

Informatieavond

voor mantelzorgers van mensen met een psychiatrische stoornis

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Eén maal per jaar houdt Labyrint~In perspectief Eindhoven e.o. een informatieavond over vorm en inhoud van de verschillende gespreksgroepen.

WERKWIJZE

Deze bijeenkomst vindt plaats korte tijd voor de aanvang van de gespreksgroepen, afhankelijk van de zomervakantie, in augustus of september. Aanmelden via het bureau of één van de contactpersonen.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Stichting Labyrint~In Perspectief
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	1
Data & tijden	Wisselt per jaar, ca 1,5 uur
Locatie	De Kroon, Kronehoefstraat 21-29, 5612 HK Eindhoven
Kosten	Geen (vrijwillige bijdrage)
Wijze van aanmelden	Bureau: T 040 - 2967778 of Contactpersoon: T 040 - 2438704
Verdere informatie via	Bureau: T 040 - 2967778 of Contactpersoon: T 040 - 2438704

Doorlopende gespreksgroepen

voor mantelzorgers van mensen met een psychiatrische stoornis

soort	vorm	doelgroep
emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Naast kortdurende gespreksgroepen organiseert Labyrint~In perspectief ook doorlopende gespreksgroepen voor familieleden en andere direct betrokkenen van psychiatrische patiënten. Binnen de groepen vindt men er- en herkenning en kan men elkaar ondersteunen. Over ziektebeelden wordt gepraat, maar voorop staat "Hoe is het nu met jou?"

WERKWIJZE

De bijeenkomsten vinden één keer per maand plaats (eerste maandag van de maand). De groepen zijn ingedeeld naar relatie (één partnergroep en één groep voor andere relaties). Aan de hand van thema's (niet vast) praten de deelnemers over wat zij meemaken. Er wordt met "seizoen" gewerkt, van september tot juli, maar het is ook mogelijk om, na een voorafgaand gesprek, in de loop van een seizoen in te stromen. Wel wordt dan verwacht dat men minimaal dat seizoen afmaakt.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Stichting Labyrint~In Perspectief Eindhoven e.o.
Min/max aantal deelnemers	6-10
Aantal bijeenkomsten, duur	Per seizoen 10 keer; ca. 2 uur
Data & tijden	Eerste maandag van de maand van 20.00-22.00 uur
Locatie	De Morgenster, Mercuriuslaan 1b, 5632 EE Eindhoven
Kosten	€ 3,- per avond (aan het begin van het seizoen in één keer te voldoen; latere instromers naar rato)
Wijze van aanmelden	Telefonisch via contactpersoon, T 040 - 2438704 en persoonlijk op informatieavond
Verdere informatie via	Contactpersoon: T 040 - 2438704 of Bureau: Boshdijk 771, 5626 AB Eindhoven T 040 - 2967778, geopend maandag, woensdag en vrijdag

Periodieke informatie

voor mensen met een beperking of chronische ziekte en hun mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

Mantelzorgers hebben behoefte aan veelsoortige informatie, afgestemd op hun situatie.

Naast de mogelijkheden om die informatie zelf op te zoeken is het ook handig om met regelmaat geïnformeerd te worden over bepaalde ontwikkelingen, thema's of activiteiten.

MEE biedt daartoe de volgende mogelijkheden:

- Mailing aan mantelzorgers, met informatie van MEE maar ook van diverse andere relevante organisaties
- Mening, het MEE-magazine met veel informatie rondom thema's, zoals informele zorg, onderwijs, arbeid, vrije tijd, wetten en regelingen e.d.

WERKWIJZE

Voor de mailings kunnen mantelzorgers zich opgeven. Vervolgens wordt met regelmaat (ca. 4x per jaar) diverse informatie toegestuurd over mantelzorg en mantelzorgondersteuning.

Voor 'Mening' kunnen mensen met een handicap of chronische ziekte en hun mantelzorgers zich opgeven. Vervolgens wordt 'Mening' toegestuurd.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	N.v.t.
Data & tijden	Mailing mantelzorgers: 4x per jaar; 'Mening': 4x per jaar
Locatie	N.v.t.
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Mailing: telefonisch, via website of consulent MEE T 040-2140404 I www.meezuidoostbrabant.nl - pagina mantelzorg 'Mening': telefonisch, per mail of via consulent MEE T 040-2140303 (informatiecentrum MEE) E redactiemening@meezuidoostbrabant.nl
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre T 040-2140303 (informatiecentrum MEE)

'Goed Verplaatsen'

voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Soms komt er onverwacht veel bij kijken bij het zorgen voor een ander. Iemand die zorgt voor een partner, (schoon)ouder, kind of goede bekende, kan ook profijt hebben van de kennis en ervaring van medewerkers van ZuidZorg. Een aantal wetenswaardigheden en praktische tips is daarom verzameld binnen de training "Goed Verplaatsen", een korte cursus speciaal voor mantelzorgers.

WERKWIJZE

De cursus bestaat uit drie onderdelen: goed verplaatsen, veiligheid en de weg kennen. De meest voorkomende verplaatsingen komen aan bod zoals:

- iemand begeleiden die moeilijk loopt, met en zonder hulpmiddelen;
- iemand veilig in een (rol)stoel plaatsen;
- iemand hogerop plaatsen in een stoel;
- iemand verplaatsen van rolstoel naar auto en omgekeerd;
- iemand die gevallen is overeind helpen;
- het veilig omgaan met een rolstoel.

Ook worden er tips gegeven over veiligheid tijdens het verlenen van de zorg. Bijvoorbeeld rondom de inrichting van het huis en het creëren van voldoende werkruimte. Bovendien wordt informatie geboden over mogelijke vergoedingen en regelgeving omtrent zorg, hulpmiddelen en woningaanpassing.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	ZuidZorg
Min/max aantal deelnemers	8-12
Aantal bijeenkomsten, duur	3 bijeenkomsten van 2,5 uur
Data & tijden	Jaarlijkse planning; wordt evt. georganiseerd op behoefte/vraag
Locatie	Eén van de kantoren van ZuidZorg
Kosten	€25,-; PuntExtra deelnemers €12,50
Wijze van aanmelden	Via cursusbureau ZuidZorg T 040 - 2308545 I www.zuidzorg.nl
Verdere informatie via	Cursusbureau ZuidZorg T 040 - 2308545 I www.zuidzorg.nl

'Natuurlijk, een netwerk'

voor ouders om een netwerk te bouwen rond een kind met een verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

Hoe bouw je een 'gezond' netwerk rond je kind of familielid met een verstandelijke beperking?

Het sociale netwerk van iemand bestaat uit mensen die belangrijk én vertrouwd zijn voor die persoon.

Veel mensen met een verstandelijke beperking hebben vaak een klein netwerk van familieleden en begeleiders.

De cursus is bedoeld voor ouders en familie van mensen met een verstandelijke beperking.

WERKWIJZE

Tijdens de cursus 'Natuurlijk, een netwerk' leer je hoe je een netwerk in beeld brengt. Daarbij zijn vragen, wensen en uitdagingen van je kind of familielid het vertrekpunt. Er is best moed voor nodig om het initiatief te nemen en mensen uit het eigen netwerk in te schakelen. Met de informatie van de cursus 'Natuurlijk, een netwerk' maak je een plan van aanpak en kun je meteen aan de slag; we gebruiken hierbij een speciaal ontwikkelde cursusmap.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	6-12
Aantal bijeenkomsten, duur	5 bijeenkomsten
Data & tijden	De groep komt eenmaal per 2 weken bij elkaar op een nog nader te bepalen avond
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in De Kempen
Kosten	€ 35,- per ouderpaar
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T.040 -2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl. Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl T 040 - 2140404 Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

Lotgenotencontact

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Praten met mensen die in een vergelijkbare situatie zitten, kan veel steun geven. Door met anderen over de eigen zorgsituatie te praten, ontdekt men niet de enige te zijn met gevoelens van bijvoorbeeld onzekerheid of onmacht. Er is tijd om naar elkaar te luisteren. Herkenning bij elkaar en erkenning van elkaars situatie is een eerste stap om de zorg beter aan te kunnen. Eigen ervaringen kunnen met anderen gedeeld worden. Bovendien kan men van elkaar leren, informatie uitwisselen en anders naar knelpunten gaan kijken.

WERKWIJZE

De lotgenotengroep bestaat uit 8-12 deelnemers en komt één maal per maand bij elkaar. De bijeenkomsten vinden plaats op een vaste dag, duren twee uur en worden begeleid door de mantelzorgconsulent of een speciaal opgeleide ervaringsdeskundige. Bij voldoende aanmeldingen kunnen extra groepen starten. Bij aanmelden graag de voorkeur voor dag aangeven en tijdstip aangeven.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	12
Aantal bijeenkomsten, duur	Maandelijks
Data & tijden	Volgens planning, zie activiteitenfolder
Locatie	De Kroon, Kronehoefstraat 21-29 te Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl i www.mantelzorgverlicht.nl

Ondersteuningsgroep

Voor ex-mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De mantelzorg stopt, hoe nu verder? Een thematische groep voor ex-mantelzorgers die door verdriet en afscheid heen, hun leven op pakken. Door te vertellen over de zorg die zij gegeven hebben, door ervaringen en gevoelens met elkaar te delen wordt het gemis verwerkt. Er wordt een begin gemaakt met het opnieuw vorm geven aan de eigen wensen en behoeften. Deze ondersteuningsgroep kenmerkt zich door actieve inbreng van de deelnemers.

WERKWIJZE

Onder begeleiding van de mantelzorgconsulent komen ex-mantelzorgers acht keer bij elkaar. Deelnemers verbinden zich voor de acht bijeenkomsten.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	Max. 10
Aantal bijeenkomsten, duur	8 bijeenkomsten van 10.00 uur tot 12.00 uur
Data & tijden	Volgens planning, zie activiteitenfolder. Om de 2 weken.
Locatie	De Kroon, Kronehoefstraat 21-29 te Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Workshop 'Betekenis geven aan mantelzorg'

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Tijdens deze workshop wordt ingegaan op de betekenis van mantelzorg verlenen. Heel veel mensen zorgen voor iemand uit hun familie of voor vrienden. Dat doen zij omdat zij dat vanzelfsprekend vinden, uit liefde, omdat het nodig is en soms ook omdat dat van hen verwacht wordt. Het geven van mantelzorg verandert iemands leven vaak drastisch. Zeker als het plotseling gebeurt, duurt het even voor je je realiseert wat de gevolgen van het geven van mantelzorg voor jezelf zijn. Voorheen leek het duidelijk: je was partner, ouder, kind of vriendin. Maar welke betekenis geef je nu aan het verlenen van mantelzorg? Past de rol van mantelzorger bij je? Kun je dat wat van je gevraagd wordt combineren met wat jezelf nodig hebt.

WERKWIJZE

De workshop bestaat uit twee dagen met een tussenpoos van drie tot vier weken. Op de eerste dag wordt toegelicht welke redenen mensen kunnen hebben om mantelzorg te bieden en tegen welke obstakels zij aan lopen. Onderwerpen die aan bod kunnen komen zijn: de positieve kanten van de mantelzorg, bewuste keuzes maken en grenzen stellen. Je krijgt tips en oefeningen mee om daar in de volgende weken actief mee te oefenen. De tweede dag wordt ingegaan op de ervaringen van mensen in de tussenliggende periode. De workshop wordt gegeven door een psycholoog en een mantelzorgconsulent.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	10-12
Aantal bijeenkomsten, duur	Twee dagen van 10.00 uur tot 15.30 uur, inclusief lunch
Data & tijden	De workshop wordt afwisselend met andere thema's in het jaarprogramma van Steunpunt Mantelzorg Verlicht gezet. Zie activiteitenfolder.
Locatie	De Kroon, Kronehoefstraat 21-29 te Eindhoven
Kosten	Eigen bijdrage € 10,-
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Workshop 'Gebeurtenis, gedachte, gevoel...gedrag'

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Voor ieder mens geldt dat gedachtes en gevoelens over een bepaalde gebeurtenis hun gedrag beïnvloeden. Dat kan des te meer opgaan voor mantelzorgers die vaak in een situatie rollen waar zij geen bewuste keuze voor gemaakt hebben. Deze workshop gaat in op de verbanden die mensen leggen tussen dat wat gebeurt, dat wat zij denken en voelen en de effecten ervan op hun gedragingen. Het doel van de workshop is om onderscheid te kunnen maken tussen deze vier G's en daardoor meer controle te hebben over de eigen situatie.

WERKWIJZE

De workshop bestaat uit twee dagen met een tussenpoos van drie tot vier weken. Op de eerste dag wordt toegelicht welke verbanden er zijn en wordt gewerkt aan herkenning van die verbanden in de eigen situatie. Men krijgt tips en oefeningen mee om daar in de volgende weken actief en alert mee om te gaan. De tweede dag wordt ingegaan op de ervaringen van mensen in de tussenliggende periode en wordt de theorie versterkt. De workshop wordt gegeven door een psycholoog en een mantelzorgconsulent.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	10-12
Aantal bijeenkomsten, duur	Twee dagen van 10.00 uur tot 15.30 uur, inclusief lunch.
Data & tijden	De workshop wordt afwisselend met andere thema's in het jaarprogramma van Steunpunt Mantelzorg Verlicht gezet. Zie planning in activiteitenfolder.
Locatie	De Kroon, Kronehoefstraat 21-29 te Eindhoven
Kosten	Eigen bijdrage € 10,-
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Workshop'Ontspannen tegen stress en overbelasting'

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Het geven van mantelzorg verandert iemands leven vaak drastisch. Wanneer de zorgtaak intensief is en lang duurt, bestaat het gevaar dat de mantelzorger te zwaar belast wordt. Tijdens de workshop worden onderwerpen behandeld als: Wat is stress en hoe ga je ermee om? Welke factoren bevorderen of verminderen stress? Herken je stresssignalen? Bewust ontspannen, hoe doe je dat?

WERKWIJZE

De workshop bestaat uit twee dagen met een tussenpoos van drie tot vier weken. Op de eerste dag wordt toegelicht welke verbanden er zijn en wordt gewerkt aan herkenning van die verbanden in de eigen situatie. Men krijgt tips en oefeningen mee om daar in de volgende weken actief en alert mee om te gaan. De tweede dag wordt ingegaan op de ervaringen van mensen in de tussenliggende periode en wordt de theorie versterkt. De workshop wordt gegeven door een psycholoog en een mantelzorgconsulent.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	10-12
Aantal bijeenkomsten, duur	Twee dagen van 10.00 uur tot 15.30 uur, inclusief lunch.
Data & tijden	De workshop wordt afwisselend met andere thema's in het jaarprogramma van Steunpunt Mantelzorg gezet. Zie planning activiteitenfolder.
Locatie	De Kroon, Kronehoefstraat 21-29 te Eindhoven
Kosten	Eigen bijdrag € 10,-
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

'Even de mantel los'

ontspanningsweekend voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Het weekend wordt georganiseerd in samenwerking met Mezzo. Begeleiding is in handen van een professionele trainer van Mezzo en een begeleidster vanuit PuntExtra.

De weekenden worden 2x per jaar georganiseerd, in het voorjaar en najaar (meestal mei en september) in Hotel Conferentiecentrum Boschoord in Oisterwijk en/of Hotel 't Spijker in Ubbergen.

WERKWIJZE

Het weekend is een combinatie van lotgenotencontact, ontspanningsactiviteiten en leermomenten.

Het is de bedoeling dat mantelzorgers op vrijdagmiddag, zaterdag- en zondagochtend deelnemen aan de verschillende programmaonderdelen (hiernaast bestaat ook de mogelijkheid van individueel contact met de begeleiders). De overige tijd is 'vrij te besteden'.

Beide accommodaties liggen in een omgeving die uitnodigt tot een wandeling of fietstocht.

Alles is er op gericht om mantelzorgers even uit de dagelijkse zorgsituatie te halen, zodat ze bij thuiskomst met hernieuwde energie hun zorgtaak weer op zich kunnen nemen.

Het weekend is exclusief voor deelnemers van PuntExtra.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	PuntExtra i.s.m. Mezzo
Min/max aantal deelnemers	12-20
Aantal bijeenkomsten, duur	Weekend van vrijdagmiddag tot zondagmiddag
Data & tijden	Voorjaar en najaar (meestal mei en september); wordt jaarlijks opnieuw gepland
Locatie	Hotel Conferentiecentrum Boschoord in Oisterwijk, Hotel 't Spijker in Ubbergen
Kosten	€ 65,- (all-in prijs met uitzondering van drankjes); deelnemersbijdrage PuntExtra € 16,75 of € 19,- per jaar (afhankelijk van machtiging / acceptgiro)
Wijze van aanmelden	PuntExtra: T 040 - 2308538
Verdere informatie via	PuntExtra: T 040 - 2308538 I www.zuidzorg.nl

Buitenschoolse begeleiding (BSO)

voor kinderen met een ontwikkelingsstoornis of ADHD of autisme

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

Buitenschoolse begeleiding is een gespecialiseerde begeleiding in groepsverband in of vanuit een groepsruimte gericht op persoonlijke ontwikkeling, vrijetijdsinvulling, socialisatie en/of zelfredzaamheid. Hierdoor worden mantelzorgers ontlast.

De begeleiding vindt plaats in dagdelen buiten schooltijd op schooldagen en/of in schoolvakanties (op inschrijving) met uitzondering van feestdagen. De eerste groepen zijn gestart in de Taalbrugschool aan de Leuvenlaan in Eindhoven.

WERKWIJZE

Buitenschoolse opvang biedt opvang en begeleiding aan kinderen en jongeren die (speciaal) onderwijs volgen en extra begeleiding nodig hebben na schooltijd. In een ongedwongen sfeer hebben zij contact met leeftijdsgenoten, ontspannen zij en nemen deel aan individuele- of groepsactiviteiten. BSO biedt een veilige omgeving met de structuur en speciale begeleiding die nodig is. Maaltijden en vervoer (indien hiervoor een indicatie) maken deel uit van deze dienst.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	NOVAZ
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	52 weken per jaar
Data & tijden	De BSO is iedere schooldag geopend van 15 tot 18 uur en op woensdag en vrijdagmiddag van 12 tot 18 uur. Openingstijden worden zoveel mogelijk aangepast per school. Begeleiding tijdens vakanties van 08.45 tot 18.00 uur en gesloten tijdens landelijke erkende feestdagen.
Locatie	Taalbrugschool, Leuvenlaan in Eindhoven
Kosten	ZIN/PGB
Wijze van aanmelden	Je neemt contact op met een medewerker van NOVAZ. Na invullen van het aanmeldformulier en een persoonlijk gesprek worden concrete afspraken gemaakt.
Verdere informatie via	Meer informatie via T 040 - 2646105 I www.novazorg.nl E novazorg@sintmarie.nl

Logeerbegeleiding

voor kinderen met een ontwikkelingsachterstand

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

Logeerbegeleiding is gespecialiseerde begeleiding in groepsverband in of vanuit een leefruimte gericht op persoonlijke ontwikkeling, vrijetijdsinvulling, socialisatie en/of zelfredzaamheid. Hierdoor worden mantelzorgers ontlast. De begeleiding vindt plaats in etmalen (weekenden en weken) tijdens tweewekelijkse of vierwekelijkse weekenden en/of vakanties (op inschrijving).

WERKWIJZE

Logeerbegeleiding biedt opvang en begeleiding aan deelnemers die extra begeleiding nodig hebben tijdens hun vrije tijd. In een ongedwongen sfeer hebben zij contact met leeftijdsgenoten, ontspannen en nemen deel aan individuele- of groepsactiviteiten. Daarnaast wordt geoefend met zelfstandigheid en andere vaardigheden voor persoonlijke ontwikkeling. Logeerbegeleiding biedt een veilige omgeving met de structuur en speciale begeleiding die nodig is.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	NOVAZ
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	26 weken per jaar
Data & tijden	Een weekend duurt van vrijdag 19 tot zondag 16 uur. Een vakantie begint meestal om 10.00 uur.
Locatie	Bungalowpark Groene Heuvels te Ewijk (vervoer vanaf Eindhoven)
Kosten	ZIN/PGB
Wijze van aanmelden	Je neemt contact op met een medewerker van NOVAZ. Na invullen van het aanmeldformulier en een persoonlijk gesprek worden concrete afspraken gemaakt.
Verdere informatie via	Meer informatie via T 040 - 2646105 I www.novazorg.nl E novaz@kentalis.nl

Oppasproject

Voor mantelzorgers van ouderen met dementie

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Eerstelijns instellingen en het Nederlandse Rode Kruis hebben in Eindhoven een vrijwilligersoppasproject opgezet voor dementerende ouderen. Op verzoek van partner of familie komen vrijwilligers een vast dagdeel per week oppassen bij een dementerende oudere. In die tijd kan de mantelzorger er even tussenuit.

