijdrage te willen

leveren. Kent u nog sponsors vraag dan of zij contact met ons op willen nemen.



Steunpunt Mantelzorg KRV organiseerde succesvolle themabijeenkomst Mantelzorg en omgaan met dementie

In samenwerking met Topaz Overduin organiseerde het Steunpunt KRV op woensdag 26 maart jl. een themabijeenkomst voor mantelzorgers met als thema mantelzorg en dementie. Dementie kenmerkt zich onder andere door een in stoornis in het geheugen, in de spraak, besef van tijd, karakter, gedrag of stemming. Als veel van deze problemen tegelijk voorkomen en zodanig zijn dat ze het functioneren in het dagelijkse leven belemmeren, spreken we van dementie. Quirine de Ruiter, psycholoog vertelde over de verschillende vormen van dementie. Corrie van Dijk, maatschappelijk werker, vertelde over hoe je als mantelzorger moet omgaan met dementie, hoe je het evenwicht kan behouden en over het verloop van het rouwproces. Verder was er voldoende ruimte om nog persoonlijke vragen te stellen. De aanwezige mantelzorgers gaven aan dat



het fijn is om zo contact te hebben met lotgenoten. Topaz Overduin wil in de tweede helft van dit jaar starten met het organiseren van een lotgenotencontactgroep voor mantelzorgers en het thema dementie. Heeft u interesse laat dit ons dan weten.

OPROEP aan alle mantelzorgers

Samen zorgen, hoe kunnen we u daarbij helpen?

U zorgt voor uw partner, kind, broer of zus of andere belangrijke relatie. Voor u misschien heel vanzelfsprekend en door uw naaste zeer gewaardeerd.

Uw taak is van groot belang en wordt ook door de overheid gewaardeerd, zoals ook blijkt uit de aandacht voor het begrip Participatiesamenleving. Het zal u ook niet ontgaan zijn met de nieuwe wet WMO 2015 dat er steeds meer een beroep gedaan zal worden op de mantelzorg.

Maar hoe kunt u dit goed vol blijven houden? En hoe krijgt u ondersteuning als de zorg zwaarder wordt of veel langer duurt dan vooraf misschien gedacht? Misschien zoekt u naar hulp, of wilt u leren hoe u andere zorgtaken kunt uitvoeren.

Hoe bent u voorbereid op de nieuwe ontwikkelingen, waarin de gemeente verwacht dat u de lichtere zorgtaken zelf blijft doen?

Als verpleegkundige van Curadomi Thuiszorg ben ik

betrokken bij een werkgroep waarin wij ons als organisatie bezinnen op de huidige ontwikkelingen in de gezondheidszorg.



Belangrijk hierin is een goede afstemming van de zorg rond de cliënt. Binnen de werkgroep hou ik me specifiek bezig met de vraag hoe wij, als verpleegkundigen, de mantelzorgers kunnen helpen om voor hun familielid of buur te zorgen. Zodat we samen sterker kunnen zijn!

Wij zijn erg benieuwd hoe u tegen deze ontwikkelingen aan kijkt. Ook zijn we benieuwd hoe we u nu het beste kunnen helpen. Wat heeft u nodig? Waar zou u graag ondersteuning bij willen? Kunnen wij u helpen om te zorgen?

We horen graag van u,

Nicoline Kraijenoord, Verpleegkundige Curadomi Thuiszorg, Tel: 06-13695684

Email: n.kraijenoord@leliezorggroep.nl



Warme Mantel van het Steunpunt Mantelzorg KRV was geslaagd!

Afgelopen woensdag 21 mei organiseerde het Steunpunt Mantelzorg KRV een gezellige contactmiddag, genaamd de Warme Mantel, voor mantelzorgers in de Voorhof te Rijnsburg.

Het doel van deze middag was om in contact te komen met andere mantelzorgers die langdurig zorgen voor een familielid, vriend of buur.

