

mnieuws



Mantelzorg-compliment 2026

Vanaf 1 juli tot 1 november kan het Mantelzorgcompliment 2026 weer worden aangevraagd. Dit compliment is bedoeld als blijk van waardering voor mantelzorgers die zich langdurig inzetten voor een naaste.

Je komt in aanmerking wanneer je minimaal 8 uur per week, meer dan gebruikelijke zorg verleent, gedurende ten minste drie aaneengesloten maanden in 2026. Bij een goedgekeurde aanvraag ontvang je rond Kerst een geldbedrag van maximaal €200, afhankelijk van het totaal aantal aanvragen. Je kunt het Eindhovense mantelzorgcompliment aanvragen wanneer de zorgvrager in Eindhoven woont en je niet betaald wordt voor de geboden zorg bijvoorbeeld vanuit een PGB.

Let op: Een mantelzorger mag één compliment ontvangen, ook als hij/zij voor meerdere mensen zorgt.

Aanvragen via het Mantelzorgportaal

Vanaf dit jaar verloopt de aanvraag volledig via het digitale Mantelzorgportaal. Dit is een afgeschermd, beveiligde omgeving die je toegang geeft tot specifieke diensten zoals het aanvragen van het mantelzorgcompliment. In de toekomst wordt het mantelzorgportaal met meer diensten uitgebreid. Als je als mantelzorger bij ons bekend bent ontvang je in juni via de mail hierover meer informatie en een persoonlijke inlogcode. Nieuwe mantelzorgers moeten zich eerst bij het steunpunt inschrijven en krijgen daarna hun inlogcode toegestuurd.

Vanaf begin juli vind je de link om het mantelzorgcompliment aan te vragen op onze website: [Mantelzorgcompliment - GGD Mantelzorg](#)

Hulp nodig?

Lukt het niet om de aanvraag digitaal te doen? Neem dan telefonisch contact op met het steunpunt. Een medewerker kan, op afspraak, telefonisch helpen bij het invullen.

We gaan ervan uit dat de digitale 'website-goden' ons goed gezind zijn en de overgang naar het Mantelzorgportaal soepel verloopt. Dat betekent ook dat het mantelzorgcompliment vanaf 2026 niet meer op papier kan worden aangevraagd.

Dementie en ondersteuning

Dementie raakt niet alleen de persoon die de diagnose dementie heeft. De ziekte heeft ook invloed op de partner, familie en vrienden. Mantelzorgers worstelen vaak met vragen en twijfels. Er komt veel op je af, zowel in dingen die je moet regelen als emotioneel. Hoe ga je hiermee om?

In deze serie van 6 bijeenkomsten krijg je meer informatie over dementie en deel je ervaringen met andere mantelzorgers. Je krijgt praktische tips en ontdekt nieuwe manieren om met situaties om te gaan.

En je vindt een luisterend oor, begrip en herkenning.

Om de kracht van de groep het best te benutten, nodigen we je van harte uit om de hele serie bijeenkomsten te volgen. Je meldt je dus aan voor een volledige serie, later instromen is niet mogelijk.

De data zijn 3 september, 17 september, 1 oktober, 15 oktober, 29 oktober en 12 november. De bijeenkomsten zijn op donderdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur in Buurthuis 't Trefpunt, Belgiëplein 20 in Eindhoven. Aanmelden is verplicht.

Leven na mantelzorg

Intensief zorgen voor iemand die je dierbaar is, kan veel van je vragen. Als je dierbare overlijdt, stopt niet alleen de zorg.

Je dagelijkse ritme ziet er anders uit, je rol verandert, je moet zoeken naar een nieuwe balans. Misschien voelt het zelfs alsof je een stukje van jezelf bent kwijtgeraakt. Ook in deze fase kun je bij ons terecht.

De ondersteuningsgroep *Leven na mantelzorg* is speciaal voor mantelzorgers die het afgelopen jaar afscheid moesten nemen van degene voor wie ze zorgden. In een serie van 4 bijeenkomsten kijk je, met anderen

die hetzelfde doormaken als jij, samen naar hoe je het dagelijks leven opnieuw vorm geeft. Je ontdekt opnieuw wat voor jou belangrijk is en hoe je stap voor stap verder gaat. Ook bespreken we hoe je ruimte maakt voor herinneren en herdenken. De ondersteuningsgroep bestaat uit een serie van 4 bijeenkomsten; 29 september, 13 oktober, 27 oktober en 10 november. Je bent van harte welkom, we vragen je om bij alle 4 bijeenkomsten aanwezig te zijn.