WERKWIJZE

U belt naar het Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg en legt uw verzoek om oppas voor. Het Meldpunt helpt u of verbindt u rechtstreeks door met het Rode Kruis.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Nederlandse Rode Kruis
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	nvt
Data & tijden	In overleg
Locatie	Thuisituatie
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Via het centrale Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg T 040-2376983 of Nederlandse Rode Kruis, District Eindhoven en Omstreken, Willem van Konijnenburglaan 6, 5613 DW Eindhoven. T 040-2443311 of eindhoven@redcross.nl
Verdere informatie via	Via het centrale Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg T 040-2376983 of Nederlandse Rode Kruis, District Eindhoven en Omstreken, Willem van Konijnenburglaan 6, 5613 DW Eindhoven. T 040-2443311 of eindhoven@redcross.nl

Palliatieve thuiszorg

Voor mantelzorgers van mensen in de terminale fase van hun ziekte

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	individuele ondersteuning	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Terminale patiënten van de gemeente Eindhoven die binnenkort overlijden en thuis (of vergelijkbaar) verblijven alsmede hun mantelzorgers kunnen praktische zorg en ondersteuning aanvragen. Terminale patiënten kiezen er vaak voor om de laatste fase van hun leven thuis door te brengen. In vertrouwde omgeving en omringd door familie en vrienden. Op waardige wijze in eigen kring afscheid nemen. Veel aandacht, zorg en tijd is dan nodig. De Stichting Vrijwillige Palliatieve Thuiszorg Eindhoven (VPTZ-Eindhoven) biedt door het inzetten van ervaren en geschoolde vrijwilligers praktische en emotionele steun aan de patiënt en zijn/haar naaststaanden (mantelzorgers).

WERKWIJZE

U belt naar het Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg en legt uw verzoek om huisbezoeken voor. Het Meldpunt helpt u of verbindt u rechtstreeks door met VPTZ-Eindhoven. De vrijwilliger is aanwezig met hart en luisterend oor en praktische zorg en aandacht voor de terminale patiënt en diens omgeving. Indien nodig of raadzaam worden tijdelijke mantelzorgtaken overgenomen ter verlichting en ondersteuning van de zorgdragende familie/vrienden.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Stichting Vrijwillige Palliatieve Thuiszorg Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	Op individuele basis
Aantal bijeenkomsten, duur	Afhankelijk van de behoefte van cliënt en cliëntsysteem
Data & tijden	In principe is er een streven naar een 24 uren beschikbaarheid altijd in overleg met coördinerend medewerker
Locatie	Thuisituatie van betrokkenen of vergelijkbaar (Hospice)
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Via het centrale Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg T 040-2376983 of Bureau: Aalsterweg 285c, 5644 RE Eindhoven, T 06-54240625
Verdere informatie via	Via het centrale Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg T 040-2376983 of Bureau: Aalsterweg 285c, 5644 RE Eindhoven, T 06-54240625

Praktische Thuishulp

voor ouders en verzorgers van mensen met een verstandelijke beperking en autisme (ASS)

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De Praktische Thuishulp biedt ondersteuning aan ouders en verzorgers van mensen met een verstandelijke beperking en een autismespectrumstoornis. Afhankelijk van de wensen zijn er verschillende soorten hulp mogelijk:

- passieve/ actieve oppashulp;
- spel/ activiteitenbegeleiding;
- maatje/ bezoekcontact;
- logeerkring (kinderen tot 18 jaar met een beperking logeren in gastgezinnen).

WERKWIJZE

Als je ondersteuning wilt van de Praktische Thuishulp (PTH), kun je contact opnemen met één van consulenten. Vervolgens komt er een contactpersoon uit jouw regio (VG-vraag) of een consulent (vraag op gebied van autisme) bij je op bezoek om je hulpvraag goed door te spreken. Vervolgens gaat de PTH op zoek naar een geschikte vrijwilliger die goed op je hulpvraag in kan spelen. Als een vrijwilliger gevonden is, volgt een kennismakingsgesprek. Na dit kennismakingsgesprek heb je nog een week bedenktijd. Indien je tevreden bent met de vrijwilliger, en deze met jou, volgt de eerste afspraak. De contactpersoon of de consulent van MEE onderhoudt de contacten met je om te horen of alles naar wens verloopt.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Praktische Thuishulp van MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Individuele koppeling tussen hulpvrager en vrijwilliger
Aantal bijeenkomsten, duur	Volgens afspraak, contact tussen vrijwilliger en hulpvrager is langdurig mogelijk
Data & tijden	Volgens afspraak
Locatie	Bij je thuis, eventueel later bij de vrijwilliger thuis in overleg
Kosten	Meestal worden reiskosten vergoed. De Praktische Thuishulp heeft hier richtlijnen voor
Wijze van aanmelden	PTH direct: T 040 -2140373 Centraal telefoonnummer: T 040 -2140404
Verdere informatie via	E pth@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl I www.mezzo.nl

Thuisbegeleiding

Voor mensen met een ontwikkelingsachterstand en/of verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Begeleiding in de thuissituatie voor cliënten met een verstandelijke beperking. Dit houdt in: gespecialiseerde oppas, persoonlijke verzorging en begeleiding van recreatieve activiteiten met als doel het ontlasten van de thuissituatie, het bieden van gepaste begeleiding en eventueel overbruggingszorg.

WERKWIJZE

Er wordt bij de cliënt thuis praktische ondersteuning geboden waarbij taken van ouders en/of verzorgers worden overgenomen. Het kan hierbij gaan om begeleiding en/of persoonlijke verzorging.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Lunet Zorg
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	Op indicatie
Data & tijden	Op afspraak met cliënt
Locatie	Bij de cliënt
Kosten	PGB
Wijze van aanmelden	Het cliëntbureau Lunet Zorg: T 040-2900679 E cliëntbureau@lunetzorg.nl Bezoekadres: Van Vorstenstraat 1A, 5622 CV Eindhoven
Verdere informatie via	Het cliëntbureau Lunet Zorg: T 040-2900679 I www.lunetzorg.nl

Thuisbegeleiding

voor kinderen met een ontwikkelingsachterstand

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18

TOELICHTING

Thuisbegeleiding is een gespecialiseerde en individuele begeleiding in of vanuit de thuissituatie gericht op persoonlijke ontwikkeling, vrijetijdsinvulling, socialisatie en/of zelfredzaamheid. Hierdoor worden mantelzorgers ontlast.

WERKWIJZE

Thuisbegeleiding biedt individuele opvang en begeleiding in of vanuit de thuissituatie. Deze gespecialiseerde begeleiding kun je onder meer inzetten voor:

- Ondersteuning bij de verzorging en opvoeding (gespecialiseerde oppashulp)
- Begeleiding van dagelijkse activiteiten (thuiswerkbegeleiding of samen spelen)
- Begeleiding van persoonlijke ontwikkeling (zoals leren reizen met openbaar vervoer)
- Begeleiding van een zinvolle en leuke vrijetijdsbesteding (zoals sporten of muziek maken)

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	NOVAZ
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	52 weken per jaar
Data & tijden	De begeleiding kan in overleg met de thuisbegeleider op alle dagen en tijdstippen van de week plaatsvinden
Locatie	In of vanuit de thuissituatie
Kosten	ZIN/PGB
Wijze van aanmelden	Je neemt contact op met een medewerker van NOVAZ. Na invullen van het aanmeldformulier en een persoonlijk gesprek worden concrete afspraken gemaakt.
Verdere informatie via	Meer informatie via T 040 - 2646105 I www.novazorg.nl E novaz@sintmarie.nl

Thuis bezoek

Voor mantelzorgers van mensen met een beperking of chronische ziekte

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De Welfare medewerkers van het Nederlandse Rode Kruis bezoeken langdurig zieken, mensen met een handicap, ouderen en eenzame mensen aan huis. Zij komen om een praatje te maken en bieden een luisterend oor. Zij komen ook oppassen wanneer de mantelzorger er eens uit wil of weg moet. Op deze wijze wordt de mantelzorger even ontlast.

WERKWIJZE

U belt naar het Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg en legt uw verzoek om huisbezoeken voor. Het Meldpunt helpt u of verbindt u rechtstreeks met het Rode Kruis.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Nederlandse Rode Kruis, District Eindhoven en Omstreken
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	nvt
Data & tijden	In overleg
Locatie	Thuisituatie
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Via het centrale Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg T 040-2376983 of Nederlandse Rode Kruis, District Eindhoven en Omstreken Willem van Konijnenburglaan 6 5613 DW Eindhoven T 040-2443311 of eindhoven@redcross.nl
Verdere informatie via	Via het centrale Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg T 040-2376983 of Nederlandse Rode Kruis, District Eindhoven en Omstreken Willem van Konijnenburglaan 6 5613 DW Eindhoven T 040-2443311 of eindhoven@redcross.nl

Tijdelijke opname en vakantieopname

Voor ouderen

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	ouderen 65+

TOELICHTING

Tijdelijke opvang (van maximaal 4 weken) of intervalopname (twee etmalen per week of een week per maand) van cliënten die niet zelfstandig kunnen wonen en afhankelijk zijn van hulp van mantelzorg.

Op deze manier wordt het volgende bereikt:

- ontlasting van de mantelzorger (eventueel structureel)
- ontlasting van de mantelzorger zodat er sprake is van een vakantieopname (maximaal 4 weken)
- vanwege het tijdelijk wegvallen van de mantelzorger (bv door een ziekenhuisopname) kan de cliënt maximaal 4 weken logeren
- observatie en screening van de cliënt, met advies en voorlichting naar de mantelzorger
- de juiste woonvorm bepalen, om vervolgens het vervolgtraject te begeleiden (bv naar opname)
- mogelijkheid om kortdurend opgenomen te worden ter overbrugging van een ontslag uit het ziekenhuis naar de thuissituatie.

WERKWIJZE

24 uren opvang

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Vitalis WoonZorg Groep
Min/max aantal deelnemers	10 logeerbedden
Aantal bijeenkomsten, duur	Een kortdurende opname duurt maximaal 4 weken en is afhankelijk van de indicatie
Data & tijden	Het gehele jaar mogelijk
Locatie	Peppelrode, afdeling de Voorde
Kosten	AWBZ en eigen bijdrage
Wijze van aanmelden	CIZ: Op basis van een indicatie wordt kortdurend verblijf of intervalopname verleend
Verdere informatie via	Woonadviseurs van Brunswijck, floormanagement en teamleider.

Zaterdagopvang

voor kinderen met een ontwikkelingsachterstand en/of verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

Binnen de setting van het orthopedagogisch dagcentrum (ODC) in Eindhoven wordt zaterdagopvang geboden aan kinderen met een ontwikkelingsachterstand en/of verstandelijke beperking. Hierdoor worden de verzorgers in de thuissituatie ontlast en hebben de kinderen een leuke en ontspannende zaterdag.

WERKWIJZE

Het Dagcentrum biedt ontspanningsactiviteiten en verzorging in een kindvriendelijke en veilige omgeving met een aangepaste sanitaire ruimte. Daarnaast kan er gebruik gemaakt worden van een afgesloten buitenspeelplaats, snoezelruimte, ballenbak en binnen zandbak.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Lunet zorg
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	Wordt op indicatie vastgesteld
Data & tijden	Zaterdag, 9.30-16.30 uur
Locatie	Dagcentrum Het Koraal in Eindhoven
Kosten	PGB
Wijze van aanmelden	Het Cliëntbureau: Lunet zorg T 040- 2900679 E cliëntbureau@lunetzorg.nl Bezoekadres: Van Vorststraat 1A, 5622 CV Eindhoven
Verdere informatie via	Het Cliëntbureau T 040- 2900679 I www.lunetzorg.nl

Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Vrijwillige thuiszorg wordt in de stad Eindhoven aangeboden door vier organisaties. Iedere organisatie levert vrijwillige thuiszorg aan een bepaalde doelgroep en hun mantelzorgers. Het Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg is het centrale punt waar iedereen die een beroep wil doen op Vrijwillige Thuiszorg zich kan aanmelden. Zij zorgt ervoor dat de hulpvraag bij de juiste organisatie terecht komt. De volgende organisaties maken deel uit van het Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg:

- **Het Rode Kruis Eindhoven**, voor dementerenden en/of hun mantelzorgers.
- **VPTZ** (Vrijwilligers Palliatieve Terminale Thuiszorg), voor mensen die in het laatste levensstadium verkeren en/of hun mantelzorgers.
- **MEE** Zuidoost Brabant, voor kinderen en volwassenen met een verstandelijke beperking en/of een autismespectrum stoornis en/of hun mantelzorgers.
- **De Vrijwillige Hulpdienst**, voor (langdurig) zieken en gehandicapten en/of hun mantelzorgers.

Tijdens de aanwezigheid van de vrijwilliger kan de mantelzorger even tot rust komen of weer toekomen aan de sociale contacten. Bij langdurige hulpinzet kunnen meerdere vrijwilligers ingezet worden. Meestal komt de vrijwilliger op een vast dagdeel in de week. Vrijwillige thuiszorg kan ook worden ingezet wanneer de mantelzorg ontbreekt.

WERKWIJZE

Wil men vrijwillige thuiszorg maar weet niet waar dit aan te vragen? Dan kan je bellen met het Meldpunt en de medewerkers van het Meldpunt zorgen dat de hulpvrager teruggebeld wordt door de (juiste) hulpverlener. Meestal volgt hierna een intake met een coördinator en degene die vrijwillige thuiszorg wenst. Vervolgens wordt er gekeken of er een match gemaakt kan worden met één van de vrijwilligers.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Samenwerkingsverband van Rode Kruis, Vrijwillige Palliatieve Thuiszorg Eindhoven, MEE Zuidoost Brabant en Vrijwillige HULPdienst Eindhoven.
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	nvt
Data & tijden	Meldpunt bereikbaar van ma. t/m do. van 9.00 uur tot 17.00 uur, vrijdag van 9.00 uur tot 13.00 uur.
Locatie	In de thuissituatie.
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg T 040-2376893
Verdere informatie via	Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg T 040-2376893 I www.vtz-eindhoven.nl

Informatiebijeenkomsten

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	groepsactiviteit	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Het Steunpunt Mantelzorg Verlicht organiseert naar behoefte informatiebijeenkomsten voor mantelzorgers en belangstellenden. Het doel van de informatiebijeenkomsten is het geven van inhoudelijke informatie met daarnaast de gelegenheid tot het uitwisselen van ervaringen.

Het Steunpunt organiseert informatiebijeenkomsten over zowel emotionele onderwerpen als over praktische zaken. De onderwerpen worden gebaseerd op vragen vanuit de mantelzorgers en ontwikkelingen in het veld. Mantelzorgers die zelf een vraag hebben voor een bepaald thema, kunnen die doorgeven aan het Steunpunt.

WERKWIJZE

Informatie over het thema wordt gegeven door een professional c.q. inhoudsdeskundige ondersteund door een gastvrouw. Tijdens een informatiebijeenkomst bestaat er altijd de mogelijkheid voor mantelzorgers om met elkaar ervaringen en tips uit te wisselen. Datum, tijd en inhoud van de onderwerpen worden gepubliceerd in M-nieuws, het informatief kwartaalblad voor mantelzorgers en of op de website. Via weekbladen en dagbladen worden de bijeenkomsten aangekondigd.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	Open groep afhankelijk van de belangstelling
Aantal bijeenkomsten, duur	nvt
Data & tijden	
Locatie	Tenzij anders aangegeven: De Kroon, Kronehoefstraat 21-29 te Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Zomerse inloop

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De zomerweken van juli en augustus bieden weinig activiteiten, daarom organiseert het Steunpunt Mantelzorg Verlicht in deze periode 'zomerse inloop' bij Listers Parkzicht. Eens in de twee weken kunnen mantelzorgers hier op woensdagochtend binnen lopen voor een kopje koffie en een praatje. Men is er even uit en ziet andere mensen in soortgelijke situaties en het doorbreekt de lange dagen. Als de zon schijnt zit men heerlijk buiten op het terras, bij regen gezellig binnen. Vaak is deze inloop een opstapje naar andere ondersteunende activiteiten voor mantelzorgers

WERKWIJZE

Mantelzorgers zijn van harte welkom. Tijdens de inloopochtenden is er altijd een gastvrouw of gastheer van het Steunpunt Mantelzorg Verlicht aanwezig.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	Vrije inloop, 1,5 uur
Data & tijden	Eens per 14 dagen volgens planning van 10.30 uur tot 12.00 uur
Locatie	Listers Parkzicht, Alberdingk Thymlaan 18 te Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	nvt
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Vrijwillige Hulpdienst Eindhoven

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De Vrijwillige Hulpdienst werkt met de inzet van geselecteerde, geschoolde vrijwillige medewerkers. De Vrijwillige Hulpdienst Eindhoven is er voor mensen die behoefte hebben aan een helpende hand, een luisterend oor of een steuntje in de rug. Met name voor Eindhovenaren en/of hun mantelzorgers die niet in aanmerking komen voor ondersteuning door professionele hulpverleningsinstanties en die zelf geen oplossing weten te vinden. De Vrijwillige Hulpdienst is een aanvulling op de professionele hulpverlening, geen vervanging ervan. Het hulpaanbod is onderverdeeld in zogenaamde projecten variërend van klussendienst tot intensieve begeleiding van ernstige zieken in het project Buddywerk. Speciale projecten voor:

- Mensen die zorgen voor (mantelzorgers) een langdurig zieke of gehandicapte,
- Mensen die hulp wensen bij thuisadministratie,
- Mensen met een psychiatrische achtergrond,
- Mensen met psycho-sociale problemen,
- Mensen die met justitie in aanraking zijn geweest,
- Mensen die kampen met een levensbedreigende ziekte.

WERKWIJZE

U belt de Vrijwillige Hulpdienst en vertelt uw hulpvraag. Vervolgens wordt bekeken of uw vraag binnen het aanbod past en vervolgens wordt een vrijwillige medewerker benaderd die u kan helpen. Mocht de Hulpdienst u niet kunnen helpen dan krijgt u informatie en advies waar u wel terecht kunt.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Vrijwillige Hulpdienst Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	Volgens afspraak, contact tussen vrijwilliger en hulpvrager is langdurig mogelijk
Data & tijden	Volgens afspraak
Locatie	In de thuissituatie
Kosten	Geen (in sommige gevallen in overleg vergoeding voor gemaakte reiskosten)
Wijze van aanmelden	Via het centrale Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg T 040-2376983 of Vrijwillige Hulpdienst Eindhoven, Raiffeisenstraat 1a Eindhoven T 040-2447669 Bereikbaar van ma. t/m do. van 9.00 uur tot 17.00 uur en vrijdag van 9.00 uur tot 13.00 uur. E info@vhd-eindhoven.nl
Verdere informatie via	Via het centrale Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg T 040-2376983 of Vrijwillige Hulpdienst Eindhoven I www.vhd-eindhoven.nl

Creatieve Koffie, je neemt er wat van mee

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Onder het genot van een kopje koffie of thee gezellig praten en ondertussen werken aan een creatieve activiteit, is de formule van Creatieve Koffie. De drempel is laag, je hoeft niets te kunnen. Iedere keer is er een ander onderwerp. Na een korte uitleg gaat men zelf aan de slag, eventueel met de nodige hulp. Aan het eind van de bijeenkomst gaat de mantelzorger naar huis met een eigen werkstuk en is de accu weer een beetje opgeladen.

WERKWIJZE

Zes maal per jaar vindt er een Creatieve Koffie plaats. Het aanbod wordt ieder seizoen opnieuw vastgesteld, mede naar aanleiding van vragen en ideeën van mantelzorgers. Elk thema van een creatieve koffie vindt op twee middagen plaats om zoveel mogelijk mantelzorgers de gelegenheid te bieden deel te nemen.

In het aanbod zit vaak een creatieve activiteit gekoppeld aan Pasen en Kerstmis, een buitenactiviteit op locatie en activiteiten met een praktische of emotionele insteek. De creativiteit wordt ggestimuleerd door een deskundige, daarnaast is ook de mantelzorgconsulent aanwezig. Belangstellenden kunnen zich per bijeenkomst aanmelden.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	Afhankelijk van de inhoud van de middag
Aantal bijeenkomsten, duur	Zes maal per jaar, 2 uur per middag
Data & tijden	Data volgens planning, 's middags van 13.30 uur tot 15.30 uur
Locatie	De Kroon, Kronehoefstraat 21-29 te Eindhoven of op locatie
Kosten	Eigen bijdrage € 2,50 per bijeenkomst
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Buitenschoolse opvang

voor mensen met een ontwikkelingsachterstand en/of verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

Buitenschoolse opvang is een opvangmogelijkheid na schooltijd voor cliënten vanaf schoolgaande leeftijd. De Buitenschoolse opvang wordt aangeboden op locatie Eckartdal (Eindhoven), locatie de Donksbergen (Duizel) en op diverse woonbegeleidingscentra (WBC's) in De Kempen. Afhankelijk van de begeleidingsvraag is de ene locatie meer geschikt dan de andere.

Het doel van Buitenschoolse opvang is ontlasting van de thuissituatie, zinvolle invulling van de middag/avond na school, het bieden van overbruggingszorg, gewenning voor ouders en kind (fase tussen thuis wonen en wonen bij een instelling).

WERKWIJZE

- Activiteiten en spelen met begeleiding
- Begeleiding bij de eetmomenten (warme maaltijd)
- Verzorging
- Vervoer maakt geen deel uit van deze dienst.

De beschermde omgeving van de locaties Eckartdal of de Donksbergen hebben "ruimte onder controle" waardoor de cliënten de gelegenheid hebben zich zelfstandig op het terrein te begeven. In de nabijheid zijn recreatieve voorzieningen als een snoezelruimte, een speeltuin, zwembad, sportzaal, herberg, kinderboerderij. De WBC's zijn gelegen in een woonwijk in diverse gemeentes waarbij gebruik wordt gemaakt van maatschappelijke voorzieningen. In de accommodaties is een gezamenlijke huiskamer. De faciliteiten zijn verder goed afgestemd op mensen met lichamelijke beperkingen (badruimte, tillift).