Bij binnenkomst werd er koffie of thee met wat lekkers geserveerd en heette mantelzorgconsulente Annabel Gerritsen de aanwezigen mantelzorgers van harte welkom. Hierna gingen wij aan de slag met twee groepen. De eerste groep ging onder begeleiding van Lies van Beelen aan de slag om een kaart te maken. Zij konden kiezen uit allerlei kaarten voor bijzondere gelegenheden. De volgende groep werd onder begeleiding van Sandra Bolten, stapsgewijs opgemaakt en konden hierna zelf aan de slag. De mantelzorgers gaven aan zeer te hebben genoten van deze ontspannen middag en gingen tot in de puntjes verzorgd en met een mooi kaart weer naar



huis. Wilt u ook soortelijke bijeenkomsten bijwonen van het Steunpunt Mantelzorg KRV meld u zich bij ons aan. Wij sturen u dan een informatiepakket toe.

Handen-in-Huis

Al eens gedacht aan de inzet van de landelijk werkende organisatie Handen-in-Huis? Deze richt zich op de 24-uurs vervanging van de vaste mantelzorgers van thuiswonende zorgvragers.

Door deze vervanging kan de mantelzorgers met een gerust hart op vakantie gaan. Ook kan de zorg worden ingezet indien de vaste mantelzorgers voor een geplande opname naar het ziekenhuis moet.

De periode van de vervanging is minimaal 3 dagen (2nachten), terwijl het maximum aantal dagen afhankelijk is van de wens van de zorgvrager/mantel-

zorgers en de bekostiging door hun zorgverzekeraar; de meeste zorgverzekeraars vergoeden deze kosten. De vervanging wordt op basis van vrijwilligheid gerealiseerd met de inzet van mantelzorgvervangers. Zij krijgen hiervoor een bepaalde vergoeding. Wilt u meer weten over Handen-in-Huis, kijk dan op www.handeninhuis.nl of neem contact op via (030) 659 09 70 of info@handeninhuis.nl.

Op dit moment zijn wij druk bezig om onderwerpen en sprekers te regelen voor de bijeenkomsten voor 2015. Heeft u als mantelzorgers een specifiek onderwerp waar u graag over geïnformeerd zou willen worden laat ons dit dan weten!



Xenia, het eerste hospice voor jongeren van 16 tot 35 jaar

Zaterdag 5 april j.l. is onze mantelzorgconsulente naar de open dag geweest van Xenia, het eerste hospice voor jongeren met een leeftijd die kan variëren van 16 tot 35 jaar. Zij bieden jongeren en jong volwassenen met een beperkte levensverwachting een thuis. Een hospice voor deze doelgroep is de eerste in Nederland en bevindt zich in een schitterend nieuw pand aan de Kloosterpoort 4 in Leiden.

Overbruggingszorg

Wanneer er geen genezing meer mogelijk is, maar de jongere om uiteenlopende redenen nog niet uit het ziekenhuis naar huis kan, bestaat de mogelijkheid dat de jongere vanuit het ziekenhuis doorverwezen wordt naar het hospice, zodat hij of zij in een prettige, huiselijke omgeving kan verblijven, waarbij de nodige specialistische verzorging geboden kan worden.

Respijtzorg

Dit is de zorg voor een ernstig zieke cliënt ter ondersteuning van de thuissituatie. Er kan sprake zijn van een langdurig ziekteproces, waarbij er veel van degene die de cliënt in de thuissituatie verzorgen gevraagd wordt. Daarom is het fijn als tussentijds de zorg tijdelijk wordt overgenomen op een plek 'dichtbij thuis', door gespecialiseerde professionals en vrijwilligers. Deze tijdelijke ondersteuning heeft als wenselijk doel dat de jongere de laatste zorg in zijn eigen thuissituatie kan ontvangen van degene die hij of zij daarvoor uitkiest.

Terminale zorg

De inhoud van deze zorg sluit aan bij de individuele behoeften en mogelijkheden van de jongere en zijn of haar familie en vrienden. Het voorbereiden op en het leren omgaan met het naderende einde



staan hierbij centraal, zodat de jongere op een voor hem / haar passende manier het leven hier kan afronden. Nazorg voor de naasten is een essentieel onderdeel van deze zorg.