Tijd: 13.30 - 15.30 uur. Locatie: Wijkcentrum FAB28, Fabritiuslaan 28. Aanmelden is verplicht.

Kennismakingsbijeenkomst Mantelzorg overkomt je

Ben je nog niet zo lang mantelzorger, of realiseer je je pas sinds kort dat wat jij doet eigenlijk mantelzorg is? Dan kan het voelen alsof je in een wirwar van vragen, emoties en taken terecht bent gekomen.

Mantelzorg overkomt je vaak. Je rolt erin omdat iemand die je dierbaar is jouw hulp nodig heeft: je partner, kind, ouder, buur of vriend. Je doet het met liefde maar dat betekent niet dat het altijd vanzelf gaat. Veel nieuwe mantelzorgers ontdekken pas later hoeveel ze eigenlijk doen, en wat dat van hen zelf vraagt. In de bijeenkomst

'Mantelzorg overkomt je' helpen we je om weer overzicht te krijgen. Je krijgt informatie, herkenning en handvaten om je weg te vinden in deze nieuwe situatie, zodat je met meer rust en vertrouwen verder kunt.

Datum: Dinsdag 16 juni
Tijd: 14.00 - 15.30 uur
Locatie: St. Joris Gildehuis, Boutenslaan 159A, Eindhoven
Aanmelden is verplicht.

Activiteiten juni-september

Wil je meedoen met een van de activiteiten die we organiseren in Eindhoven? Je bent van harte welkom! Meld je vooraf aan via mantelzorgverlicht.nl/agenda-overzicht. Lukt het niet om online aan te melden, neem dan gerust contact met ons op via **088 0031 288**. Aanmelden voor een activiteit is noodzakelijk. En mocht je toch

niet kunnen komen dan is het **belangrijk dat je je ook afmeldt**. Als je je aanmeldt rekenen we op je en worden er kosten gemaakt om de activiteit te organiseren. Kun je onverhoopt niet, bel ons op telefoon 088 0031 288. Kom je niet zonder afmelding dan zullen we helaas de kosten voor de activiteit bij je in rekening moeten brengen.

Juni

Ma 1	9.30 - 11.00 uur Inloopspreekuur Mevlana Moskee
Di 2	10.30 - 12.30 uur Philips fruittuin/ Samen even uit de zorg
Wo 3	14.30 - 17.00 uur Week van de jonge mantelzorger (8 t/m 13 jaar)
Wo 3	9.30 - 11.00 uur Inloopspreekuur Fatih Moskee
Do 4	19.00 - 20.30 uur Week van de jonge mantelzorger (14 t/m 24 jaar)
Ma 8	19.30 - 21.30 uur Cafe Brein Eindhoven (NAH)
Wo 10	9.30 - 12.00 uur Inloopspreekuur Stichting Ik Wil
Zo 14	11.00 - 14.00 uur Dag van de Mantelzorg
Di 16	14.00 - 15.30 uur Workshop Mantelzorg overkomt je
Do 18	11.30 - 13.20 uur Lunchconcert/ Samen even uit de zorg
Vr 19	11.00 - 14.00 uur Dag van de Mantelzorg
Wo 24	11.00 - 14.00 uur Dag van de Mantelzorg

Juli

Wo 1	10.30 - 12.00 uur Zomerse ontmoeting
Di 7	10.30 - 12.30 uur Philips fruittuin/ Samen even uit de zorg
Wo 8	9.30 - 12.00 uur Inloopspreekuur Stichting Ik Wil
Di 14	13.30 - 15.30 uur Mantelzorgcafe/Ontspannen... Hoe doe je dat?
Wo 22	10.30 - 12.00 uur Zomerse ontmoeting

Augustus

Di 4	10.30 - 12.30 uur Philips fruittuin/ Samen even uit de zorg
Wo 12	10.30 - 12.00 uur Zomerse ontmoeting
Ma 17	19.30 - 21.30 uur Cafe Brein Eindhoven (NAH)
Wo 26	10.30 - 12.00 uur Zomerse ontmoeting