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Lunet zorg
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	52 weken per jaar
Data & tijden	Werkdagen vanaf 15.30 tot 19.00 uur, op woensdagen vanaf 12.30 tot 19.00 uur en op zaterdag en zondag van 10.00 tot 19.00 uur.
Locatie	Eindhoven
Kosten	PGB
Wijze van aanmelden	Het Cliëntbureau: Lunet zorg T 040 -2900679 E cliëntbureau@lunetzorg.nl Bezoekadres: Van Vorststraat 1A, 5622 CV Eindhoven
Verdere informatie via	I www.lunetzorg.nl

Themabijeenkomsten

voor mensen met een beperking of chronische ziekte en hun mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	groepsactiviteit	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

Mantelzorgers hebben behoefte aan veelsoortige informatie, afgestemd op hun situatie.

MEE organiseert informatie over uiteenlopende onderwerpen in de vorm van themabijeenkomsten voor mantelzorgers. Het doel hiervan is tweeledig: mantelzorgers krijgen informatie en handvatten voor de praktijk van alledag, en er is gelegenheid voor ontmoeting met andere mantelzorgers.

WERKWIJZE

Informatie over het thema wordt gegeven door interne of externe deskundigen, en mantelzorgers kunnen met elkaar ervaringen en tips uitwisselen.

Themabijeenkomsten worden gedurende het hele jaar in de avonden gehouden. De data en onderwerpen worden, zodra deze bekend zijn, vermeld op de website, in het magazine Mening, en worden verspreid naar mantelzorgers, scholen en andere (hulp-)organisaties.

Mantelzorgers die zelf een vraag hebben voor een bepaald thema, kunnen die doorgeven bij onderstaande contactpersoon.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Maximaal 40, afhankelijk van de locatie
Aantal bijeenkomsten, duur	1 of 2 per thema, 2,5 uur incl. pauze
Data & tijden	Volgens planning, nader bepaald
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of een andere locatie in de regio
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Informatie en aanmelding: T 040-2140404, of via inschrijfformulier op website: www.meezuidoostbrabant.nl - pagina mantelzorg. Je consulent kan je hierover ook meer informatie geven.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl . I www.meezuidoostbrabant.nl Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre T 040-2140404

Mantelzorglijn

voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Iedereen kan terecht bij de Mantelzorglijn, het landelijk informatiecentrum op het gebied van mantelzorg. De Mantelzorglijn geeft voorlichting, informatie en advies aan mantelzorgers, beroepskrachten en het grote publiek. De Mantelzorglijn is een onderdeel van Mezzo, de landelijke vereniging voor mantelzorgers en vrijwilligerszorg.

WERKWIJZE

De Mantelzorglijn biedt mantelzorgers antwoord op vragen die met de mantelzorg te maken hebben. De medewerkers kennen de problemen waar mantelzorgers tegenaan lopen. De Mantelzorglijn heeft ook een sociaal-juridische medewerker die kan helpen bij juridische problemen op het gebied van mantelzorg.

Buiten werktijden kan men voor emotionele ondersteuning terecht bij SENSOR op T 0900-0767.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Mezzo
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	N.v.t.
Data & tijden	Elke werkdag van 9.00-16.00 uur
Locatie	Contact is telefonisch
Kosten	Geen, alleen gesprekskosten à € 0,10 per minuut
Wijze van aanmelden	T 0900-2020496
Verdere informatie via	Mezzo, landelijke vereniging voor mantelzorgers en vrijwilligerszorg Postbus 179 3980 CD Bunnik T 030-6592222 E info@mezzo.nl

Informatiecentrum

voor mensen met een beperking of chronische ziekte en hun mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Het informatiecentrum van MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) en hun mantelzorgers. Er is uiteenlopende informatie te krijgen over tal van onderwerpen. Zoals:

- soorten handicaps, erfelijke aandoeningen en ziekten
- ontwikkelingsmogelijkheden
- dagopvang, onderwijs & werk
- relaties en seksualiteit
- hulp bij opvoedingsvragen, ouderverenigingen en onderlinge hulp
- vrijetijdsbesteding en vakantiemogelijkheden
- wonen en woonmogelijkheden
- vervoersmogelijkheden
- hulpmiddelen en financiële regelingen
- informatie voor anderstaligen

Over deze en andere onderwerpen heeft het informatiecentrum boeken, tijdschriften, informatiemappen en voorlichtingskoffers. Je kunt diverse folders meenemen. Daarnaast zijn over verschillende onderwerpen videofilms en dvd's beschikbaar.

WERKWIJZE

In het informatiecentrum zijn deskundige medewerkers aanwezig om je te helpen. Je kunt ook een afspraak maken met een van de medewerkers van het informatiecentrum. Ook op de website van MEE Zuidoost Brabant kun je veel informatie vinden, als mede een uitgebreide sociale kaart.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Individueel bezoek of contact, groepsgewijze voorlichting volgens afspraak
Aantal bijeenkomsten, duur	N.v.t.
Data & tijden	Maandag t/m vrijdag tussen 8.30-17.00 uur
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Binnenlopen of volgens afspraak
Verdere informatie via	T 040 - 214 03 03 E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl

Informatiecentrum IDC Informade

voor mensen met een chronische ziekte of lichamelijke beperking en hun mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

IDC Informade is een informatiecentrum voor mensen met een chronische ziekte of lichamelijke beperking. Uiteraard is deze informatie ook voor mantelzorgers beschikbaar. Er is informatie op het gebied van: wonen, sport, vrijetijdsbesteding, arbeid, wetgeving, vervoer, revalidatiemogelijkheden, scholing, ondersteuning.

Er zijn folders, boeken en tijdschriften en er is de mogelijkheid om op internet te zoeken. Er is een rustige leeshoek waar mensen op hun gemak kunnen zitten. Binnenkort wordt de informatie uitgebreid met DVD's die in een aparte ruimte bekeken kunnen worden.

WERKWIJZE

Vragen kunnen telefonisch gesteld worden of via de mail. Ook kunnen mensen vrij binnenlopen en zelf zoeken in de beschikbare folders, boeken of op internet. De medewerkers zijn bekend met de mogelijkheden die er zijn in de regio of landelijk en streven ernaar om iedere vraag naar tevredenheid te beantwoorden.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	IDC Informade
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	N.v.t.
Data & tijden	Geopend op dinsdag en donderdag van 9.00-16.45 uur en op maandag, woensdag en vrijdag van 9.00-14.00 uur. Vragen kunnen ook via e-mail gesteld worden.
Locatie	In het gebouw van Revalidatiecentrum Blixembosch, Toledolaan 2, Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Mensen kunnen vrij binnenlopen of bellen op bovenstaande tijden via 040 2642 999 of contact opnemen via e-mail: idc@blixembosch.nl
Verdere informatie via	T 040 2642 999 E idc@blixembosch.nl I www.blixembosch.nl

'Mantelzorgmakelaar'

voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Vaak komt er erg veel regelwerk kijken bij het geven van mantelzorg: instanties bellen, formulieren invullen en zoeken naar de juiste oplossing voor een probleem. Dit kost veel energie en bovendien hebben mantelzorgers daardoor minder tijd voor hun eigen agenda. De mantelzorgmakelaar zoekt en regelt het voor de mantelzorger.

WERKWIJZE

Iedere mantelzorger kan een beroep doen op de mantelzorgmakelaar. Deze gaat na welke regeltaken hij/zij over kan nemen. Enkele voorbeelden hiervan:

- aanvragen en regelen van zorg
- aanvragen van PGB (Persoons Gebonden Budget)
- organiseren van persoonlijke hulp op maat, zoals vervoer, opvang en woningaanpassingen
- onderhouden van contact met uitkerende instanties
- uitzoeken van (verlof) mogelijkheden voor werkenden
- uitzoeken van wettelijke regelingen, voorzieningen en voorschriften

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Mantelzorgmakelaar
Min/max aantal deelnemers	Individueel
Aantal bijeenkomsten, duur	Wordt individueel bepaald
Data & tijden	Worden individueel afgesproken; ook buiten kantoor tijden mogelijk
Locatie	Bij de mantelzorger thuis
Kosten	De mantelzorger betaalt een uurtarief. Het is mogelijk dat de diensten van de zorgmakelaar worden vergoed. Dit kan bij de zorgverzekeraar of de werkgever nagevraagd worden.
Wijze van aanmelden	Mariken Lips-Priem Rayon Brabant-Zuid T 0499-379900 / 06-12516953 E mlipspriem@mantelzorgmakelaar.nl I www.mantelzorgmakelaar.nl
Verdere informatie via	Mariken Lips-Priem T 0499-379900 / 06-12516953 E mlipspriem@mantelzorgmakelaar.nl

Psychosociale begeleiding

voor mensen met een beperking of chronische ziekte en hun mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Wanneer een lid van je gezin gehandicapt is, kan dat vragen en problemen oproepen. Hierdoor kunnen onderlinge relaties onder druk komen te staan. Er kunnen problemen zijn met het accepteren van de handicap of met het omgaan met teleurstellingen die de handicap met zich mee kan brengen.

Voorbeelden zijn:

- ondersteuning bieden bij acceptatieproblematiek;
- ondersteuning bij het leren omgaan met je gehandicapte kind;
- ondersteuning bieden wanneer sprake is van gedragsproblemen bij jongeren met een handicap;
- ondersteuning bieden wanneer sprake is van seksueel grensoverschrijdend gedrag

MEE heeft medewerkers in dienst die je ondersteuning kunnen bieden bij het zoeken naar een oplossing voor je problemen.

WERKWIJZE

Wanneer een handicap invloed heeft op het dagelijks functioneren, kun je via MEE gebruikmaken van ondersteuning. Samen met jou zoekt onze medewerker naar oplossingen voor je problemen. De ondersteuning van MEE is in principe kortdurend. Wanneer gedurende langere tijd ondersteuning moet worden geboden, dan wordt er voor je geïndiceerde zorg aangevraagd.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Individuele contacten
Aantal bijeenkomsten, duur	Volgens afspraak
Data & tijden	Volgens afspraak
Locatie	Bij je thuis, of op kantoor van MEE: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T 040-2140404
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

Opvoedkundige ondersteuning

voor mensen met een beperking of chronische ziekte en hun mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	volwassenen 18-65

TOELICHTING

Als ouder of verzorger van een kind met een beperking of ontwikkelingsachterstand kom je vaak voor allerlei vragen te staan. Vragen waar je vaak alleen niet uitkomt. Bijvoorbeeld:

- Mijn kind speelt helemaal niet, hoe kan ik daarbij helpen?
- Mijn kind luistert slecht, hoe kan ik dit veranderen?
- We weten niet zo goed wat belangrijk is voor ons kind. Wie kan ons daarbij helpen?

De medewerkers van MEE bieden hulp bij de opvoeding van kinderen met een handicap of ontwikkelingsachterstand. Ook als je nog niet precies weet wat er met je kind aan de hand is kun je pedagogische ondersteuning krijgen. De opvoedingsondersteuning van MEE is in principe kortdurend. Het doel van de ondersteuning is dat je snel verder kunt met de opvoeding van je kind. Wanneer gedurende langere tijd ondersteuning moet worden geboden, dan wordt er voor je geïndiceerde zorg aangevraagd.

WERKWIJZE

Je leert hoe je de ontwikkeling van je kind kunt stimuleren of hoe je de opvoedingsproblemen kunt verminderen of zelfs voorkomen. Video-opnamen kunnen hierbij helpen. De ondersteuning wordt meestal bij je thuis gegeven.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Individuele contacten
Aantal bijeenkomsten, duur	N.v.t., naar behoefte
Data & tijden	Volgens afspraak
Locatie	Bij je thuis, of op kantoor van MEE: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T 040-2140404
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

Kortdurende gespreksgroepen

voor mantelzorgers van mensen met een psychiatrische stoornis

soort	vorm	doelgroep
emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Labyrint~In Perspectief organiseert o.a. kortdurende gespreksgroepen (10 bijeenkomsten) voor familieleden en direct betrokkenen van psychiatrische patiënten. Binnen de groepen vindt men er- en herkenning en kan men elkaar ondersteunen.

WERKWIJZE

Afhankelijk van de soort groep vindt de bijeenkomst 1x per maand (betrokkenen bij mensen met Borderline) of 1x per twee weken (andere ziektebeelden, gemengde relaties) plaats. Aan de hand van thema's wordt met elkaar van gedachten gewisseld over de dingen waar familieleden mee te maken hebben. De groepen worden begeleid door ervaringsdeskundige familieleden.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Stichting Labyrint~In Perspectief Eindhoven e.o.
Min/max aantal deelnemers	6-10
Aantal bijeenkomsten, duur	10 bijeenkomsten van 2 uur
Data & tijden	Data nog nader te bepalen, van 20.00-22.00 uur
Locatie	De Kroon, Kronehoefstraat 21-29, 5612 HK Eindhoven
Kosten	€ 30
Wijze van aanmelden	Telefonisch en via informatieavond
Verdere informatie via	Bureau: Boshdijk 771, 5626 AB Eindhoven T 040 - 2967778 Geopend op maandag, woensdag en vrijdag Telefonisch: contactpersoon T 040 - 2438704

Thema-avond

voor familieleden van mensen met schizofrenie of psychose

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Doelstellingen:

- familie en andere betrokkenen de gelegenheid geven om ervaringen uit te wisselen en elkaar te helpen evenwicht in het eigen leven te behouden;
- informatie, steun en advies geven;
- belangenbehartiging.

Er worden diverse activiteiten georganiseerd o.a. thema-avonden en gespreksgroepen. Voor wie dat wenst is er gelegenheid voor een gesprek met een belangenbehartiger of vertrouwenscontactpersoon. Ook wordt er maandelijks een nieuwsblad uitgegeven.

WERKWIJZE

Op de thema-avonden wordt een onderwerp centraal gesteld, waar meestal een spreker voor wordt uitgenodigd. Na afloop is er gelegenheid tot vragen stellen.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Ypsilon afdeling Eindhoven & De Kempen
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	1x per maand
Data & tijden	2e dinsdagavond van de maand, tijden 20.00 tot 22.00 uur
Locatie	De Grote Beek Conferentiecentrum: Boschdijk 771, intern adres: Grote Beekstraat 6, Eindhoven
Kosten	Contributie voor lidmaatschap van de landelijke vereniging Ypsilon bedraagt 40 euro per jaar. Om de regio avonden te bezoeken hoeft men geen lid te zijn.
Wijze van aanmelden	Vooraf aanmelden is niet nodig. Bij inloop melden dat men een nieuwe bezoeker is.
Verdere informatie via	Vertrouwenscontactpersoon T 040-2045676 Secretariaat: E loes@schinning.net www.familieverenigingen-ggz-noord-brabant.nl

Ontmoetingsgroep

voor mantelzorgers van kinderen/jongeren met autisme (ASS)

soort	vorm	doelgroep
emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

In de ontmoetingsgroep kunnen mantelzorgers informatie over ondersteuningsmogelijkheden krijgen en onderling ervaringen uitwisselen.

Voor ouders, familieleden, vrienden, burens of collega's van mensen met autisme, die een belangrijke rol vervullen in de zorg voor die mensen.

- 'Mijn kind heeft een vorm van autisme. Ik kan wel veel informatie daarover vinden maar wil graag van anderen in dezelfde situatie horen hoe zij ermee om gaan'

- 'Ik zou zo graag willen dat iemand een deel van mijn zorg overnam, maar tegelijk weet ik niet of ik die zorg wel kan overdragen. Of een ander het net zo goed kan als ik!'

Praktijkvoorbeelden die je misschien herkent en waar je ongetwijfeld je eigen ervaringen aan toe kunt voegen.

WERKWIJZE

In de bijeenkomsten wordt er steeds een thema besproken variërend van praktische informatie tot een onderwerp als 'grenzen en verantwoordelijkheden van de mantelzorgers en die van de persoon met de beperking'. Er wordt gebruikgemaakt van videomateriaal. De informatie die besproken is, krijg je op papier uitgereikt. Tijdens elke bijeenkomst is er ook volop ruimte om met andere mantelzorgers van gedachten te wisselen en je ervaringen te delen.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	8-12 personen
Aantal bijeenkomsten, duur	De groep bestaat uit 8 bijeenkomsten van 2 uur
Data & tijden	Overdag of in de avonden, afhankelijk van de groepssamenstelling
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in de regio
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T 040- 2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl Je kunt zich ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.zuidoostbrabant.nl Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

Broers en zussengroep

voor kinderen van 7-8 jaar met een broer of zus met een beperking

soort	vorm	doelgroep
emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

Naast de zorg voor je verstandelijke gehandicapte kind, maak je je ook zorgen over wat het voor je andere kind (eren) betekent om een zus of broer met een beperking te hebben. Je kind praat daar misschien niet snel over, of weet niet goed hoe voor zichzelf op te komen.

Daarom is er deze broer- en zussengroep; een praat- en spellengroep waar (jonge) broers en zussen zich bewuster worden van samenleven met een gehandicapte broer of zus.

WERKWIJZE

De groep bestaat uit 6 tot 8 kinderen. De kinderen praten en spelen met elkaar en leren via spelactiviteiten en oefeningen voor zichzelf op te komen. Deze groep biedt broers en zussen steun; de kinderen merken namelijk dat zij niet de enigen zijn met een broer of zus met een beperking.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	6-8 deelnemers
Aantal bijeenkomsten, duur	11 wekelijkse bijeenkomsten
Data & tijden	De groep start zodra er voldoende aanmeldingen zijn. De bijeenkomsten vinden overdag plaats.
Locatie	MEE Zuidoost Brabant Locatie Eindhoven/ De Kempen, Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre
Kosten	Deelname is gratis
Wijze van aanmelden	Irma Beekmans 040-2140404 cursussen@meezuidoostbrabant.nl
Verdere informatie via	Irma Beekmans 040-2140404 cursussen@meezuidoostbrabant.nl www.meezuidoostbrabant.nl

'Samen Sterk'

voor (echt)paren waarvan één van de partners de diagnose autisme (ASS) heeft

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

In een relatie tussen twee volwassenen waarbij een van de partners de diagnose autisme heeft, kan veel onbegrip en verwarring ontstaan door de verschillende manier waarop informatie wordt verwerkt. Op een aantal gebieden die betrekking hebben op de relatie zoals o.a. de taakverdeling, de opvoeding van kinderen, de manier van communiceren en omgaan met emoties, loopt de beleving van beide partners mogelijk zeer uiteen. Dit kan veel (negatieve) invloed hebben op de relatie en psychische problemen veroorzaken bij beide partners.

WERKWIJZE

In groepsverband wordt door de (echt)paren gekeken naar mogelijkheden om de verschillende wijze van informatieverwerking te accepteren. Er wordt actief en met een praktische insteek gezocht naar mogelijkheden om op een andere wijze hiermee om te gaan.

Tijdens de bijeenkomsten wordt de verbale communicatie en informatie ondersteund met o.a. tekeningen en elementen uit de psychomotore therapie. Daarnaast wordt gewerkt met huiswerkopdrachten.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	GGzE, NVA
Min/max aantal deelnemers	Maximum aantal deelnemers: 4-5 (echt)paren
Aantal bijeenkomsten, duur	15 bijeenkomsten en een follow-up na 6 weken
Data & tijden	4x per jaar
Locatie	Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	GGzE centrum autisme volwassenen T 040-2613910 Bij Rianne van Halen
Verdere informatie via	GGzE centrum autisme volwassenen T 040-2613910 Bij Rianne van Halen

'Positief Opvoeden'

voor ouders over het opvoeden van kinderen met een verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers. Kinderen kunnen lief zijn, maar ook lastig. Ook kinderen met een verstandelijke beperking en/of een ontwikkelingsstoornis. Soms is opvoeden leuk, maar soms ook behoorlijk moeilijk. En dan heb je als ouder wel eens behoefte aan steun en advies. De cursus 'Positief opvoeden' is dan waarschijnlijk iets voor u.

'Positief opvoeden' maakt ouders bewust van het feit dat je het gedrag van je kind zèlf kunt beïnvloeden en bijsturen. De basisvaardigheden van opvoeden zijn de leidraad in deze cursus; aandacht geven en grenzen stellen. Hierbij is het gedrag van een kind met een beperking in zijn ontwikkeling het uitgangspunt.

'Positief opvoeden' is er voor ouders en/of verzorgers (lieft beiden) van een kind met een (licht) verstandelijke beperking. Bijvoorbeeld autisme (PDD NOS), ADHD of het syndroom van Down.

WERKWIJZE

'Positief Opvoeden' is een kijk-, praat- en oefencursus. Op een video is te zien hoe ouders hun kinderen aandacht geven en grenzen stellen. Je kunt er met andere ouders over praten en in de praktijk oefenen wat je tijdens de cursus leert.