Het gebouw gelegen aan de Kloosterpoort in Leiden is prachtig geworden en telt 6 gastenkamers. De kamers zijn ca. 25 m2 groot teneinde goed te kunnen wonen. De kamers beschikken, naast sanitaire voorzieningen, over een pantry met koelkast en koffiezetapparaat, een televisie, snel internet, een (hooglaag) bed, een tafel met stoelen en een fauteuil (met leeslamp) en een kledingkast met kluisje. De grote schuifpui in de woon/eetkeuken geeft toegang tot de ruimte onder de boom en de tuin. Verder is er een gemeenschappelijke badruimte met speciaal ligbad. De gemeenschappelijke badkamer is voorzien van afbeeldingen door de Leidse kunstenares Barbara van Druuten.

Meer info kijk op de website www.xeniahospice.nl of mail naar info@xeniahospice.nl tel.:06-53812739

Mantelzorg actief op Facebook

Wilt u altijd actueel op de hoogte zijn van al het nieuws over het Steunpunt?

Zoek ons op Facebook onder Steunpunt Mantelzorg Rijnsburg, en voeg ons toe!



Wat gaat er veranderen voor mensen die gebruikmaken van zorg uit de AWBZ of de WMO?

Vanaf 2015 vergoedt de AWBZ alleen de zwaarste, langdurige zorg. De gemeente regelt dan lichtere vormen van zorg via de WMO. En sommige zorg gaat over naar de zorgverzekering.

De Tweede Kamer heeft ingestemd met het wetsvoorstel voor de veranderingen in de WMO. De geplande ingangsdatum is 1 januari 2015, nadat het wetsvoorstel is aangenomen door de Eerste Kamer. Als u nu AWBZ-zorg of WMO-zorg krijgt

Verblijft u nu in een AWBZ-instelling? Dan verandert er niets voor u. Ontvangt u thuis AWBZ-zorg? Dan verandert er in 2014 nog niets. Maar vanaf 2015 worden de gemeenten deels verantwoordelijk voor wat nu AWBZ is. De meeste gemeenten zullen zo veel mogelijk maatwerk bieden. Ze kijken dan naar uw behoefte en uw eigen mogelijkheden. Als u in de toekomst zorg nodig heeft

De AWBZ is vanaf 2015 alleen voor mensen die echt niet langer thuis kunnen wonen. Dat betekent dat u zo lang mogelijk thuis ondersteuning krijgt.

U komt pas in aanmerking voor verblijf in een AWBZ-instelling als dat echt nodig is. Bijvoorbeeld als de hulp via de gemeente en zorgverzekeraar niet meer toereikend is. U blijft dus langer zelfstandig

wonen, met ondersteuning en zorg thuis. En met meer hulp vanuit uw eigen sociale netwerk.

Als uw partner AWBZ-zorg of WMO-zorg krijgt
Heeft uw partner nu een plaats in een AWBZ-instelling? Dan verandert er niets. Krijgt uw partner nu Wmo-zorg, zoals huishoudelijke hulp? Dan bepaalt de manier waarop uw gemeente met Wmo-zorg omgaat, of er iets verandert vanaf 2015. Gemeenten gaan meer maatwerk leveren. De gemeente houdt daarbij zoveel mogelijk rekening met uw behoeften en (financiële) mogelijkheden.

Als uw moeder of vader AWBZ-zorg of Wmo-zorg krijgt
Heeft uw vader of moeder een plaats in een AWBZ-instelling? Dan verandert er niets. Maar ontvangt hij of zij zorg uit de Wmo, zoals huishoudelijke hulp? Dan bepaalt de manier waarop uw gemeente met Wmo-zorg omgaat, of er iets verandert vanaf 2015. Gemeenten gaan meer maatwerk bieden. De gemeente houdt daarbij zoveel mogelijk rekening met uw behoeften en (financiële) mogelijkheden. Bij het verschijnen van deze nieuwsbrief gaf de Gemeente Katwijk aan u hierover de komende tijd te informeren via de lokale media.