September

Di 1	10.30 - 12.30 uur Philips fruittuin/ Samen even uit de zorg
Wo 2	9.30 - 11.00 uur Inloopspreekuur Fatih Moskee
Do 3	10.00 - 12.00 uur Ondersteuningsgroep Dementie (start)
Ma 7	9.30 - 11.00 uur Inloopspreekuur Mevlana Moskee
Wo 9	13.30 - 15.30 uur Mantelzorgcafe/Zorgen voor iemand met psychische kwetsbaarheid
Wo 9	9.30 - 12.00 uur Inloopspreekuur Stichting Ik Wil
Do 10	10.00 - 12.00 uur Voorlichting - Ouders van zorgintensieve kinderen/ Balans en verbinding
Di 15	19.00 - 21.00 uur Voorlichting - Werk en mantelzorg/ Werken, Zorgen, Volhouden
Do 17	11.30 - 13.20 uur Lunchconcert/ Samen even uit de zorg
Di 29	13.30 - 15.30 uur Ondersteuningsgroep - Leven na mantelzorg (start)

Mantelzorgcafé, zomer en najaar

In het Mantelzorgcafé ontmoet je andere mantelzorgers in een ontspannen sfeer. Iedere bijeenkomst heeft een eigen thema en biedt zowel praktische informatie als ruimte om ervaringen te delen. Het eerste uur staat in het teken van kennis en tips; daarna kun je in gesprek met andere mantelzorgers en vragen stellen aan de mantelzorgconsulent.

Op dinsdag 14 juli is het thema: Ontspannen... hoe doe je dat?

Hoe vindt je rust wanneer de zorg altijd doorgaat? Wat helpt om even op te laden? We delen inzichten en praktische handvatten en gaan hiermee aan de slag. Natuurlijk is er ook ruimte om ervaringen uit te wisselen met andere mantelzorgers.

Tijd: 13.30 tot 15.30 uur, inloop vanaf 13.00 uur.

Locatie: St. Joris Gildehuis, Boutenslaan 159A in Eindhoven.

Op 9 september is het thema: Zorgen voor iemand met een psychische kwetsbaarheid.

Als je zorgt die minder veerkrachtig is door een psychische aandoening, een beperking of langdurige stress, wat betekent dit voor jou als mantelzorger? Hoe ga je om met onvoorspelbaarheid, grenzen en balans? De dynamiek is anders dan bij lichamelijke zorg: gedrag, emoties en communicatie spelen een belangrijke rol. Je krijgt informatie, tips en herkenning van anderen die in een vergelijkbare situatie zitten.

Tijd 19.00 tot 21.00 uur, inloop vanaf 18.30 uur

Locatie: Wijkcentrum FAB28, Fabritiuslaan 28 in Eindhoven.

Het mantelzorgcafé is gratis en toegankelijk voor alle mantelzorgers in Eindhoven. Wel graag van tevoren aanmelden.

We kijken ernaar uit je te ontmoeten.

Wereld Alzheimer Dag

Op 21 september is het Wereld Alzheimer Dag, een dag waarop wereldwijd aandacht wordt gevraagd voor dementie en de impact die deze ziekte heeft op mensen die ermee leven én op hun naasten. Dementie is inmiddels één van de grootste volksziekten, en het aantal mensen dat ermee te maken krijgt blijft groeien. Toch heerst er nog vaak stilte, onzekerheid of schaamte rondom het onderwerp.

Alzheimer Dag wil die stilte doorbreken. Het is een moment om stil te staan bij wat dementie betekent in het dagelijks leven: veranderingen in gedrag, geheugen en zelfstandigheid, maar ook de kracht van herkenning, begrip en verbinding. Voor mantelzorgers is het vaak een intensieve en emotionele reis, waarin liefde en zorg hand in hand gaan met zorgen, vragen en soms overbelasting. Door samen aandacht te vragen voor dementie, vergroten we het begrip in de

samenleving en wordt het makkelijker om tijdig hulp te zoeken. Want niemand zou er alleen voor moeten staan - niet de persoon met dementie, en ook de mantelzorger niet.

Het thema voor Wereld Alzheimer Dag 2026 is 'Ik blijf meedoen'. Dit benadrukt hoe belangrijk het is dat mensen met dementie en hun naaste kunnen blijven deelnemen aan het dagelijks leven en sociale contacten kunnen behouden. Door het hele land worden activiteiten georganiseerd die bijdragen aan een dementievriendelijke samenleving, zoals workshops, ontmoetingen en informatieve sessies.

Ook in Eindhoven wordt stilgestaan bij Wereld Alzheimer Dag. **Op zaterdag 19 september** vinden in de Heuvel diverse activiteiten plaats waar iedereen welkom is. Een actueel overzicht van alle activiteiten in Nederland is te vinden op www.alzheimer-nederland.nl.