Er zijn 8 bijeenkomsten en de volgende onderwerpen worden onder andere besproken: aandacht geven aan je kind, beloningen bedenken, manieren van straffen: negeren, apart zetten, iets leuks afnemen, eigen opvoedingssituaties oefenen.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Maximaal 8
Aantal bijeenkomsten, duur	6-12
Data & tijden	De groep komt elke week bij elkaar, op een vast tijdstip
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in De Kempen
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T.040 -2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl. Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl T 040 - 2140404 Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

'Opvoeden zo verder'

voor ouders van pubers met een verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers. De pubertijd is een periode waarin ouders en pubers flink met elkaar kunnen botsen. Wisselende stemmingen en gevoelens van onzekerheid maken dat pubers soms behoorlijk lichtgeraakt kunnen zijn. Als ouders zit je misschien met de vraag hoe daar het beste op te reageren, en wat je kunt doen om een negatieve sfeer te voorkomen. In de cursus 'Opvoeden zo verder' besteedt de cursusleiding aandacht aan het veranderende gedrag van jongeren met een verstandelijke beperking in de pubertijd; daarbij komen de prettige, maar ook de lastige kanten van het omgaan met pubers aan bod.

WERKWIJZE

Je krijgt o.a. informatie over hoe je een goed contact met je kind kunt bevorderen en hoe ruzies voorkomen kunnen worden. Ouders kunnen ook met elkaar praten en ervaringen uitwisselen, waarbij respect voor de verschillende vormen van opvoeden het uitgangspunt is.

Thema's die aan bod komen:

- veranderingen in de pubertijd
- positieve aandacht en manieren van opvoeden
- ruzie voorkomen, luisteren naar je puber
- ruzie voorkomen, praten met je puber
- grenzen stellen en straffen

Naar keuze kunnen één of meer vervolgbijeenkomsten worden georganiseerd over: alcohol en drugs (en gebruik van andere middelen), seksuele opvoeding, pubers en school.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Maximaal 8
Aantal bijeenkomsten, duur	6-9 bijeenkomsten van 2 uur
Data & tijden	De groep komt elke week bij elkaar, op een vast tijdstip
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in De Kempen
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T.040 -2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl. Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl T 040 -2140404 Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

'Oriëntatiecursus Autisme'

voor ouders van kinderen met een verstandelijke beperking én autisme (ASS)

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

Een kind met autisme: wat houdt dat in? Wat betekent het voor je kind en welk onderzoek is nodig om je kind goed te begeleiden? Je wilt als ouders goede informatie over autisme en misschien wil je ervaringen uitwisselen met ouders in een zelfde situatie. Op verzoek van ouders ontwikkelde het SVA (SamenwerkingsVerband Autisme Zuidoost Noord-Brabant) een oriëntatiecursus op autisme. Ouders en verzorgers worden geïnformeerd over de meest uiteenlopende vragen rondom autisme en krijgen inzicht in hulp- en dienstverlening, zodat zij snel de weg kunnen vinden in het zorgcircuit. Ook is er gelegenheid om persoonlijke ervaringen uit te wisselen.

WERKWIJZE

Per avond wordt een thema besproken en is er gelegenheid voor het delen van ervaringen. De cursisten krijgen een cursusmap.

Thema's zijn:

- algemene informatie over autisme / psychiatrische diagnostiek
- ervaringen van een ouder
- voorlichting en advies over ambulante begeleiding op school, over taal en over planmatig werken
- de seksuele ontwikkeling
- communicatie bij kinderen met autisme
- thuis ondersteunende hulp / verwerkingsproces

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	SamenwerkingsVerband Autisme Zuidoost Noord-Brabant
Min/max aantal deelnemers	Varieert van 6 tot 10 ouderparen, dus maximaal 20 ouders en/of verzorgers
Aantal bijeenkomsten, duur	10 bijeenkomsten van 20.00 tot 22.30 uur
Data & tijden	Nader bepaald
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in De Kempen
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T.040 -2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl. Je kunt zich ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl T 040 - 2140404 Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

'Communicatie in de opvoeding'

voor ouders van een kind met een verstandelijke beperking én autisme (ASS)

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

Ouders en verzorgers van een kind met een verstandelijke handicap of ontwikkelingsachterstand komen voor allerlei vragen te staan. Wanneer je kind daarnaast ook nog een stoornis heeft in het spectrum van autisme, spelen deze vragen meestal nog sterker. Een heleboel vragen gaan over het afstemmen van de verbale en non-verbale communicatie tussen ouder en kind. Bij de opvoeding van een kind met autisme dat zich anders of langzamer ontwikkelt, moeten ouders meer dan bij een ander kind opletten hoe de communicatie met dit kind verloopt. Het gaat bij de cursus om ouders van kinderen van 0 tot 12 jaar (afhankelijk van het ontwikkelingsniveau van het kind).

WERKWIJZE

In de cursus communicatie in de opvoeding van een kind met autisme" bekijken ouders videobeelden van alledaagse opvoedingssituaties, waarbij ze met name leren letten op de communicatie en de afstemming met hun kind. De cursus biedt handvatten voor bijvoorbeeld: bewust leren kijken naar en afstemmen op je kind, zorgen dat je kind zich begrepen voelt, inspelen op de specifieke vragen over de communicatie van je kind met autisme, tempo leren aanpassen aan je kind, positief leren leiding geven aan je kind.

Na elke bijeenkomst krijgen de ouders een opdracht mee voor thuis.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	6-12
Aantal bijeenkomsten, duur	8 bijeenkomsten
Data & tijden	Bij voldoende belangstelling start de cursus, overdag of 's avonds
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in De Kempen
Kosten	Mensen met een PGB betalen in overleg cursusgeld
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T.040 2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl. Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl T 040 - 2140404 Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

'Communicatie in de opvoeding'

voor ouders van een kind met een verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers. Ouders en verzorgers van een kind met een verstandelijke handicap of ontwikkelingsachterstand komen voor allerlei vragen te staan. Een heleboel vragen gaan over het afstemmen van de verbale en non-verbale communicatie tussen ouder en kind. Bij de opvoeding van een kind dat zich anders of langzamer ontwikkelt, moeten ouders meer dan bij een ander kind opletten hoe de communicatie met dit kind verloopt. Voor ouders en/of verzorgers (liefst beiden) die beter willen begrijpen hoe de communicatie tussen hen en hun kind is en die willen weten welke invloed zij hebben op het verloop van de communicatie. Het gaat om ouders van kinderen van nul tot twaalf jaar (afhankelijk van het ontwikkelingsniveau van het kind).

WERKWIJZE

In de cursus "Communicatie in de opvoeding" bekijken ouders videobeelden van alledaagse opvoedingssituaties, waarbij ze met name leren letten op de communicatie en de afstemming met hun kind. De cursusleiders leggen uit wat belangrijk is in dit contact. De cursus biedt handvatten voor bijvoorbeeld: bewust leren kijken naar je kind, contact leren maken met je kind, aandacht leren verdelen tussen meerdere kinderen, tempo leren aanpassen aan je kind, positief leren leiding geven aan je kind. Na elke bijeenkomst krijgen de ouders een opdracht mee voor thuis.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	6-12
Aantal bijeenkomsten, duur	8 bijeenkomsten
Data & tijden	Bij voldoende belangstelling start de cursus, overdag of 's avonds
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in De Kempen
Kosten	Mensen met een PGB betalen in overleg cursusgeld
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T.040 - 2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl. Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl T 040- 2140404 Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

'Vragen wat je vragen wilt'

voor ouders van kinderen met een verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met ASS én hun mantelzorgers.

Als ouder of familielid van een kind met een verstandelijke beperking kom je regelmatig momenten tegen waarop je keuzes moet maken voor en met je kind. Woont je kind thuis of ergens anders, steeds opnieuw ga je na wat het beste is voor je kind. Keer op keer denk je na over zijn of haar leven. Maar heb je wel lang genoeg stil gestaan bij de belangrijkste vraag: wat willen wij en ons kind nu eigenlijk zelf?

“Vragen wat je vragen wilt” is een cursus die al langer door de RFvO (Regionale Federatie van Ouderverenigingen) wordt aangeboden vanuit de wetenschap dat het onder woorden brengen van vragen niet gemakkelijk is. Om meer ouders te bereiken is er een samenwerking gezocht en gevonden met MEE Zuidoost Brabant in de regio's Eindhoven en De Kempen.

“Vragen wat je vragen wilt” is een cursus voor ouders van kinderen met een verstandelijke beperking. De cursus is ook bedoeld voor broers, zussen of anderen die de directe belangen van kinderen met een verstandelijke beperking behartigen.

WERKWIJZE

Er wordt informatie gegeven en samen met andere ouders kun je oefenen in het verhelderen en onder woorden brengen van je vraag. Aan het eind van de cursus heb je een persoonlijk plan met een aantal concrete activiteiten. Je dient rekening te houden met huiswerkopdrachten.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Samenwerking tussen de RFvO en MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Maximaal 10
Aantal bijeenkomsten, duur	4 bijeenkomsten van 2 uur
Data & tijden	Nader bepaald
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in De Kempen
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T.040 -2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl. Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	RFvO, T 040 -2129637 of MEE, T 040 -2140404 E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

'Verdiepingscursus Autisme'

voor ouders van kinderen met een verstandelijke beperking én autisme (ASS)

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers. Het Samenwerkingsverband Autisme (SVA) Zuidoost Noord-Brabant biedt 'zorg op maat' voor mensen met autisme. Als een vervolg op de 'Oriëntatiecursus autisme' ontwikkelde MEE binnen het SVA een verdiepingcursus autisme. In deze cursus wordt ervan uitgegaan dat iedereen van iedereen kan leren. Voor ouders en of verzorgers van kinderen tussen 2 en 12 jaar met een stoornis binnen het autistisch spectrum. Van deelnemers wordt verwacht dat ze al over theoretische kennis beschikken over autisme. Er wordt geprobeerd de leeftijd van de kinderen niet te ver uiteen te laten liggen. Bij voorkeur een groep met kinderen tussen 2 en 7 jaar en een groep met kinderen tussen 8 en 12 jaar.

WERKWIJZE

Per avond wordt een thema besproken. Er wordt daarbij ook gewerkt in kleine groepjes. Elke avond is er gelegenheid voor het delen van ervaringen. Thema's zijn: kennismaking, verwachtingen, autismeaanpak, onderwijsvormen, emoties, vrijetijdsbesteding, gedragsproblemen en angsten, belang van visuele ondersteuning, sociale vaardigheden.

Bij ieder thema hoort een opdracht die ouders thuis kunnen maken. Op de volgende avond wordt dan aandacht gegeven aan die opdracht vóór het nieuwe thema wordt gepresenteerd.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Maximaal 10 ouderparen. Het is prettig als beide ouders/verzorgers kunnen komen. Alleenstaande ouders zijn uiteraard ook van harte welkom.
Aantal bijeenkomsten, duur	8 bijeenkomsten van 2 uur
Data & tijden	Nader bepaald
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in De Kempen
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T.040- 2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl. Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl T 040 - 2140404 Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

Broers en zussengroep

voor kinderen 12-14 en van 14-18 jaar met een broer of zus met een beperking

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

MEE organiseert een ontmoetingsgroep voor jongeren met een broer of zus met een beperking.

Bijvoorbeeld autisme, een verstandelijke beperking of een lichamelijke beperking.

Er is een Broers- en zussengroep voor jongeren van 12 tot 14 jaar en een voor jongeren van 14 tot 18 jaar.

WERKWIJZE

Als je een broer of zus hebt met een beperking, dan is dat waarschijnlijk voor jou niet altijd even gemakkelijk. In de Broers- en zussengroep ontmoet je jongeren van jouw leeftijd die ook een broer of zus met een beperking hebben. Samen met hen praat je erover wat het voor jou in je dagelijkse leven betekent om een broer of zus te hebben die anders is. Ook krijg je informatie over beperkingen. Bijvoorbeeld over autisme of een verstandelijke handicap.

De bedoeling van de Broers- en zussengroep is vooral dat jij een eigen plek hebt waar je je gevoelens kunt delen, ervaringen kunt uitwisselen en je vragen kwijt kunt.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	6-8 kinderen
Aantal bijeenkomsten, duur	6-9 bijeenkomsten van 2,5 uur
Data & tijden	1x per 2 weken van 16.30-18.00 uur. Afhankelijk van het aantal aanmeldingen start er in het voor- en najaar een broers- en zussengroep
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in De Kempen
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T.040 - 2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl T 040 -2140404 Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

Broers en zussengroep

voor kinderen van 8-12 jaar met een broer of zus met een beperking

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

Voor kinderen met een broer of zus met een beperking organiseert MEE een praat-, speel- en leergroep. De Broers- en zussengroep is voor kinderen in de leeftijd van acht tot twaalf jaar. De Broers- en zussengroep biedt steun. De kinderen merken namelijk dat zij niet de enigen zijn met een broer of zus met een beperking.

Naast de zorg om het gehandicapte kind, maakt de ouder zich misschien ook zorgen over wat het voor de andere kind(eren) betekent om een zus of broer met een beperking te hebben. Kinderen praten daar misschien niet snel over of weten niet goed hoe voor zichzelf op te komen. Daarom is er de Broers- en zussengroep: een praat- en speelgroep waar broers en zussen zich bewuster worden van het 'samenleven met een gehandicapte broer of zus'.

WERKWIJZE

De kinderen praten met elkaar en leren via spelactiviteiten en oefeningen voor zichzelf op te komen.

Ervaren begeleiders begeleiden de praat- en speelgroep.

De cursusleiders vinden het belangrijk om samen te werken met de ouders/verzorgers. Tijdens ouderbijeenkomsten worden de ouders/verzorgers op de hoogte gehouden en kunnen zij de cursusleiding informeren over hun ervaringen thuis.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	6-8 kinderen
Aantal bijeenkomsten, duur	8 bijeenkomsten van 2 uur
Data & tijden	Wekelijks. Afhankelijk van het aantal aanmeldingen start er in het voor- en najaar een groep.
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in De Kempen
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T.040 2140404. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl. Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl T 040- 2140404 Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37- 43, Waalre

'Zorgen voor een ander, beter volhouden'

voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Wanneer mantelzorg langer duurt en steeds toeneemt, is het vaak moeilijk om een goed evenwicht te vinden tussen het zorgen en de andere taken en bezigheden die iemands leven vullen. De cursus is erop gericht om hierbij te helpen.

WERKWIJZE

In de cursus staan vier thema's centraal die tijdens de les aan bod komen:

- inzicht in eigen situatie en gevoelens;
- storende gedachten leren omzetten in helpende gedachten;
- opkomen voor jezelf;
- verlichten van de zorg.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	ZuidZorg
Min/max aantal deelnemers	8-12
Aantal bijeenkomsten, duur	5x 2,5 uur en 1 terugbijeenkomst
Data & tijden	Jaarlijkse planning; wordt evt. georganiseerd op behoefte/vraag
Locatie	Bureau ZuidZorg in Veldhoven
Kosten	€70,- , PuntExtra leden betalen €40,-
Wijze van aanmelden	Via cursusbureau ZuidZorg T 040 - 2308545 I www.zuidzorg.nl
Verdere informatie via	Cursusbureau ZuidZorg T 040 - 2308545 I www.zuidzorg.nl

Woonbegeleiding

voor kinderen met een ontwikkelingsachterstand en/of verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning	individuele ondersteuning groepsactiviteit	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De centrumlocaties van de woonbegeleidingscentra (WBC's) van Lunet zorg zijn te vinden in De Kempen en Eindhoven. Cliënten kunnen hier terecht voor wat gezelligheid, meedoen met activiteiten, het nuttigen van een kop koffie, een drankje en/of een warme maaltijd. Een individueel adviesgesprek met een begeleider, het doen van de was, begeleiding en ondersteuning bij gebruik van medicatie of het laten helpen met je administratie behoren ook tot de mogelijkheden. Daarnaast is het mogelijk om telefonische achtervang door WBC's te laten doen of aangesloten te worden op het alarmsysteem. Door deze opvang wordt de mantelzorger ontlast en krijgt hij/zij de gelegenheid eigen dingen te doen.

WERKWIJZE

Stel je vraag bij het Cliëntbureau en bekijk met dit bureau bij welk woonbegeleidingscentrum bij je in de buurt, je het best geholpen kunt worden.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Lunet zorg
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	N.v.t.
Data & tijden	24 uur per dag, 7 dagen per week, 52 weken per jaar
Locatie	Diverse locaties in: Eindhoven, Nuenen, Geldrop, Valkenswaard, Dommelen, Bladel, Bergeijk, Duizel, Eersel, Budel, Veldhoven, Oirschot
Kosten	PGB
Wijze van aanmelden	Het Cliëntbureau Lunet zorg T 040- 2900679 E cliëntbureau@lunetzorg.nl Bezoekadres: Van Vorststraat 1A, 5622 CV Eindhoven
Verdere informatie via	www.lunetzorg.nl

Consulent

voor mensen met een beperking of chronische ziekte en hun mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Leven met een beperking, of ondersteuning bieden aan een persoon met een beperking. Vaak kun je hier wel wat ondersteuning bij gebruiken. Om een antwoord te vinden op vragen bijvoorbeeld. Of omdat je behoefte hebt aan een deskundig advies. Dan is het goed om te weten dat je een beroep kunt doen op de consulent van het MEE Servicepunt. De consulent heeft veel ervaring in de ondersteuning van mensen met een beperking en hun mantelzorger(s) en kan je onder meer informatie en advies geven, helpen bij het helder krijgen van je vragen of problemen, helpen bij het maken van keuzes, bemiddelen bij het verkrijgen van de zorg die bij je past, ondersteuning bieden in crisissituaties. De consulent helpt je de weg te vinden in het vaak ingewikkelde veld van zorg en is daarbij een gids. Hij weet van wet- en regelgeving en procedures en kan alles vertellen over het persoonsgebonden budget. Ook kan de consulent je helpen bij vragen op het terrein van zelfstandig wonen, opvoeding en psychosociale begeleiding.

WERKWIJZE

Je kunt telefonisch en per mail je vraag stellen, of je kunt binnenlopen tijdens kantooruren op het bezoekadres. De consulent zal je vraag beantwoorden met informatie, advies of voorlichtingsmateriaal. Heb je een uitgebreidere vraag, dan wordt contact gelegd met een consulent van het lokale team waartoe jouw woonplaats behoort. De consulent gaat met je in gesprek over de vragen die je hebt. Samen met jou worden de mogelijkheden op een rijtje gezet, zodat je zelf een goede keus kunt maken.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Individueel contact
Aantal bijeenkomsten, duur	N.v.t., naar behoefte
Data & tijden	Maandag t/m vrijdag tussen 8.30-17.00 uur
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43 Waalre
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T 040 - 2140404 Voor dringende vragen ook buiten kantooruren, 24 uur per dag, 7 dagen per week.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

Ontmoetingsgroep

voor mantelzorgers van volwassenen met autisme (ASS)

soort	vorm	doelgroep
emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

In de ontmoetingsgroep kunnen mantelzorgers informatie over ondersteuningsmogelijkheden krijgen en onderling ervaringen uitwisselen.

Voor ouders, familieleden, vrienden, buren of collega's van mensen met autisme, die een belangrijke rol vervullen in de zorg voor die mensen.

- 'Mijn zoon heeft een vorm van autisme en is inmiddels volwassen. Ik kan nu nog wel veel zorg voor hem op me nemen maar wat staat me te wachten voor de toekomst?'

- 'Ik zou zo graag willen dat iemand een deel van mijn zorg overnam, maar tegelijk weet ik niet of ik die zorg wel kan overdragen. Of een ander het net zo goed kan als ik!'

Praktijkvoorbeelden die je misschien herkent en waar je ongetwijfeld je eigen ervaringen aan toe kunt voegen.

WERKWIJZE

In de bijeenkomsten wordt er steeds een thema besproken variërend van praktische informatie tot een onderwerp als 'grenzen en verantwoordelijkheden van de mantelzorgers en die van de persoon met de beperking'. Er wordt gebruikgemaakt van videomateriaal. De informatie die besproken is, krijg je op papier uitgereikt. Tijdens elke bijeenkomst is er ook volop ruimte om met andere mantelzorgers van gedachten te wisselen en je ervaringen te delen.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	8-12 personen
Aantal bijeenkomsten, duur	De groep bestaat uit 8 bijeenkomsten van 2 uur
Data & tijden	Overdag of in de avonden, afhankelijk van de groepssamenstelling
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in de regio
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T 040- 214 04 04. of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.zuidoostbrabant.nl Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

Ontmoetingsgroep

voor mantelzorgers van volwassenen met een verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

In de ontmoetingsgroep kunnen mantelzorgers informatie over ondersteuningsmogelijkheden krijgen en onderling ervaringen uitwisselen.

Voor ouders, familieleden, vrienden, burens of collega's van mensen met een verstandelijke beperking, die een belangrijke rol vervullen in de zorg voor die mensen.

- 'Mijn verstandelijk beperkte zoon is inmiddels volwassen. Ik kan nu nog wel veel zorg voor hem op me nemen maar wat staat me te wachten voor de toekomst?'

- 'Ik zou zo graag willen dat iemand een deel van mijn zorg overnam, maar tegelijk weet ik niet of ik die zorg wel kan overdragen. Of een ander het net zo goed kan als ik!'

Praktijkvoorbeelden die je misschien herkent en waar je ongetwijfeld je eigen ervaringen aan toe kunt voegen.