Bron: Rijksoverheid

Nieuwe formule in zorgaanbod: Topaz Revitel!

U wilt in een aangename omgeving revalideren of herstellen? Of om andere redenen tijdelijk elders zorg ontvangen en van alle gemakken voorzien zijn? In beide gevallen bent u aan het juiste adres bij Topaz Revitel. Geen ziekenhuis, geen verpleeghuis, maar een bijzonder viersterren revalidatie- en zorghotel: het eerste hotel in Leiden dat u comfort en zorg biedt. Topaz Revitel biedt ook in andere situaties tijdelijke zorg met alle comfort. Bijvoorbeeld wanneer uw mantelzorger niet voor u kan zorgen (door vakantie of ziekte). Maar ook



TOPAZ

als u door lichamelijke klachten even niet zelfstandig thuis kunt wonen. Of om op te knappen na een ziekenhuisopname. Voor verblijf in Topaz Revitel gelden dezelfde vergoedingen die uw zorgverzekering of de AWBZ anders voor uw zorg en behandeling zouden betalen.

Meer informatie: Cliëntservicebureau van Topaz T (071) 4056925 of mail naar csb@topaz.nl adres: Bargelaan 198 te Leiden, naast station Leiden Centraal.



Vooraankondiging wervingsactie

Dit jaar organiseert het Steunpunt Mantelzorg in samenwerking met het Andreas Collega, locatie Rijmond, een wervingsactie voor nieuwe mantelzorgers. Kent u een mantelzorger die nog niet bij ons ingeschreven staat en wilt u hem/haar graag een blijk van waardering in de vorm van smakelijke attentie gunnen? Geef hem/haar dan op bij het Steunpunt Mantelzorg. De mantelzorger krijgt op de kaart te zien van wie deze attentie afkomstig is. Wij kunnen maximaal 60 nieuwe inschrijvingen met een attentie verblijden. De leerlingen zullen de attenties zelf voor u bakken en rondbezorgen na 10 november. Het aanvraagformulier kan vanaf 1 oktober t/m 31 oktober worden aangevraagd en ingeleverd bij het Steunpunt Mantelzorg.

Respijtactiviteiten van OpKracht

Opkracht (www.opkracht.nl) organiseert al meer dan tien jaar arrangementen voor mantelzorgers. De activiteiten zijn gericht op ontspanning, ontmoeting en ontplooiing. Mede door financiële steun van het ministerie van VWS en vele fondsen is Opkracht er in geslaagd dit aanbod gestaag uit te breiden. De respijtactiviteiten worden georganiseerd onder verantwoordelijkheid van Mezzo. Vele duizenden mantelzorgers hebben gebruikgemaakt, en baat gehad,

van het veelzijdige aanbod. Bent u mantelzorger en aanvullend verzekerd, kijk dan in uw polisvoorwaarden. Steeds meer zorgverzekeraars geven een vergoeding voor mantelzorgarrangementen. Tel.: 0900-7377458

opkracht

**Steunpunt mantelzorg wenst u een fijne zomervakantie toe.
Het steunpunt is gesloten vanaf donderdag 17 juli tot met dinsdag 12 augustus.**

Colofon

Nieuwsbrief Mantelzorg is een uitgave van Steunpunt Mantelzorg Katwijk, Rijnsburg, Valkenburg

Redactie: Team Steunpunt Mantelzorg. Oplage 600 exemplaren

Adres: Hofstraat 13d 2231 CR Rijnsburg. **Telefoon:** 071 760 03 11.

Website: www.mantelzorgsteunpunt.nl **E-mail:** info@mantelzorgsteunpunt.nl

Steunpunt Mantelzorg is een onderdeel van Welzijnskwartier


WELZIJNSKWARTIER

Steunpunt Mantelzorg
Katwijk, Rijnsburg & Valkenburg