WERKWIJZE

In de bijeenkomsten wordt er steeds een thema besproken variërend van praktische informatie tot een onderwerp als 'grenzen en verantwoordelijkheden van de mantelzorger en die van de persoon met de beperking'. Er wordt gebruik gemaakt van videomateriaal. De informatie die besproken is, krijg je op papier uitgereikt. Tijdens elke bijeenkomst is er ook volop ruimte om met andere mantelzorgers van gedachten te wisselen en je ervaringen te delen.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	8-12 personen
Aantal bijeenkomsten, duur	De groep bestaat uit 8 bijeenkomsten van 2 uur
Data & tijden	Overdag of in de avonden, afhankelijk van de groepssamenstelling
Locatie	Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre of op een andere locatie in de regio
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T 040-2140404 of via mail: cursussen@meezuidoostbrabant.nl Je kunt je ook aanmelden via je contactpersoon van MEE.
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.zuidoostbrabant.nl Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

'Brussencursus Autisme'

voor broer/zus van kinderen met autisme en hun ouders

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

In Nederland zijn er ongeveer 160.000 volwassenen met een stoornis in het autisme spectrum. Het vermoeden is dat 1:100 kinderen een vorm van autisme heeft; met name jongens.

De broers en zussen van deze kinderen (brussen) groeien op in een gezin met een hoge belasting en hebben daardoor een grotere kans op ontwikkelen van psychische problemen. Het gedrag van het kind met autisme (ASS) beïnvloedt de bruis op het gebied van sociaal leren en opvoeding. De aandacht gaat vaak uit naar het kind met autisme. Het gedrag van het kind met autisme is vaak belastend voor de bruis. Daarbij komt dat autisme ook regelmatig bij een van de ouders voorkomt. Het doel van de Brussencursus is te voorkomen dat brussen zelf psychische problemen ontwikkelen door het vergroten van beschermende factoren en het verminderen van risicofactoren.

WERKWIJZE

De Brussencursus bestaat uit bijeenkomsten voor brussen en bijeenkomsten voor de ouders. De brussen zijn ingedeeld in verschillende leeftijdsgroepen tussen 9 tot 17 jaar.

Aan de hand van voorlichting en spel- leermethodes wordt stilgestaan bij wat autisme voor de bruis betekent. Samen wordt gewerkt aan probleemoplossende vaardigheden.

De ouderbijeenkomsten zijn gericht op de positie van de bruis in het gezin. De ouders worden geïnformeerd over het algemene verloop van de cursus zodat zij aan kunnen sluiten bij de beleving van de bruis. Afsluitend vindt er een gesprek met ouders en kind plaats.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	GGzE, NVA, de Combinatie
Min/max aantal deelnemers	8 kinderen
Aantal bijeenkomsten, duur	8 voor de kinderen, 4 voor de ouders
Data & tijden	2x per jaar
Locatie	Eindhoven
Kosten	€ 50,-
Wijze van aanmelden	Binnen, onderdeel van het concern GGzE T 040-2324680 E info@zorgvoorjehoofd.nl I www.zorgvoorjehoofd.nl
Verdere informatie via	Binnen, onderdeel van het concern GGzE T 040-2324680 NVA, T 030-2299800 De Combinatie, T 040-2451945

Omgaan met borderline

voor mantelzorgers van mensen met een borderline persoonlijkheidsstoornis

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

In Nederland lijdt 2% van alle mensen aan een borderline persoonlijkheidsstoornis. Ten minste de helft van alle psychiatrische patiënten krijgt hulp van familieleden, mantelzorgers. De zorgtaken trekken een zware wissel op het sociale leven van de mantelzorgers. Omdat deze mantelzorgers overbelast zijn door de zorg voor hun familielid of naaste, en doordat ze onvoldoende tijd overhouden voor hun eigen bezigheden en contacten, lopen ze risico om zelf ook een psychiatrische stoornis te ontwikkelen. Onder mantelzorgers verstaan we niet alleen ouders, partners, (schoon) broers of zussen, maar ook vrienden en kennissen die betrokken zijn bij de persoon met een bordeline persoonlijkheidsstoornis.

WERKWIJZE

Door de cursus krijgen deelnemers inzicht in de problematiek van borderline, leren ze meer adequate omgangsvormen te ontwikkelen en oefenen ze hiermee. Ze leren moeilijke situaties als gevolg van borderlinegedrag beter te hanteren, waardoor zij zelf minder belast worden. De ervaringen, mogelijkheden en vragen van deelnemers staan centraal. Er is ruimte voor het delen van ervaringen met lotgenoten.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	GGzE
Min/max aantal deelnemers	8-12
Aantal bijeenkomsten, duur	10 bijeenkomsten van 2,5 uur met 1 of meerdere vervolgbijeenkomsten
Data & tijden	Avondgroep
Locatie	Eindhoven
Kosten	€ 50,-
Wijze van aanmelden	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680 E info@zorgvoorjehoofd.nl I www.zorgvoorjehoofd.nl
Verdere informatie via	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680

Logeren

voor mensen met een ontwikkelingsachterstand en/of verstandelijke beperking

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	individuele ondersteuning groepsactiviteit	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De logeerhuizen van Lunet zorg bieden de mogelijkheid om enkele dagen of, tijdens de vakanties, enkele weken te logeren. De logeerhuizen zijn het hele jaar geopend.

Mocht de logeervraag beter passen bij een logeerbed in een van de woonbegeleidingscentra (WBC's) elders in Eindhoven of de Kempen dan is dit ook mogelijk.

Doelstelling van het logeren: ontlasten van de thuissituatie; het bieden van overbruggingszorg; zinvolle invulling van de middag/avond na school/dagbesteding/werk en mogelijk gewenning voor ouders en cliënt (fase tussen thuis wonen en wonen binnen een instelling).

WERKWIJZE

De logeerhuizen in Eindhoven en Duizel zijn gelegen binnen de beschermde omgeving van het instellingsterrein waarbij gebruikgemaakt wordt van de diverse faciliteiten (snoezelruimte, een speeltuin, zwembad, sportzaal, herberg, kinderboerderij) en ondersteunende diensten. Er is veel ruimte met de mogelijkheid om in verschillende hoeken activiteiten te ontplooiën en ook toezicht te kunnen houden. Er zijn aangepaste voorzieningen in de badruimte (en tillift) en een afgeschermd buitenspeelruimte met speeltoestellen. Op deze logeerhuizen is een professionele achtervang bij calamiteiten en 24 ursaanzwezigheid van begeleiding. De slaapdienst wordt ondersteund door een uitluistersysteem en een centrale nachtdienst. Er wordt een eigen bijdrage aan de cliënt gevraagd voor uitgaven rondom activiteiten en versnaperingen.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Lunet zorg
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	Het hele jaar geopend
Data & tijden	Worden in overleg vastgesteld
Locatie	Logeerhuizen op de instellingsterreinen Eckartdal (Eindhoven) en de Donksbergen (Duizel) maar ook mogelijkheden in de diverse WBC's in Eindhoven en de Kempen.
Kosten	PGB
Wijze van aanmelden	Het Cliëntbureau: Lunet zorg T 040- 2900679 E cliëntbureau@lunetzorg.nl Bezoekadres: Van Vorststraat 1A, 5622 CV Eindhoven
Verdere informatie via	Het Cliëntbureau, T 040 -2900679 I www.lunetzorg.nl

Mantelzorgconsulent

voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De ondersteuning van de mantelzorgconsulent richt zich op alle terreinen waarop mantelzorgers problemen kunnen ondervinden: de sociale emotionele kant van het zorgen, respijt van de zorg, afstemming met professionele zorg, de combinatie zorg en werk, de financiële gevolgen en het wonen. Naast het organiseren en begeleiden van groepsactiviteiten ondersteunt de mantelzorgconsulent ook individuele mantelzorgers. Zij kan mantelzorgers emotioneel ondersteunen en veel zoek- en regelwerk uit handen nemen. Zij kan bemiddelen bij werkgevers en professionele hulpverleners en de weg wijzen in de wereld van uitkeringen, subsidies en indicaties.

De mantelzorgconsulent kan, op aanvraag, een gesprek hebben met mantelzorgers die willen praten over hun situatie. De problemen worden daarbij op een rijtje gezet en de weg naar mogelijke oplossingen wordt verkend. De begeleiding en ondersteuning is erop gericht dat mantelzorgers (weer) regie over hun situatie krijgen.

WERKWIJZE

De mantelzorgconsulent is werkzaam bij de GGD Eindhoven en verbonden aan Steunpunt Mantelzorg Verlicht. De aanvragen kunnen rechtstreeks komen van de mantelzorgers zelf. Zij kunnen ook verwezen worden door het Wmo-loket, de huisarts, de Thuiszorg enz..

Het gesprek kan plaatsvinden tijdens een huisbezoek of bij een bureaubezoek, afhankelijk van de voorkeur van de mantelzorger. Soms is een eenmalig contact voldoende maar meerdere gesprekken zijn mogelijk.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	Individueel
Aantal bijeenkomsten, duur	Volgens afspraak
Data & tijden	Volgens afspraak
Locatie	In onderling overleg
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Thema-avond

voor familie van mensen met een psychiatrische stoornis

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Het organiseren van thema-avonden heeft als doel om familieleden en naastbetrokkenen te informeren over ziektebeelden en/of stoornissen en over de wijze waarop zij hiermee kunnen omgaan. Belangrijk is daarnaast dat familieleden herkenning en erkenning kunnen vinden bij de aanwezige lotgenoten. Tevens is er de mogelijkheid om te horen op welke wijze men contact kan leggen met de hulpverlening.

WERKWIJZE

Op een thema-avond wordt een specifiek ziektebeeld besproken. De gastspreker legt uit wat het ziektebeeld precies inhoudt. Ook geeft de gastspreker aan hoe naastbetrokkenen het beste hiermee om kunnen gaan. Indien mogelijk is er een ervaringsdeskundige die vertelt over diens eigen ervaringen en over de manier waarop anderen het beste met iemand met deze stoornis om kunnen gaan. Na een pauze wordt verteld wat Labyrint~In Perspectief voor familieleden en naastbetrokkenen kan betekenen. Hierna is er tijd en ruimte om vragen te stellen aan de gastspreker en aan de ervaringsdeskundige.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Stichting Labyrint~In Perspectief Eindhoven en Omstreken i.o.
Min/max aantal deelnemers	30 tot 180 deelnemers per avond
Aantal bijeenkomsten, duur	4 à 5 bijeenkomsten per jaar. Bijeenkomsten van 2,5 uur
Data & tijden	
Locatie	Conferentie Centrum GGzE locatie Grote Beek, Boschdijk 771, 5626 AB Eindhoven
Kosten	€ 3,50 p.p. inclusief koffie of thee
Wijze van aanmelden	Stichting Labyrint~In Perspectief Postbus 909 (Postvak GB 0606) 5600 AX Eindhoven Bezoekadres: Boschdijk 771 5626 AB Eindhoven Intern adres: Grote Beekstraat 6
Verdere informatie via	E labyrinth-inperspectief@ggze.nl I www.stichtinglabyrinth.nl T 040-2967778

'In Evenwicht'

voor jongeren van 12-18 jaar van ouders met psychische en/of verslavingsproblematiek

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

Van de kinderen van ouders met een psychiatrisch probleem of verslavingsproblematiek (KOPP of KVO) krijgt ongeveer één derde later zelf ernstige psychische problemen, zoals stemmingsstoornissen, angststoornissen en alcoholafhankelijkheid. De kans dat ze zo'n stoornis ontwikkelen is anderhalf keer zo groot als bij andere kinderen. Het gaat om een grote groep: 1,6 miljoen kinderen onder de 22 jaar hebben ouders waarbij een psychische stoornis is gediagnosticeerd en ongeveer 300.000 kinderen hebben een vader en/of moeder met alcoholproblemen.

WERKWIJZE

'In Evenwicht' is een praatgroep voor adolescenten en jongeren die opgroeien in een gezin waarvan een of beide ouders psychiatrische problemen of verslavingsproblemen hebben. Op een ontspannen wijze wordt gerichte informatie gegeven over het ziektebeeld van de ouder(s) en praten ze over specifieke situaties waar ze thuis mee geconfronteerd worden.

Het contact met en de steun van leeftijdgenoten is heel belangrijk.

Voor ouders is er een aparte cursus van 3 bijeenkomsten waar het opvoeden van pubers in verschillende omstandigheden centraal staat.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Binnen (onderdeel van het concern GGzE), Novadic Kentron
Min/max aantal deelnemers	6-10
Aantal bijeenkomsten, duur	8 bijeenkomsten van 2 uur en een terugkombijeenkomst
Data & tijden	2x per jaar
Locatie	Waarschijnlijk Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680 E info@zorgvoorjehoofd.nl I www.zorgvoorjehoofd.nl
Verdere informatie via	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680

'Kinderen met Pit'

voor kinderen 8-12 jaar van ouders met psychische en/of verslavingsproblematiek en hun ouders

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

Van de kinderen van ouders met een psychiatrisch probleem of verslavingsproblematiek (KOPP of KVO) krijgt ongeveer één derde later zelf ernstige psychische problemen, zoals stemmingsstoornissen, angststoornissen en alcoholafhankelijkheid. De kans dat ze zo'n stoornis ontwikkelen is anderhalf keer zo hoog als bij andere kinderen. Het gaat om een grote groep: 1,6 miljoen kinderen onder de 22 jaar hebben ouders waarbij een psychische stoornis is gediagnosticeerd en ongeveer 300.000 kinderen hebben een vader en/of moeder met alcoholproblemen (Boel et al., 2001).

WERKWIJZE

'Kinderen met Pit' is een doe-praatgroep voor kinderen van 8 tot 12 jaar die opgroeien in een gezin waarvan een of beide ouders psychiatrische problemen of verslavingsproblemen hebben. Op een ontspannen en speelse wijze wordt gerichte informatie gegeven over het ziektebeeld van de ouder(s) en oefenen de kinderen en jongeren met vaardigheden om specifieke situaties te kunnen hanteren, waarmee zij worden geconfronteerd.

In de ouderbijeenkomsten staat de ouder-kindrelatie centraal.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Binnen (onderdeel van het concern GGzE), Novadic Kentron
Min/max aantal deelnemers	6-10
Aantal bijeenkomsten, duur	8 bijeenkomsten van 2 uur en een terugkombijeenkomst
Data & tijden	2x per jaar
Locatie	Waarschijnlijk Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680 E info@zorgvoorjehoofd.nl I www.zorgvoorjehoofd.nl
Verdere informatie via	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680

'Samen leven op eigen kracht'

voor partners van volwassenen met (mogelijk) autisme (ASS)

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

Mantelzorgers van mensen met een psychiatrische diagnose lopen aanzienlijk risico op het ontwikkelen van een psychische stoornis. Specifiek voor de belasting van mantelzorgers van volwassenen met autisme is het feit dat de diagnose vaak pas op latere leeftijd of helemaal niet wordt gesteld. Deze onzekere factor en het langdurige karakter van de mantelzorg, zorgen voor een extra psychische belasting. Daarnaast wordt autisme door de omgeving vaak niet herkend. Dit heeft een negatief effect op de sociale steun uit de omgeving. Wanneer de mantelzorger de partner is van de volwassene met autisme, neemt het risico op het ontstaan van psychische problematiek nog verder toe. In Nederland zijn veel volwassenen met een diagnose autisme. Er zijn echter vele volwassenen zonder diagnose, maar met duidelijke kenmerken van autisme. Klachten die genoemd worden door partners van volwassenen met (mogelijk) autisme zijn met name gevoelens van eenzaamheid, depressie, burn-out en isolement.

WERKWIJZE

Partners van volwassenen met (vermoedelijk) autisme krijgen informatie aangeboden en oefenen vaardigheden om beter om te kunnen gaan met de gevolgen van het autisme van hun partner voor henzelf. Daarbij krijgen ze probleemoplossende methoden en stressreducerende vaardigheden aangereikt. Daarnaast wordt informatie aangereikt omtrent autisme.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Binnen (onderdeel van het concern GGzE), NVA
Min/max aantal deelnemers	Maximaal 9 personen
Aantal bijeenkomsten, duur	13 bijeenkomsten van 2 uur en 1 terugkombijeenkomst
Data & tijden	4x per jaar
Locatie	Eindhoven
Kosten	€ 50,-
Wijze van aanmelden	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680 E info@zorgvoorjehoofd.nl I www.zorgvoorjehoofd.nl
Verdere informatie via	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680

'Zorg voor elkaar, zorg voor jezelf'

voor mantelzorgers voor mensen met psychotische kwetsbaarheid

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

In Nederland hebben ongeveer 160.00 mensen schizofrenie. Het aantal familieleden dat betrokken is bij de zorg is landelijk ook ongeveer 160.000.

Deze mantelzorgers lopen een aanzienlijk risico om zelf een psychische stoornis te krijgen. Enkele factoren die deze belasting veroorzaken zijn: de zorg om de cliënt, onvoldoende informatie, moeizame samenwerking met de hulpverlening, sociaal isolement.

WERKWIJZE

Familieleden van mensen met schizofrenie krijgen in groepsverband uitleg over het ziektebeeld en behandelmethoden. De cursus biedt vaardigheden om met de ziekte om te gaan. Deelnemers kunnen steun ondervinden bij elkaar door het uitwisselen van ervaringen. De cursus wordt gegeven door twee medewerkers van de GGzE. Daarnaast verzorgen ervaringsdeskundigen onderdelen van de cursus.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Binnen (onderdeel van het concern GGzE)
Min/max aantal deelnemers	8-12
Aantal bijeenkomsten, duur	11 bijeenkomsten van 2 uur
Data & tijden	2x per jaar
Locatie	Eindhoven
Kosten	€ 50,-
Wijze van aanmelden	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680 E info@zorgvoorjehoofd.nl I www.zorgvoorjehoofd.nl
Verdere informatie via	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680

'Ruggesteun'

voor familieleden en mantelzorgers van ouderen met psychiatrische problemen

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Doel van de cursus is het voorkómen van overbelasting bij mantelzorgers van ouderen met psychiatrische problemen en het welbevinden te verbeteren. Het omgaan met iemand met een psychiatrische ziekte is zwaar. Het gedrag is moeilijk te begrijpen, vaak onvoorspelbaar en kost veel energie van de mantelzorger. Deze heeft de neiging om (ver) over de eigen grenzen heen te gaan. Het gaat hierbij meestal om partners of kinderen van ouderen met psychiatrische problemen.

WERKWIJZE

De eigen ervaringen en belevenissen van de deelnemers zijn uitgangspunten van de bijeenkomsten. Een aantal thema's komt in de groep aan bod:

- informatie over diverse ziektebeelden;
- omgaan met je familielid;
- inzicht in eigen gedrag;
- goed zorgen voor jezelf;
- steun vinden bij anderen;
- omgaan met hulpverleners.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Binnen (onderdeel van het concern GGzE)
Min/max aantal deelnemers	8-12
Aantal bijeenkomsten, duur	10 bijeenkomsten van 2 uur en één terugbijeenkomst
Data & tijden	2 groepen per jaar op wisselende dagen en tijden
Locatie	Waarschijnlijk Eindhoven
Kosten	Eigen bijdrage van € 50,-
Wijze van aanmelden	Via secretariaat Binnen (onderdeel van het concern GGzE) T 040 - 2324680 E info@zorgvoorjehoofd.nl I www.zorgvoorjehoofd.nl
Verdere informatie via	secretariaat Binnen (onderdeel van het concern GGzE) T 040 - 2324680 E info@zorgvoorjehoofd.nl I www.zorgvoorjehoofd.nl

'Gesterkt ouderschap'

voor ouders van volwassenen met autisme

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Ouders van volwassenen (18+) met een Autisme Spectrum Stoornis hebben vaak veel vragen en behoefte aan ondersteuning. Een diagnose uit het Autisme Spectrum bij hun kind is mogelijk al op jonge leeftijd gesteld, maar soms pas veel later toen hun zoon of dochter al uit huis was en een eigen weg gezocht had in het leven. Deze weg verloopt echter vaak anders en kan soms zeer moeizaam zijn voor hun kind en zijn/haar omgeving. Met name wanneer hun kinderen volwassen zijn en zij als volwassenen worden bevraagd om te functioneren in relaties, werk, huisvesting, financiën etc.

WERKWIJZE

In groepsverband wordt door ouders gekeken naar mogelijkheden voor meer ervaring in de omgang met hun zoon of dochter met autisme, op een manier waarbij zij zelf en samen als ouders beter in balans zijn.

Steeds zal bij het bespreken van thema's m.b.t. de ontwikkeling van een kind tot volwassene met autisme de vraag centraal staan: hoe zorg je als ouders ook goed voor jezelf? Want in de wirwar van je zoeken en zorg voor je kind sta je lang niet altijd meer stil bij jezelf en wat jij nodig hebt om in balans te blijven.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Binnen (onderdeel van het concern GGzE)
Min/max aantal deelnemers	10 mensen (5 ouderparen)
Aantal bijeenkomsten, duur	13 bijeenkomsten van 2,5 uur
Data & tijden	Start 2x per jaar
Locatie	Eindhoven
Kosten	€50,- per persoon
Wijze van aanmelden	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680 E info@zorgvoorjehoofd.nl I www.zorgvoorjehoofd.nl
Verdere informatie via	Binnen, onderdeel van concern GGzE T 040-2324680 E info@zorgvoorjehoofd.nl I www.zorgvoorjehoofd.nl

Sociaal Raadslieden Werk

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Het is niet makkelijk om in onze samenleving wijs te worden uit alle regelgeving, voorzieningen en inkomstenondersteuning waar men mee te maken krijgt of gebruik van kan maken. Het uitzoeken en aanvragen lukt soms niet. Het Sociaal Raadslieden Werk van Welzijn Eindhoven kan hierbij helpen en ondersteunen. De medewerkers van het sociaal raadslieden werk zijn gespecialiseerd in sociaal juridische vragen en zij zorgen door bijscholing dat zij steeds op de hoogte zijn van de laatste ontwikkelingen.

Voor mantelzorgers zijn er regelingen en inkomstenondersteuning die het financiële aspect van de zorg kunnen verlichten, net als dat er voor langdurig zieken en gehandicapten regelingen en voorzieningen zijn waar men recht op heeft. Als het nodig is helpt Sociaal Raadslieden Werk bij het aanvragen van deze regelingen.

WERKWIJZE

Bij het Sociaal Raadslieden Werk kunt u terecht met vragen op sociaal juridisch gebied, zoals de Sociale zekerheid, Belasting toeslagen, Arbeidsrecht, Huurrecht, Consumentenrecht en Personen en familierecht.

Als u een vraag heeft neemt u contact op met een van de informatie & adviespunten. Langskomen kan natuurlijk ook. Tijdens een afspraak kijkt een medewerker samen met u naar wat er mogelijk is. De informatie blijft vertrouwelijk en er zal altijd geprobeerd worden een oplossing te vinden.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Welzijn Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	Individuele gesprekken van tijdelijke aard
Aantal bijeenkomsten, duur	Gesprekken van 30 minuten, afhankelijk van de vraag vervolg afspraak
Data & tijden	Spreekuren en afspraken
Locatie	Informatie & adviespunten van Welzijn Eindhoven: Woensel: Dr. Cuyperslaan 68, 5623 BB Eindhoven Centrum-Gestel-Strijp-Stratum-Tongelre: Beemdstraat 8-14, 5652 AB Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Bel T 040-21933 of ga naar één van de informatie & adviespunten van Welzijn Eindhoven of mail naar info@welzijneindhoven.nl of kijk op www.welzijneindhoven.nl
Verdere informatie via	Bel T 040-21933 of ga naar één van de informatie & adviespunten van Welzijn Eindhoven of mail naar info@welzijneindhoven.nl of kijk op www.welzijneindhoven.nl

Sociaal-juridische dienstverlening

voor mensen met een beperking of chronische ziekte en hun mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

MEE Zuidoost Brabant is er voor mensen met een verstandelijke, zintuiglijke, meervoudige beperking, lichamelijke beperking of chronische ziekte, mensen met autisme (ASS) én hun mantelzorgers.

MEE heeft sociaal-juridische dienstverleners in huis. Deze geven informatie en advies over zaken die te maken hebben met wetten en regels van de overheid.

Hij of zij kan je ook helpen bij het schrijven van bezwaarschriften of ondersteunen bij een hoorzitting.

Je kunt bij hen terecht met vragen over onder andere:

- sociale zekerheid, bijvoorbeeld de Wajong-uitkering;
- personen- en familierecht, waaronder bewindvoering, mentorschap en curatele;
- Persoonsgebonden Budget (PGB).
- Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO)

WERKWIJZE

In een eerste gesprek bespreekt de consulent je vragen of problemen. Hij of zij kijkt ook of je bij de sociaal-juridisch dienstverlener aan het juiste adres bent. Want misschien zijn er andere instanties die je beter kunnen helpen. Wil je alleen advies of informatie dan krijg je dat. Heb je hulp nodig, bijvoorbeeld wanneer de gemeente je aanvraag voor een vervoersvoorziening heeft afgewezen? Samen met de consulent kijk je wat hier voor nodig is, wie wat gaat doen en wanneer. De sociaal-juridisch dienstverleners op de locatie Eindhoven-De Kempen zijn rechtstreeks te bereiken. Een verwijzing is dus niet nodig.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	MEE Zuidoost Brabant
Min/max aantal deelnemers	Individuele contacten
Aantal bijeenkomsten, duur	Volgens afspraak
Data & tijden	Volgens afspraak, maandag t/m vrijdag tussen 9 en 17 uur
Locatie	Volgens afspraak
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	MEE Zuidoost Brabant T 040-2140404
Verdere informatie via	E info@meezuidoostbrabant.nl I www.meezuidoostbrabant.nl Je kunt ook het informatiecentrum bezoeken: Laan van Diepenvoorde 37-43, Waalre

Gespreksgroepavonden

voor familieleden van mensen met schizofrenie of psychose

soort	vorm	doelgroep
emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Doelstellingen:

- familie en andere betrokkenen de gelegenheid geven om ervaringen uit te wisselen en elkaar te helpen evenwicht in het eigen leven te behouden;
- informatie, steun en advies geven;
- belangenbehartiging.

Er worden diverse activiteiten georganiseerd zoals thema-avonden en gespreksgroepen. Voor wie dat wenst is er gelegenheid voor een gesprek met een belangenbehartiger of vertrouwenscontactpersoon. Ook wordt er maandelijks een nieuwsblad uitgegeven.

WERKWIJZE

Op de thema-avonden wordt een onderwerp centraal gesteld, waar meestal een spreker voor wordt uitgenodigd. Na afloop is er gelegenheid tot vragen stellen.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Ypsilon afdeling Eindhoven & De Kempen
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	1x per maand
Data & tijden	2e dinsdagavond van de maand, tijden 20.00 tot 22.00 uur
Locatie	De Grote Beek Conferentiecentrum of Vergadercentrum: Boschdijk 771, intern adres: Grote Beekstraat 6, Eindhoven
Kosten	Contributie voor lidmaatschap van de landelijke vereniging Ypsilon bedraagt 40 euro per jaar. Om de regio avonden te bezoeken hoeft men geen lid te zijn.
Wijze van aanmelden	Vooraf aanmelden is niet nodig. Bij inloop melden dat men een nieuwe bezoeker is.
Verdere informatie via	Vertrouwenscontactpersoon T 040-2045676 Secretariaat E loes@schinning.net I www.familieverenigingen.ggz-noord-brabant.nl

Workshop 'Mijn verhaal als mantelzorgers'

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Deze workshop is afgeleid van de cursus 'Mijn verhaal als mantelzorgers'. Voorkom overbelasting. Geef nieuwe betekenis aan de relatie met uw ouder die door Trimbos en GGzE is ontwikkeld. Eerder is deze cursus uitgevoerd in de regio Brabant Zuidoost in samenwerking tussen GGzE afdeling Preventie en steunpunten mantelzorg.

WERKWIJZE

De workshop bestaat uit twee dagen met een tussenpoos van drie tot vier weken. Op de eerste dag wordt toegelicht welke verbanden er zijn. Onderwerpen die aan bod kunnen komen zijn: de positieve kanten van de mantelzorg, bewuste keuzes maken en grenzen stellen. Toegelicht wordt hoe in gesprek te gaan over het levensverhaal van de ouder. Je krijgt tips en oefeningen mee om daar in de volgende weken actief mee te oefenen. De tweede dag wordt ingegaan op de ervaringen van mensen in de tussenliggende periode. Daarnaast is ruim aandacht voor de plaats die mantelzorg inneemt in het eigen leven. De workshop wordt gegeven door een hulpverlener van GGzE en een mantelzorgconsulent.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht in samenwerking met Binnen (onderdeel van het concern GGzE)
Min/max aantal deelnemers	10-12
Aantal bijeenkomsten, duur	Twee dagen van 10.00 tot 15.30 uur, inclusief lunch
Data & tijden	De workshop wordt afwisselend met andere thema's in het jaarprogramma van Steunpunt Mantelzorg Verlicht gezet. Zie planning in activiteitenfolder.
Locatie	De Kroon, Kronehoefstraat 21-29 te Eindhoven
Kosten	Eigen bijdrage € 10,-
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Soos

voor partners en kinderen van jong dementerenden

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18 volwassenen 18-65

TOELICHTING

Jong dementerenden zijn mensen bij wie de diagnose dementie is gesteld vóór het 60e levensjaar. Soms ontstaat de ziekte al rond het 35e levensjaar. Naar schatting komt dit bij 12.000 mensen in Nederland voor. De situatie en specifieke problemen bij zowel de jong-dementerende als hun familieleden is vaak anders dan bij mensen die op latere leeftijd gaan dementeren. De jong dementerende is vaak nog actief in het arbeidsproces en/of in de opvoedingssituatie. Er zijn veelal meer gedragsproblemen en een voortdurende onderschatting bij de dementerende van de eigen situatie. Voor kinderen is deze situatie vaak heel lastig om mee om te gaan. Er kan sprake zijn van schaamtegevoel naar vrienden en vriendinnen. Ook zijn er veel vragen over erfelijkheid. Zowel de omgang met de dementerende ouder als met de gezonde ouder kan problemen en/of zorgen geven. Dit alles betekent dat het verzorgen van een dementerende zeer veel van iemand vraagt en dat er een dreiging bestaat dat de mantelzorger zelf psychische problemen ontwikkelt.

WERKWIJZE

Partners en kinderen van mensen die op jonge leeftijd gaan dementeren worden samen met de dementerende zelf uitgenodigd. Na een gezamenlijk welkom wordt er opgesplitst: de jong dementerenden krijgen een ontspanningsprogramma aangeboden. Aan de partners en kinderen wordt informatie over een bepaald thema gegeven, waarna in kleine groepjes ervaringen m.b.t. het thema gedeeld worden (lotgenotencontact). Ter afsluiting wordt er weer gezamenlijk iets gedronken. Op de middag is ook informatiemateriaal beschikbaar over dementie op jonge leeftijd.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Archipel, GGzE, Rode Kruis
Min/max aantal deelnemers	40-100
Aantal bijeenkomsten, duur	2 zondagmiddagen
Data & tijden	2x per jaar
Locatie	Verpleeghuis De Landrijt, Drosserstraat 1, Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	De Landrijt, t.n.v. Thea Stürme T 040-2448500
Verdere informatie via	De Landrijt, t.n.v. Thea Stürme, T 040-2448500 of je contactpersoon bij GGzE of Rode Kruis

Informatie en advies

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Mantelzorgers zijn mensen die de zorg van een naaste op zich genomen hebben. Het geven van mantelzorg verandert iemands leven vaak drastisch. Soms blijft het werk beperkt tot een paar uurtjes per week, soms wordt het een dagtaak. Maar altijd betekent mantelzorg dat u zich van een ding voortdurend bewust bent: iemand die mij nabij is rekent erop dat ik hem of haar terzijde sta. Zorg voor een ander geeft vaak veel voldoening. Toch kan mantelzorg ook belastend worden. De zorg is zwaarder als ingeschat, of duurt langer dan verwacht. Oververmoeidheid, spanningen of een sociaal isolement kunnen het gevolg zijn. Het helpen van een ander kan problemen of vragen oproepen. Soms is een gerichte ondersteuning gewenst van een instantie die u goed informeert en die u de weg wijst in 'zorgland', zoals het Steunpunt Mantelzorg Verlicht.

WERKWIJZE

Medewerkers van het Steunpunt Mantelzorg Verlicht zijn goed op de hoogte van het zorgaanbod in Eindhoven en begrijpen wat het kan betekenen om mantelzorg te zijn. Bij hen kunt u terecht voor informatie. Zij beantwoorden uw vragen en maken desgewenst een afspraak voor u met de mantelzorgconsulent. De mantelzorgconsulent kan u in één of meerdere gesprekken ondersteunen bij het vinden van oplossingen.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	Duur is afhankelijk van de vraag
Data & tijden	Elke werkdag van 09.00-17.00 uur. Wekelijks spreekuur maandags 13.00-15.00 uur en vrijdags 10.00-12.00 uur in Inwonersplein (stadskantoor)
Locatie	Deken van Somerenstraat 4 te Eindhoven
Kosten	Gratis
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Wegwijzer

Voor mantelzorgers en doorverwijzers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

In Eindhoven zijn tal van voorzieningen en diensten waarvan mantelzorgers gebruik kunnen maken. Het komt echter regelmatig voor dat zij voor onverwachte situaties komen te staan en dan niet vinden wat zij zoeken óf ze zijn niet op de hoogte van de mogelijkheden. In de gids staan deze voorzieningen en ondersteuningsmogelijkheden helder bij elkaar. Tenslotte staan er in de gids ook diverse tips voor mantelzorgers, vingerwijzingen om de situatie beter vol te houden.

WERKWIJZE

In de gids staan de voorzieningen en diensten op het terrein van welzijn, wonen en zorg voor mantelzorgers in Eindhoven, zowel van professionele instellingen als die van vrijwilligersorganisaties. Voor specifieke informatie over adresgegevens van de genoemde organisaties neemt u contact op met Steunpunt Mantelzorg Verlicht of raadpleegt u de website van het steunpunt. De informatie is verkrijgbaar via Steunpunt Mantelzorg Verlicht, het Netwerk Mantelzorg Eindhoven en bij het Wmo-loket. Tevens wordt de gids verspreid door hulpverleners en instanties. Daarnaast wordt de gids uitgedeeld tijdens huisbezoeken en voorlichtingsbijeenkomsten.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	N.v.t.
Data & tijden	Wordt periodiek bijgewerkt en staat op de website
Locatie	N.v.t.
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Nieuwsbrief

voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Met vrijwel alle Steunpunten Mantelzorg in Zuidoost-Brabant wordt 4 keer per jaar een nieuwsbrief, M-nieuws geheten, uitgebracht. In de nieuwsbrief staat zowel het landelijk nieuws als informatie voor elk werkgebied afzonderlijk. Met de nieuwsbrief worden mantelzorgers geïnformeerd over regelingen, wetgeving e.d die voor hen van toepassing is. Ook staat er regelmatig een interview met een mantelzorg in.

Drie keer per jaar worden in M-nieuws bonnen voor kortingen en aanbiedingen geplaatst.

Mantelzorgers kunnen die inwisselen op vertoon van hun mantelzorgpas en de stadspas van Eindhoven.

WERKWIJZE

Vier maal per jaar wordt de nieuwsbrief toegezonden aan de mantelzorgers die opgenomen zijn in het adressenbestand van het Steunpunt Mantelzorg Verlicht. Verder wordt de nieuwsbrief verspreid onder intermediairs zoals medewerkers van thuiszorginstellingen, de GGzE, vrijwilligersorganisaties, Welzijn Eindhoven, Verpleeg en Verzorgingshuizen, informatiepunten en belangstellenden. De nieuwsbrief is gratis.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	N.v.t.
Aantal bijeenkomsten, duur	N.v.t.
Data & tijden	4x per jaar
Locatie	N.v.t.
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KC Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Zorg Traject Begeleider (ZTB)

voor mantelzorgers van mensen met dementie

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De Zorgketen Dementie ZPG streeft ernaar om de samenhang, kwaliteit en doelmatigheid van zorg aan mensen met dementie te bevorderen. Bij de zorgketen zijn vrijwel alle zorgaanbieders in de regio, welzijnsorganisaties, Zorgkantoor en cliëntenorganisaties betrokken. Uiteindelijk doel van de Zorgketen Dementie ZPG is om mensen met dementie zo lang mogelijk in hun vertrouwde omgeving te laten blijven wonen als dat de kwaliteit van leven ten goede komt. Om dit te bewerkstelligen is (mede op aandringen van de cliëntenvertegenwoordigers) een nieuwe functie geïntroduceerd, die van Zorgtrajectbegeleider (ztb-er).

WERKWIJZE

Ztb-ers werken autonoom vanuit de Zorgketen en zijn afkomstig uit de deelnemende zorgorganisaties. Zij informeren, adviseren en begeleiden de cliënten en mantelzorgers en hebben de coördinatie over het gehele zorgproces (diagnostiek, behandeling, zorg). Gewoonlijk worden zij door de huisartsen ingeschakeld. Zij zijn voor de cliënt en zijn systeem een vast aanspreekpunt gedurende het gehele ziekteverloop: vanaf de eerste signalen van een vermoeden van dementie tot na het overlijden. Hun opdracht is een integraal en continu zorgaanbod te realiseren conform het Zorgprogramma Dementie, uitgaande van de behoeften van de cliënt en de mantelzorger.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Zorgprogramma Psychogeriatric (ZPG)
Min/max aantal deelnemers	Individueel
Aantal bijeenkomsten, duur	N.v.t.
Data & tijden	Volgens afspraak
Locatie	Bij de cliënt en mantelzorger thuis
Kosten	N.v.t.
Wijze van aanmelden	De huisarts moet de zorgtrajectbegeleiding aanvragen. De mantelzorger kan zich dus met deze vraag bij de eigen huisarts melden.
Verdere informatie via	Secretariaat Zorgketen dementie Tamara Langeslag T 040 - 2973272

Advies en Begeleidingscentrum CVA ketenzorg CVA Eindhoven

voor mantelzorgers van mensen met een CVA

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Het Advies-en Begeleidingscentrum CVA Ketenzorg (ABCVA) richt zich behalve op mensen met CVA ook op hun mantelzorgers. Het doel van het ABCVA is ondersteuning bieden aan de mantelzorgers, zodat ze het zo lang mogelijk op een goede manier vol kunnen houden. Het ABCVA richt zich enerzijds op de zorglast, veroorzaakt onder andere door de onzichtbare gevolgen van het CVA. Anderzijds richt het ABCVA zich op het versterken van de draagkracht van de mantelzorger.

WERKWIJZE

Na ontslag uit een instelling, wordt behalve de CVA-getroffene, ook de mantelzorger uitgenodigd voor een afspraak op het ABCVA. Aan de hand van de CSI-index wordt de situatie van de mantelzorger in beeld gebracht. Desgewenst worden vervolgspraken gemaakt met de mantelzorger afzonderlijk. De ondersteuning richt zich op het versterken van de draagkracht en het verminderen van de draaglast. De mantelzorger kan ook zelf een beroep doen op het ABCVA.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	ABCVA Ketenzorg CVA Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	nvt
Data & tijden	Op afspraak
Locatie	Hoofdgebouw Zuidzorg Eindhoven Le Sage ten Broeklaan 9
Kosten	Gratis
Wijze van aanmelden	Via het ABCVA T 040-2308408 E abcva@zuidzorg.nl
Verdere informatie via	Dorien Huijgen, CVA-verpleegkundige T 040-2308408

Dag van de Mantelzorg

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Met de jaarlijkse Dag van de Mantelzorg worden mantelzorgers een dag in het zonnetje gezet en wordt mantelzorg onder de aandacht gebracht van het grote publiek, organisaties en overheid.

Mantelzorgers zijn welkom op deze dag met informatie, ontspanning en gezelligheid. Op diverse manieren wordt de waardering en erkenning voor mantelzorgers zichtbaar gemaakt. Er wordt ieder jaar een fris en uitnodigend programma samengesteld.

WERKWIJZE

De doelgroep van de mantelzorgers is erg breed. Steunpunt Mantelzorg Verlicht richt zich met speciale acties op jonge mantelzorgers, werkende mantelzorgers en migranten mantelzorgers. In de folder voor de Dag van de Mantelzorg wordt het programma toegelicht en kan men zich aanmelden.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	Afhankelijk van locatie
Aantal bijeenkomsten, duur	Zie uitnodiging Dag van de Mantelzorg
Data & tijden	Op of rond 10 november, Landelijke Dag van de Mantelzorg
Locatie	Afhankelijk van het programma
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht T 088-0031288 Deken van Somerenstraat 4 5611 KX Eindhoven E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

E-mantelzorgcoach CVA Ketenzorg CVA Eindhoven

voor mantelzorgers van mensen met een CVA

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Mantelzorgers kunnen terecht bij de E-mantelzorgcoach voor alle zaken, waar ze in de zorg voor hun naaste met een CVA tegenaan lopen.

WERKWIJZE

Mantelzorgers kunnen hun hart luchten via het e-mailadres van het ABCVA. Ook kunnen zij een vraag stellen en hun telefoonnummer achterlaten, zodat ze teruggebeld kunnen worden. De CVA-verpleegkundige gaat in op de e-mailmelding van de mantelzorgers en stemt af met de mantelzorgers over het vervolg. Dit kan bijvoorbeeld een individueel mantelzorggesprek zijn of verwijzing naar de mogelijkheden voor lotgenotencontact.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	ABCVA Ketenzorg CVA Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	nvt
Data & tijden	Mantelzorgers kunnen ten alle tijden een bericht achterlaten. De ABCVA-verpleegkundige kan twee maal per week reageren op de berichten.
Locatie	nvt
Kosten	nvt
Wijze van aanmelden	nvt
Verdere informatie via	E abcva@zuidzorg.nl

MantelzorgMaatje

voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Een mantelzorger kan rekenen op een MantelzorgMaatje dat tijd en aandacht heeft voor de mantelzorger zelf. Een mantelzorger kan zijn verhaal kwijt bij het Maatje. Samen wordt er gekeken of er mogelijkheden zijn om de cirkel van 'altijd maar zorgen voor een ander' doorbroken kan worden. De vorm van het contact wordt in overleg met de projectcoördinator bepaald. Het kan gaan om samen met het Maatje te gaan wandelen en je hart luchten, maar ook meer coachend op zoek gaan naar mogelijkheden om het eigen netwerk weer uit te breiden.

WERKWIJZE

Eerst is er een intakegesprek met de coördinator. In dit gesprek worden wensen, mogelijkheden en praktische zaken doorgenomen. Daarna wordt er een passend Maatje voor de mantelzorger gezocht. Let op: hier kan enige tijd overheen gaan. Na de eerste kennismaking met het Maatje wordt er een proefperiode afgesproken, om te bekijken of er een goede 'klik' is. Indien er een klik is gaan de vrijwilliger en de mantelzorger voor 12 maanden een contact aan.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Vrijwillige Hulpdienst Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	Een jaar
Data & tijden	In Overleg
Locatie	In overleg (meestal bij de mantelzorger)
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Telefonisch / per mail bij de projectcoördinator T 040-2447669 E Anneke@vhd-eindhoven.nl
Verdere informatie via	Telefonisch / per mail bij de projectcoördinator T 040-2447669 E Anneke@vhd-eindhoven.nl

OntzorgMaatje

voor mantelzorgers van mensen die langdurig ziek zijn

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	individuele ondersteuning	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De mantelzorger kan zijn of haar zorgen enkele uurtjes uit handen geven om zelf iets leuks of nuttigs te ondernemen. Een OntzorgMaatje blijft ondertussen bij de langdurig zieke thuis. Wanneer de wens (en de mogelijkheid) er is kan het ook zijn dat beide er samen op uit gaan. Het OntzorgMaatje mag geen medische handelingen verrichten. En het is niet bedoeld voor mantelzorgers van mensen met dementie.

WERKWIJZE

Eerst is er een intakegesprek met de coördinator. In dit gesprek worden wensen, mogelijkheden en praktische zaken doorgenomen. Daarna wordt er een passend Maatje gezocht.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Vrijwillige Hulpdienst Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	In overleg
Data & tijden	In overleg
Locatie	Aan huis
Kosten	Kilometervergoeding voor de vrijwilliger
Wijze van aanmelden	Telefonisch / per mail bij de projectcoördinator: T 040-2447669 E Anneke@vhd-eindhoven.nl
Verdere informatie via	Telefonisch / per mail bij de projectcoördinator: T 040-2447669 E Anneke@vhd-eindhoven.nl

Senioren ontmoetingspunten

voor senioren en hun mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	ouderen 65+

TOELICHTING

De dagbesteding is voor senioren die kampen met problemen, maar waarbij de zwaarte nog niet leidt tot een AWBZ-indicatie voor dagbehandeling/dagopvang in een verzorgingshuis. Dagbesteding richt zich op senioren die ondersteuning nodig hebben in het zelfstandig functioneren. Deze ondersteuningsbehoefte kan bijvoorbeeld te maken hebben met sociale omstandigheden, zoals dreigend sociaal isolement/eenzaamheid, recent ontslag uit het ziekenhuis, wegvallen partner, verhuizing of ziekte. Ook kan een senior aangemeld worden voor de dagbesteding ter ontlasting van de mantelzorg (respitzorg).

WERKWIJZE

De dagbesteding vindt plaats in (vast) groepsverband, met ondersteuning van professionals én vrijwilligers. Er worden geheugenondersteunende activiteiten en spelen aangeboden, maar ook creatieve ontspanningsactiviteiten. Een ander belangrijk onderdeel van de dagbesteding is de bewegingsactiviteit, waarbij de deelnemers drie kwartier bewegen onder begeleiding van één van onze speciaal opgeleide docenten.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Welzijn Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	max. 12 personen per groep
Aantal bijeenkomsten, duur	Diverse malen per week, één of meerdere dagdelen op verschillende locaties
Data & tijden	Groepen op dinsdag, woensdag en vrijdag
Locatie	Divers
Kosten	Dagdeel: € 29,10 Hele dag: € 37,05
Wijze van aanmelden	Joke Lor T 040-2193471 Na aanmelding (door bv huisarts, thuiszorg, familie of deelnemer zelf) vindt een huisbezoek plaats.
Verdere informatie via	Joke Lor T 040-2193471

Dagbesteding

Voor ouderen

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	groepsactiviteit	ouderen 65+

TOELICHTING

Voor ouderen die met beperkingen te maken hebben maar nog niet zodanig zijn geïndiceerd dat ze terecht kunnen bij de dagbehandeling van verzorgingshuizen biedt Welzijn Eindhoven een dagprogramma aan. Tijdens het dagprogramma worden geheugenondersteunende, creatieve en ontspanningsactiviteiten georganiseerd. Een vast onderdeel is een bewegingsaanbod voor ouderen. Ook wordt gezorgd voor rusttijd, koffie, thee en een warme maaltijd. Door het aanbieden van dit dagprogramma worden mantelzorgers tijdelijk ontlast van hun zorgtaken. Er is voor deelname aan dagbesteding geen indicatie nodig.

WERKWIJZE

Ouderen kunnen 1 of 2 dagen in de week aan de dagbesteding deelnemen. Indien vervoer nodig is wordt dat geregeld voor een eigen bijdrage van 3 euro per dag.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Welzijn Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	1-2 bijeenkomsten per week
Data & tijden	Naar gelang de behoefte een halve of hele dag
Locatie	Verschillende locaties in Eindhoven
Kosten	€ 7,30 per dag. Als de kosten te hoog zijn, kan een aanvraag bij bijzondere bijstand ingediend worden
Wijze van aanmelden	Bij Welzijn Eindhoven door ouderen zelf of via derden. Informatie & adviespunten van Welzijn Eindhoven: Woensel: Dr. Cuyperslaan 68, 5623 BB Eindhoven Centrum-Gestel-Strijp-Stratum-Tongelre: Beemdstraat 8-14, 5652 AB Eindhoven
Verdere informatie via	Welzijn Eindhoven T 040-2193300 E info@welzijneindhoven.nl I www.welzijneindhoven.nl

Café Brein

voor mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH), mantelzorgers en andere betrokkenen

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Jaarlijks lopen 50.000 Nederlanders hersenletsel op, waarvan het in 30.000 gevallen een beroerte betreft. De hersenen worden plotseling beschadigd, wat gevolgen heeft. De beschadiging kan optreden door een storing in de doorbloeding van de hersenen, waarbij in ernstige gevallen de getroffenene in coma kan raken. Bij een kleine groep getroffenenen wordt het Niet Aangeboren Hersenletsel veroorzaakt door een hersenvliesontsteking. Een bijzondere groep vormen de getroffenenen bij wie een hersentumor is vastgesteld.

Hoewel de hersenen vaak opmerkelijk goed kunnen herstellen, geldt dat er na het optreden van een ernstige beschadiging altijd sprake is van blijvend hersenletsel. De getroffenene zal dan met ernstige beperkingen moeten leren verder leven. Hij zal vaak aangewezen zijn op hulpverlening door familie, lotgenoten of professionals. Terugkeer naar huis is vaak alleen mogelijk met veel aanpassingen en soms zal de getroffenene niet meer zelfstandig kunnen wonen. Voor de mantelzorger wordt het leven en omgaan met iemand met Niet Aangeboren Hersenletsel een opgave.

WERKWIJZE

Bij elke bijeenkomst staat een bepaald thema centraal. Meestal wordt een deskundige of een mantelzorger geïnterviewd over diens kennis en ervaringen m.b.t. het thema. Na de pauze kan iedereen vragen stellen en wordt men door de "kroegbazen" (zo worden de gespreksleiders genoemd) uitgenodigd om de ervaringen te delen en is er ruimte voor discussie.

In een ontspannen ongedwongen sfeer kan men lotgenoten ontmoeten en informatie en ervaringen uitwisselen over Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH). Er is tevens informatiemateriaal aanwezig. Men kan binnen lopen zonder zich aan te melden. Mantelzorgers en belangstellenden die aankondigingen en verslagen willen ontvangen, kunnen hun emailadres doorgeven aan het Steunpunt Mantelzorg Verlicht.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Archipel, Blixembosch, Steunpunt Mantelzorg Verlicht, ZuidZorg, GGzE, Triocen
Min/max aantal deelnemers	30-100
Aantal bijeenkomsten, duur	2-maandelijkse bijeenkomsten
Data & tijden	2e maandag van de even maanden van 19.30 tot 21.30 uur
Locatie	Gebouw ZuidZorg, Le Sage ten Broeklaan 11, Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Open inloop
Verdere informatie via	Steunpunt Mantelzorg Verlicht Deken van Somerenstraat 4 5611 KC Eindhoven T 088-0031288 E info@mantelzorgverlicht.nl I www.mantelzorgverlicht.nl

Dagbehandeling

Voor jongeren in de midden leeftijd met dementie, cognitieve problemen of Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH) of lichamelijke aandoeningen

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning groepsactiviteit	volwassenen 18-65

TOELICHTING

Dagbehandeling voor mensen beneden de 60 jaar met een dementie of NAH of lichamelijke aandoening die een zinvol dagprogramma wordt aangeboden in de vorm van behandeling, dagbesteding en eventueel arbeid gerelateerde activiteiten.

Doelstelling: Ondersteunend te zijn in het dagritme van cliënten en ondersteuning aan de thuissituatie zodat cliënten zolang mogelijk in eigen omgeving kunnen blijven wonen.

Aan de cliënten wordt begeleiding, opvang, veiligheid en structuur geboden door een groepsgerichte en/of een individuele benadering.

WERKWIJZE

Dagelijkse dagbehandeling waar een dagbesteding programma wordt aangeboden afgestemd op de individuele behoefte van de cliënt. Iedere cliënt heeft een individueel zorg/behandelplan. Iedere cliënt wordt ondersteund door een persoonlijk contactverzorgende. Er is een multidisciplinair team aanwezig voor specifieke ondersteuning. Hierbij moet je denken aan verzorgende, artsen, psycholoog, fysiotherapie, logopedie, muziektherapie enz.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Archipel
Min/max aantal deelnemers	30 personen per dag verdeeld over diverse groepen
Aantal bijeenkomsten, duur	5 dagen per week
Data & tijden	Dagelijks gemiddeld van 9.00 uur tot 16.00 uur
Locatie	De Landrijt / Dommelhoef
Kosten	AWBZ (indicatie van het CIZ noodzakelijk)
Wijze van aanmelden	Via het CIZ.
Verdere informatie via	Consulentenzorg- en dienstverlening, leidinggevende dagbehandeling De Wende, verpleeghuis De Landrijt. T 040-2448500

Informatievoorziening en advisering

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Onze samenleving wordt steeds ingewikkelder. Er zijn steeds meer regels die eisen stellen aan ons allemaal. Het is goed te begrijpen wanneer u door de vele regels even niet meer weet wat er van u verwacht wordt. De maatschappelijk werkers van Welzijn Eindhoven zijn opgeleid om u dan te helpen. En vaak kan over problemen praten al een hele opluchting zijn.

Soms kan het verlenen van steun voor de mantelzorger zelf zwaar zijn of kan het hulp verlenen vragen oproepen. Vaak kunt u die zelf oplossen, maar het kan ook dat u er niet uitkomt, niet de gewenste informatie ontvangt of dat u een specifiek advies wenst. Uw vraag kan gaan over: problemen met contacten met derden, financiële problemen, problemen met de uitkering en of met instanties.

WERKWIJZE

Bij Maatschappelijk werk kunt u terecht voor veel verschillende onderwerpen. Enkele onderwerpen waar Maatschappelijk werk regelmatig mee te maken krijgt: problemen in de leefomgeving (thuis, familie, buurt), echtscheiding, problemen binnen relaties, vereenzaming, omgaan met geld en opvoeden.

Zit u ergens mee in uw maag, kom dan naar een van de Informatie & adviespunten voor een persoonlijk gesprek. Het streven is om te zoeken naar een blijvende oplossing die het beste bij u past en om problemen niet te laten escaleren. Met de informatie wordt uiteraard vertrouwelijk omgegaan. Als Maatschappelijk werk niet de hulp kan bieden die u nodig heeft, gaat men op zoek naar vervolg hulp.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Welzijn Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	Afhankelijk van de vraag zowel individueel als groepsgewijs aanbod mogelijk
Aantal bijeenkomsten, duur	Afhankelijk van de vraag
Data & tijden	Open inloopspreekuur tijdens werkdagen van 13.00 uur-15.00 uur
Locatie	Informatie & adviespunten van Welzijn Eindhoven: Woensel: Dr. Cuyperslaan 68, 5623 BB Eindhoven Centrum-Gestel-Strijp-Stratum-Tongelre: Beemdstraat 8-14, 5652 AB Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Via de Informatie & adviespunten T 040-2193300 E info@welzijneindhoven.nl
Verdere informatie via	Via de Informatie & adviespunten T 040-2193300 E info@welzijneindhoven.nl

Psychosociale begeleiding

Voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Onze samenleving wordt steeds ingewikkelder. Er zijn steeds meer regels die eisen stellen aan ons allemaal. Het is goed te begrijpen wanneer u door de vele regels even niet meer weet wat er van u verwacht wordt. De maatschappelijk werkers van Welzijn Eindhoven zijn opgeleid om u dan te helpen. En vaak kan over problemen praten al een hele opluchting zijn.

Soms kan het verlenen van steun voor de mantelzorger zelf zwaar zijn of kan het hulp verlenen vragen oproepen. Vaak kunt u die zelf oplossen, maar het kan ook dat u er niet uitkomt, niet de gewenste informatie ontvangt of dat u een specifiek advies wenst. Uw vraag kan bijvoorbeeld gaan over: problemen met contacten met derden, financiële problemen, problemen met de uitkering en of met instanties.

WERKWIJZE

Bij Maatschappelijk werk kunt u terecht voor veel verschillende onderwerpen. Enkele onderwerpen waar Maatschappelijk werk regelmatig mee te maken krijgt: problemen in de leefomgeving (thuis, familie, buurt), echtscheiding, problemen binnen relaties, vereenzaming, omgaan met geld en opvoeden.

Zit u ergens mee in uw maag, kom dan naar een van de Informatie&adviespunten voor een persoonlijk gesprek. Het streven is om te zoeken naar een blijvende oplossing die het beste bij u past en om problemen niet te laten escaleren. Met de informatie wordt uiteraard vertrouwelijk omgegaan. Als Maatschappelijk werk niet de hulp kan bieden die u nodig heeft, gaat men met u op zoek naar vervolg hulp.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Welzijn Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	Afhankelijk van de vraag zowel individueel als groepsgewijs aanbod mogelijk
Aantal bijeenkomsten, duur	Afhankelijk van de vraag
Data & tijden	Spreekuur
Locatie	Informatie & adviespunten van Welzijn Eindhoven: Woensel: Dr Cuyperslaan 68, 5623 BB Eindhoven Eindhoven Centrum-Gestel-Strijp-Stratum-Tongelre: Beemdstraat 8-14, 5652 AB Eindhoven
Kosten	
Wijze van aanmelden	T 040-2193300 E info@welzijneindhoven.nl
Verdere informatie via	T 040-2193300 E info@welzijneindhoven.nl

Zorg-site

voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	individuele ondersteuning	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Als iemand uit uw directe omgeving ziek wordt, wilt u graag weten hoe het ermee gaat en of u wat kunt doen. De directe mantelzorger vindt vragen om hulp soms moeilijk, onder andere omdat hij weet dat degene aan wie hij het vraagt het lastig vindt om nee te zeggen. Hiervoor is een elegante en handige oplossing gevonden: de zorgsite.

Via www.zuidzorg.nl/mantelzorgondersteuning kan een speciale en beveiligde website geopend worden. Op de site kunt u een rooster van taken of bezoektijden aanmaken. Door familie of vrienden uit te nodigen lid te worden, kan ieder aangesloten lid zichzelf inplannen of activiteiten aankondigen. Het netwerk heeft zo via de agenda altijd een overzicht wie wanneer aanwezig is en wanneer er gaten vallen. Doordat ieder zelf kan kiezen waar hij zijn bijdrage levert, is de bereidheid om deel te nemen groot. Uiteraard heeft uw eigen zorgsite ook uitgebreide mogelijkheden om informatie en nieuws uit te wisselen tussen alle leden.

WERKWIJZE

Zuidzorg ondersteunt haar cliënten, mantelzorgers en medewerkers door de zorgsite GRATIS te verstrekken. Bij het openen van een zorgsite hoeft u alleen maar aan te geven of u cliënt of medewerker bent van Zuidzorg. Ga naar www.zuidzorg.nl/mantelzorgondersteuning en neem een kijkje. Is het niet voor nu of niet voor uzelf, dan is het misschien een heel handige tip voor later of voor een ander.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Zuidzorg
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	nvt
Data & tijden	nvt
Locatie	Besloten en beveiligde internetsite
Kosten	Gratis voor cliënten en medewerkers van Zuidzorg
Wijze van aanmelden	www.zuidzorg.nl/mantelzorgondersteuning
Verdere informatie via	www.zuidzorg.nl/mantelzorgondersteuning

Vakantie

Voor mantelzorgers van mensen met dementie

soort	vorm	doelgroep
emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Gedurende een aantal weken per jaar reserveert het Nederlandse Rode Kruis voor groepen dementerenden met of zonder partner de Rode Kruisvakantiehôtels en het Rode Kruisvakantieschip. De mantelzorger kan samen met de dementerende op vakantie gaan waarbij deskundige begeleiding aanwezig is en de zorg grotendeels wordt overgenomen.

Zo'n lotgenotenvakantie biedt een goede mogelijkheid om ervaringen uit te wisselen.

WERKWIJZE

Wanneer u met een vakantie mee wilt, meldt u zich aan bij de vakantiecoördinator van de plaatselijke Rode Kruisafdeling. Deze maakt een afspraak voor een bezoek thuis waarbij u informatie krijgt over het vakantieaanbod en uw verwachtingen kunt aangeven.

Op een aanmeldingsformulier geeft u aan welke zorg u wenst, de hulpmiddelen die u gebruikt, of u alleen of met een partner/bekende op vakantie wilt en andere wensen. De vakantiecoördinator zorgt er vervolgens voor dat uw vakantieaanvraag in behandeling wordt genomen (op basis van medische indicatie en zorgvraag) en dat u zo spoedig mogelijk een bevestiging of beargumenteerde afwijzing krijgt.

Mocht uw plaatselijke afdeling geen vakantieplaatsen meer hebben, dan kunt u ook rechtstreeks bij één van de accommodaties boeken. Op basis van uw wensen en de beschikbare weken, krijgt u de aanmeldingsformulieren thuis gestuurd. U vult deze in en stuurt ze retour naar de accommodatie. Uw aanvraag wordt beoordeeld op basis van de medische indicatie en zorgaanvraag. De bevestigingsbrief of eventuele afwijzing wordt in dit geval rechtstreeks aan u gestuurd.

Een belangrijk verschil tussen rechtstreeks boeken of via de afdeling is de financiële bijdrage. Bij een rechtstreekse boeking kunt u geen gebruik maken van de financiële bijdrage van de plaatselijke Rode Kruisafdeling voor een deel van uw vakantie.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Nederlandse Rode Kruis
Min/max aantal deelnemers	
Aantal bijeenkomsten, duur	nvt
Data & tijden	Aanbod
Locatie	Rode Kruisvakantiehôtels en het Rode Kruisvakantieschip
Kosten	Deelnemersbijdrage verschilt per vakantie
Wijze van aanmelden	Nederlandse Rode Kruis, District Eindhoven en Omstreken T 040-2443311 of Servicebureau T 070-4455888 of E info@redcross.nl
Verdere informatie via	Nederlandse Rode Kruis, District Eindhoven en Omstreken T 040-2443311 of Servicebureau T 070-4455888 of E info@redcross.nl

Ondersteuningsgroep

voor mantelzorgers van dementerende ouderen

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Zes procent van de mensen boven de 65 dementeren. In Nederland wordt ongeveer tweederde deel van de dementerenden thuis verzorgd. Het is met name de familie van de dementerende die de mantelzorg op zich neemt. Wanneer de dementerende nog een partner heeft blijkt meestal de partner, ongeacht of deze nu man of vrouw is, de zorg op zich te nemen. Onder kinderen zien we met name vrouwen in deze rol. De belasting van mantelzorgers van dementerenden wordt veroorzaakt door anticiperend rouwproces, confrontatie met gedragsproblemen, rolomkering, sociaal isolement, spanningen binnen eigen gezin en werk, morele keuzeproblemen, gebrek aan informatie. Dit alles betekent dat het verzorgen van een dementerende zeer veel van iemand vraagt en dat er een dreiging bestaat dat de mantelzorger zelf psychische problemen ontwikkelt.

WERKWIJZE

Partners en familieleden van dementerenden delen in de groep hun ervaringen in de omgang met hun dementerend familielid met lotgenoten (emotioneel niveau). Men krijgt inzicht in het eigen handelen en in het gedrag van de dementerende en men leert op een andere, minder belastende, manier met de dementerende om te gaan (vaardigheidsniveau). Verder krijgt men informatie over dementie. Er wordt gewerkt aan de hand van een draaiboek, waarin een 12-tal modules/thema's beschreven staan.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	ZuidZorg, DommelRegio, GGzE, GOW/Steunpunten Mantelzorg, LEVgroep, Welzijn Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	8-12
Aantal bijeenkomsten, duur	10 bijeenkomsten van 2 uur en 1 terugkombijeenkomst. Na afloop krijgt men de mogelijkheid aangeboden om met ondersteuning nog langer bij elkaar te komen.
Data & tijden	5-6x per jaar
Locatie	Op telkens een verschillende plaats in Eindhoven of in de regio
Kosten	€ 15,-
Wijze van aanmelden	ZuidZorg verpleegkundig specialist geriatrie De Run 5601 DK Veldhoven T 040-2308408
Verdere informatie via	Verpleegkundig specialist geriatrie (ZuidZorg) T 040-2308408 of je contactpersoon bij het GOW / Steunpunten Mantelzorg, GGzE, DommelRegio, LEVgroep, Welzijn Eindhoven.

Alzheimer Café

voor dementerenden, mantelzorgers en andere betrokkenen

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Zes procent van de mensen boven de 65 dementeeert. In Nederland wordt ongeveer tweederde deel van de dementerenden thuis verzorgd. Het is met name de familie van de dementerende die de mantelzorg op zich neemt. Wanneer de dementerende nog een partner heeft blijkt meestal de partner, ongeacht of deze nu man of vrouw is, de zorg op zich te nemen. De belasting van mantelzorgers van dementerenden wordt veroorzaakt door een anticiperend rouwproces, een confrontatie met gedragsproblemen, een rolomkering, sociaal isolement, spanningen binnen eigen gezin en werk, morele keuzeproblemen en gebrek aan informatie.

Dit alles betekent dat het verzorgen van een dementerende veel van iemand vraagt en dat er een dreiging bestaat dat de mantelzorger zelf psychische problemen ontwikkelt.

WERKWIJZE

Bij elke bijeenkomst staat een bepaald thema centraal. Meestal wordt een deskundige of een mantelzorger geïnterviewd over diens kennis en ervaringen m.b.t. het thema. Na de pauze kunnen de aanwezige dementerenden, mantelzorgers en andere belangstellenden vragen stellen en worden zij door de "kroegbazen" (zo worden de gespreksleiders genoemd) uitgenodigd om hun ervaringen te delen. In een ontspannen ongedwongen sfeer kan men lotgenoten ontmoeten en informatie en ervaringen uitwisselen over dementie. Er is tevens informatiemateriaal aanwezig. Men kan binnen lopen zonder zich aan te melden.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	RSZK, GGzE, SWOVE, Alzheimer Afdeling Zuidoost-Brabant, de Zorgboog, GGZ Oost Brabant, Savant, Welzijn Eindhoven, Archipel, SWOH, Land van Horne, Paladijn, Valkenhof, Zuidzorg
Min/max aantal deelnemers	30-100
Aantal bijeenkomsten, duur	Maandelijks
Data & tijden	Tijden in alle café's: van 19.30 - 21.30 uur. Data zie locatie.
Locatie	In Eersel: Ontmoetingscentrum Eikenburg, Eikenburg 10, elke 2e donderdag van de maand (behalve juli en augustus) In Eindhoven: DAF museum, Tongelresestraat 27, elke 3e maandag van de maand (behalve juli en augustus) In Helmond: Serviceflat de Ameidepark 8, elke 3e donderdag van de maand (behalve juli en augustus) In Maarheeze: Cultureel Centrum De Smeltkroes, Kijkakkers 1, elke 2e woensdag van de maand (behalve juli en augustus)
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Open inloop
Verdere informatie via	Eersel: Carolien van der Heijden T 040-2540066 Eindhoven: Thea Sturme T 040-2448500 Helmond: Stichting Welzijn Ouderen T 0492-541181 Maarheeze: Marjolein Dubbelman T 040-2265597 I www.alzheimer-nederland.nl

Mappa Mondo

Voor kinderen met een levensbedreigende ziekte

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18

TOELICHTING

De zorg voor een kind met een levensbedreigende ziekte kan voor ouders (tijdelijk) zwaar zijn. Wanneer ze toe zijn aan een adempauze, kunnen ze de specialistische zorg van hun kind uit handen geven aan Mappa Mondo huizen. In de kleinschalige, huiselijke woningen omringen we de kinderen met de beste zorg en veel warmte en liefde. Bijna net als thuis. En de ouders? Die hebben weer even tijd voor elkaar of voor de andere kinderen uit het gezin.

WERKWIJZE

Verpleegkundigen, pedagogen en vrijwilligers zorgen dat de kinderen een zo gewoon mogelijke, prettige logeertijd hebben bij Mappa Mondo.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Nederlandse Rode Kruis
Min/max aantal deelnemers	8 kinderen
Aantal bijeenkomsten, duur	nvt
Data & tijden	24 per dag
Locatie	Markt 6 5581 GK Waalre
Kosten	€ 240,- per etmaal met Persoonsgebondenbudget(PGB)/ zorg in natura
Wijze van aanmelden	Mappa Mondo Waalre: T 040-2354770 Indicatieadviseur Mappa Mondo: Marij van Beers T 06-23528418
Verdere informatie via	www.mappamondo.nl

Dagbehandeling

Voor ouderen

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning groepsactiviteit	ouderen 65+

TOELICHTING

Tijdens de dagbehandeling in verpleeghuizen wordt naast een gewenste therapie of behandeling aan ouderen met dementie of een cognitief probleem of een lichamelijk probleem zinvolle dagbesteding aangeboden en afgestemd op de individuele behoefte van de cliënt. Doel is om door therapie (indicatie CIZ voor de zorgvrager is richtinggevend) ondersteunend te zijn, verbeteringen te beogen ofwel verergering te voorkomen en zo de zelfstandigheid te vergroten c.q. te behouden in het dagritme van cliënten.

Er zijn somatische groepen (SG) en groepen voor psycho-geriatrische klachten (PG). Aan dementerenden wordt opvang, veiligheid en structuur geboden door een groepsgerichte benadering en begeleiding van de cliënt. Indien vervoer nodig is wordt dat meegenomen in de indicatie. Dagbehandeling is als ondersteuning aan de thuissituatie opdat cliënten zolang mogelijk in eigen omgeving kunnen blijven wonen.

WERKWIJZE

Afhankelijk van de indicatie en de wensen van de betrokkenen (SG of PG) en afhankelijk van de locatie worden de deelnemers één of meerdere dagdelen per week opgevangen. De opvang vindt plaats in een therapeutisch klimaat. Iedere cliënt heeft een individueel zorg/behandelplan (en een dagbestedingsplan) en wordt ondersteund door een persoonlijk contactverzorgende. Er vinden naast behandelingen activiteiten plaats zoals geheugentraining, kookgroepen en spelactiviteiten. De opvang wordt ondersteund door activiteitenbegeleiders en verzorgenden. Er is een multidisciplinair team aanwezig voor specifieke ondersteuning. Hierbij kun je denken aan verzorgenden, artsen, psychologen, fysiotherapie, logopedie, muziektherapie enz.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Vitalis WoonZorg Groep, Archipel
Min/max aantal deelnemers	Per locatie verschillend
Aantal bijeenkomsten, duur	Per locatie verschillend
Data & tijden	Per locatie verschillend bv van 10.00 uur tot 16.00 uur of van 12.00 uur tot 18.00 uur of van 9.00 uur tot 16.00 uur
Locatie	SG: Peppelrode, Brunswijck, De Weerde, Dommelhoef PG: Peppelrode en Brunswijck, De Weerde, De Landrijt, Strijp/Passaat
Kosten	AWBZ (indicatie van CIZ noodzakelijk)
Wijze van aanmelden	Via CIZ. Huis van voorkeur krijgt de indicatie en verzorgt het wachtlijstenbeheer
Verdere informatie via	Woonzorgadviseurs en zorgbureau en consultants. Archipel T 040-2486324 Vitalis T 0800-2456456

Dagverzorging

Voor ouderen

soort	vorm	doelgroep
praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	ouderen 65+

TOELICHTING

Dagverzorging is voor mensen die al enige zorg nodig hebben en gedurende de dag zinvol en actief bezig gehouden willen worden. Het wordt aangeboden in verzorgingshuizen met een indicatie van het CIZ. De verzorging wordt gecombineerd met een zinvolle dagbesteding. Doel is om de zelfstandigheid van de cliënt te vergroten c.q. te behouden.

Vervoer moet door de zorgvrager zelf geregeld worden want het wordt niet mee genomen in de indicatie. Mantelzorgers worden betrokken bij en ondersteund in de zorg van de cliënt door de ontlasting in de 24 uren zorg voor de cliënt in de thuissituatie.

WERKWIJZE

Afhankelijk van de groep (SG of PG) en afhankelijk van de locatie en de wensen van de betrokkenen worden de deelnemers één of meerdere dagdelen per week opgevangen.

De opvang vindt plaats in een therapeutisch klimaat. Er vinden activiteiten voor ouderen plaats zoals geheugentraining, kookgroepen en spelactiviteiten. De opvang wordt ondersteund door activiteitenbegeleiders en verzorgenden.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Vitalis WoonZorg Groep, Archipel
Min/max aantal deelnemers	Per locatie verschillend
Aantal bijeenkomsten, duur	Per locatie verschillend
Data & tijden	Per locatie verschillend bv van 10.00 uur tot 16.00 uur of van 12.00 uur tot 18.00 uur.
Locatie	Wilgenhof, Horst/Kronehoef, Theresia, Tongelre, Brunswijck, Peppelrode, Engelsbergen, Vonderhof, Kortonjo, Oranjerie, Eerdbrand.
Kosten	AWBZ (indicatie van CIZ noodzakelijk)
Wijze van aanmelden	Via het CIZ Huis van voorkeur krijgt de indicatie en verzorgt het wachtlijstenbeheer
Verdere informatie via	Woonzorgadviseurs en zorgbureau en consultants zorg- en dienstverlening. Archipel T 040-2486324 Vitalis T 0800-2456456

Familieavonden / inloopmiddag

Voor mantelzorgers van mensen die gebruik maken van de diensten van een verzorgingshuis

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

Informatie gericht op gedrag en belevingswereld, en de beperkingen van de cliënt met een lichamelijke aandoening en/of in de leefwijze van de dementerende, gericht op de mantelzorg. De mantelzorgers heeft inzicht in de beperkingen en de mogelijkheden van de cliënt. De mantelzorgers krijgt advies voor praktische en emotionele ondersteuning over de gevolgen die de beperking met zich meebrengt. De mantelzorgers wordt ondersteund in het ziekteproces door gebruik te maken van de gelegenheid om met lotgenoten te praten en inzicht te krijgen in de dagstructuur. De mantelzorgers wordt op de hoogte gebracht van de praktische zaken, (organisatie, ontwikkelingen binnen de locatie, hoe de zorg is gecoördineerd etc.).

Op enkele locaties heeft de mantelzorgers inbreng in de thema's of onderwerpen die hij/zij wil bespreken.

WERKWIJZE

Twee keer per jaar worden de contactpersonen van de cliënten uitgenodigd voor een familieavond en/of inloopmiddag. Zij zijn in de gelegenheid andere familieleden mee te brengen naar deze bijeenkomsten. De familieavond wordt door de verantwoordelijke afdeling georganiseerd. Bij veel locaties wordt per bijeenkomst een verslag gemaakt en kan men een evaluatieformulier invullen.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Vitalis WoonZorg Groep, Archipel
Min/max aantal deelnemers	nvt
Aantal bijeenkomsten, duur	2x per jaar ongeveer 2 uur
Data & tijden	middag of avond
Locatie	Verschillende locaties
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Via uitnodiging door de teamleider en activiteitenbegeleider. Afhankelijk van het onderwerp/thema wordt er gebruik gemaakt van verschillende disciplines. De contactpersonen krijgen een uitnodiging. Zij zijn in de gelegenheid om een ander familielid mee te nemen.
Verdere informatie via	Teamleider van de locatie waar de cliënt gebruik van maakt. Archipel T 040-2486324 Vitalis T 0800-2456456

'Na een beroerte, zorg(n)loos verder?'

voor mantelzorgers van mensen met een CVA

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

De gespreksgroep wordt georganiseerd in samenwerking met CVA-patiëntenvereniging Samen Verder. De groep is bedoeld voor de doelgroep: mensen met een CVA en/of hun partners. Dat betekent dat partners ook afzonderlijk deel kunnen nemen.

Door middel van informatie en advies, het uitwisselen van ervaringen en lotgenotencontact krijgen deelnemers tools in handen om gemakkelijker met hun situatie om te kunnen gaan. Deelnemers zijn na het stoppen van de gespreksgroep automatisch een jaar lid van Samen Verder.

WERKWIJZE

De gespreksgroep wordt begeleid door twee CVA-verpleegkundigen. Het programma bestaat uit enkele gezamenlijke bijeenkomsten van getroffen en hun partners en enkele bijeenkomsten, die door de getroffen en hun partners afzonderlijk gevolgd worden. Dit geeft de mogelijkheid voor partners om vrijuit te spreken over hun situatie met lotgenoten.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	ABCVA Ketenzorg CVA Eindhoven, in samenwerking met Punt Extra Zuidzorg en de CVA patiëntenvereniging Samen Verder
Min/max aantal deelnemers	8-16
Aantal bijeenkomsten, duur	6 bijeenkomsten en 1 terugkombijeenkomst
Data & tijden	De gespreksgroep wordt bij voldoende belangstelling georganiseerd in het voor- en in het najaar. Tijdstip: 14.00-16.00 uur.
Locatie	Hoofdgebouw Zuidzorg, Le Sage ten Broeklaan 11
Kosten	50 euro
Wijze van aanmelden	Via Punt Extra of via het ABCVA (abcva@zuidzorg.nl)
Verdere informatie via	Dorien Huijgen, CVA-verpleegkundige T 040-2308408

'Zorg voor jezelf' dagen

voor mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

OpKracht is een zelfstandige samenwerking van Mezzo en Menzis en wil een bijdrage leveren aan het welzijn van mantelzorgers door het aanbieden van respijttarrangementen. Deze zijn gericht op ontspanning, ontmoeting en ontplooiing. Met deze activiteiten willen zij mantelzorgers een moment van rust en ontspanning geven, maar ook specifiek inspireren en nieuwe kracht geven. De respijttarrangementen zijn meerdaagse bijeenkomsten die plaatsvinden in een weekend of midweek in sfeervolle hotels op mooie locaties in de natuurlijke omgeving van bos, hei of strand. Soms wordt een vaartocht ondernomen op een historisch zeilschip.

WERKWIJZE

Afhankelijk van het soort arrangement kan deelgenomen worden aan een veelheid aan activiteiten variërend van sportief tot mediatief. Wandelen langs het strand, fietsen langs de Brabantse vennen of een excursie met een boswachter over de Veluwe zijn populaire bezigheden. Tijdens ieder arrangement is een deskundig begeleider aanwezig waar mensen met al hun vragen terecht kunnen en die een luisterend oor kan bieden op momenten dat dat gevraagd wordt. Wanneer mensen lid zijn van Mezzo of verzekerd bij Menzis kunnen zij in aanmerking komen voor korting of vergoeding van het arrangement.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	OpKracht
Min/max aantal deelnemers	20
Aantal bijeenkomsten, duur	Per arrangement verschillend
Data & tijden	Per arrangement verschillend
Locatie	Per arrangement verschillend
Kosten	Per arrangement verschillend, maaltijden inbegrepen; mogelijk extra faciliteiten zoals sauna of zwembad.
Wijze van aanmelden	Boekingslijn: T 0900-7377458 (0.10 cent p/min.) Maandag t/m donderdag 9.00-12.30 uur en 13.00-16.00 uur Vrijdag 9.00-13.00 uur.
Verdere informatie via	OpKracht Molenweg 49A 6741 KK Lunteren T 0900-7377458 (0.10 cent p/min.) I www.opkracht.nl

Ondersteuningsgroep

voor partners van jong dementerenden

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18 volwassenen 18-65

TOELICHTING

Jong dementerenden zijn mensen bij wie de diagnose dementie is gesteld vóór het 60e levensjaar. Soms ontstaat de ziekte al rond het 35e levensjaar. Naar schatting komt dit bij 12.000 mensen in Nederland voor. De situatie en specifieke problemen bij zowel de jong-dementerende als hun familieleden is vaak anders dan bij mensen die op latere leeftijd gaan dementeren. De jong dementerende is vaak nog actief in het arbeidsproces en/of in de opvoedingssituatie. Er zijn veelal meer gedragsproblemen en een voortdurende onderschatting bij de dementerende van de eigen situatie. Dit alles betekent dat het verzorgen van een dementerende zeer veel van iemand vraagt en dat er een dreiging bestaat dat de mantelzorger zelf psychische problemen ontwikkelt.

WERKWIJZE

Partners van mensen die op jonge leeftijd gaan dementeren delen in de ondersteuningsgroep hun ervaringen in de omgang met andere partners (emotioneel niveau). Men krijgt inzicht in het eigen handelen en in het gedrag van de dementerende en men leert op een andere, minder belastende, manier met de dementerende om te gaan (vaardigheidsniveau). Verder krijgt men informatie over dementie op jonge leeftijd.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	GGzE, Archipel, Alzheimer Nederland
Min/max aantal deelnemers	8-12
Aantal bijeenkomsten, duur	10 bijeenkomsten van 2 uur en 1 terugkombijeenkomst
Data & tijden	1-2 x per jaar
Locatie	Meestal Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	GGzE, Centrum voor Ouderenpsychiatrie Frédéric Geven, T 040-2973100 Archipel T 040-2448500
Verdere informatie via	GGzE, Centrum voor Ouderenpsychiatrie Frédéric Geven, T 040-2973100 Archipel T 040-2448500

Mantelzorgsalon ABCVA Ketenzorg CVA Eindhoven

voor mantelzorgers van mensen met een CVA

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies emotionele ondersteuning	groepsactiviteit	jongeren 0-18 volwassenen 18-65 ouderen 65+

TOELICHTING

4x per jaar organiseert het Advies en begeleidingscentrum CVA in samenwerking met het Steunpunt Mantelzorg Verlicht Mantelzorgsalon bijeenkomsten. Deze vier bijeenkomsten hebben een thema, dat verband houdt met het vinden van een nieuwe balans als mantelzorger. De bijeenkomsten zijn los van elkaar te bezoeken.

WERKWIJZE

In een informele sfeer vindt uitwisseling plaats. Daarbij is ruime mogelijkheid tot lotgenotencontact en samen zijn.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	ABCVA Ketenzorg CVA Eindhoven i.s.m. Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Min/max aantal deelnemers	8-12
Aantal bijeenkomsten, duur	4x per jaar losse themabijeenkomsten
Data & tijden	Data worden in overleg bepaald. Tijdstip: 14.00-17.00 uur.
Locatie	Hoofdgebouw Zuidzorg Le Sage ten Broeklaan 11
Kosten	Gratis deelname
Wijze van aanmelden	Advies en begeleidingscentrum CVA Le Sage ten Broeklaan 11 5615 CP Eindhoven E abcva@zuidzorg.nl T 040-2308408
Verdere informatie via	Advies en begeleidingscentrum CVA Le Sage ten Broeklaan 11 5615 CP Eindhoven E abcva@zuidzorg.nl T 040-2308408 (als u uw telefoonnummer achterlaat, wordt u terug gebeld)

Ouderenadviseur

voor ouderen en hun mantelzorgers

soort	vorm	doelgroep
informatie en advies praktische ondersteuning emotionele ondersteuning	individuele ondersteuning	ouderen 65+

TOELICHTING

Ouderenadviseurs zijn gespecialiseerd om zelfstandig wonende senioren van 65 jaar en ouder te helpen bij allerlei soorten vragen/problemen. Het kan te maken hebben met vragen op het gebied van wonen, zorg, welzijn en financiën. Het kan ook te maken hebben met rouw- beklagenbehartiging en verlieservaring, zingevingsvragen en eenzaamheid. Vaak gaat het om een combinatie van diverse soorten vragen. Ouderenadviseurs bieden concrete dienstverlening, bemiddeling en belangenbehartiging en begeleiding. Zij kunnen mensen in contact brengen met allerlei sociale, sportieve en andere tijdsbesteding. Door de hulp van de ouderenadviseur wordt de zelfredzaamheid vergroot. Ouderenadviseurs bieden kosteloos en onafhankelijk: informatie, advies, hulp en begeleiding.

WERKWIJZE

Er kan telefonisch contact opgenomen worden of gemaïld naar het centraal mailadres om een afspraak te maken. Het is mogelijk dat de ouderenadviseur op huisbezoek komt. Na het eerste contact wordt er samen met de oudere gekeken welke oplossing het beste bij zijn/haar vraag past. Soms is een enkel gesprek voldoende, soms zijn er meerdere gesprekken nodig. Met de informatie die gegeven wordt, wordt vertrouwelijk omgegaan. De ouderenadviseurs hebben beroepsgeheim.

PRAKTISCHE INFO

Organisatie	Welzijn Eindhoven
Min/max aantal deelnemers	Afhankelijk van de vraag
Aantal bijeenkomsten, duur	Afhankelijk van de vraag
Data & tijden	Op Afspraak
Locatie	Informatie & Adviespunten Welzijn Eindhoven: Woensel: Dr. Cuyperslaan 68, 5623 BB Eindhoven Gestel, Strijp, Stratum, Tongelre: Beemdstraat 8-14, 5652 AB Eindhoven
Kosten	Geen
Wijze van aanmelden	Welzijn Eindhoven T 040-2193300 E info@welzijneindhoven.nl
Verdere informatie via	Welzijn Eindhoven T 040-2193300 E info@welzijneindhoven.nl