

M-nieuws



De kwestie

Steunpunt Mantelzorg Verlicht krijgt regelmatig interessante vragen en opmerkingen van en voor mantelzorgers. Daarom behandelen we in elke uitgave van M-nieuws een 'opvallende kwestie'. Dit keer is de kwestie: 'de onzichtbaarheid van de jonge mantelzorgers'.

Mogelijk is het je opgevallen dat het steunpunt actief aandacht schenkt aan jonge mantelzorgers. In de praktijk komen we regelmatig jongeren tegen die opgroeien in een zorgsituatie. Als een van de ouders, of een broertje of zusje extra hulp nodig heeft, heeft dit ook zijn weerslag op de (andere) kinderen. Eén op 10 kinderen kan gezien worden als jonge mantelzorgers.

Kinderen die opgroeien met ziekte en extra zorg thuis, worden hier altijd mee geconfronteerd. Vaak helpen ze mee met de zorg, doen klusjes, passen op of vragen zelf minder hulp/aandacht. Jonge mantelzorgers kiezen niet voor de zorgsituatie. Het is voor hen belangrijk om te leren binnen de mantelzorgsituatie toch ook eigen keuzes te maken en hun grenzen aan te geven. Zodat zij zorg en jeugd kunnen combineren. En school en ontspanning in balans staan met zorg. Net als bij volwassen mantelzorgers biedt het steunpunt ondersteuning aan jonge mantelzorgers. Nog steeds zijn veel volwassenen zich niet bewust dat zij mantelzorgers zijn, laat staan jonge mantelzorgers. Help andere jonge mantelzorgers door in je eigen omgeving alert te zijn op kinderen die opgroeien met zorg. Stimuleer hen om zich aan te melden bij Steunpunt Mantelzorg Verlicht. Naast eventuele individuele steun organiseren we regelmatig groepsactiviteiten voor jonge mantelzorgers waarbij ontspanning voorop staat.

Geen spreekuren in het stadskantoor

Tijdens de kerstvakantie is er vanaf maandag 26 december geen spreekuur. Maandag 9 januari staan wij weer voor je klaar in het Stadskantoor. Natuurlijk kun je de consultants van Steunpunt Mantelzorg Verlicht tijdens de vakantieperiode wel bereiken voor vragen en ondersteuning op de Deken van Somerenstraat 4, telefoonnummer 088 0031 288.

Dag van de Mantelzorg 2011

De Dag van de Mantelzorg is dit jaar afgesloten op 11.11.11 met een concert van Gerard van Maasakkers in het Parktheater. Bijna 300 mantelzorgers luisterden met herkenning en ontroering naar de oude en nieuwe liedjes die Gerard in een speciaal programma voor mantelzorgers had samengebracht. Na afloop hebben de bezoekers met elkaar en met Gerard bij een drankje en lekkere hapjes van bakker Meelmuts nagepraat. Als klap op de vuurpijl verzamelden alle aanwezigen zich op de trap van de foyer waar de Eindhovense fotograaf Jos Lammers er in slaagde om iedereen op de foto te krijgen. Alle foto's van de Dag van Mantelzorg zijn te zien op www.mantelzorgverlicht.nl, onder Foto's en films.



Lunch in de voortuin, de Etalage, 't Cruydenhuisch en de Herberg.

Lipdub 'in the spotlights' in Dynamo, voor jonge mantelzorgers



Oproep voor vrijwilligerswerk

Ben je op zoek naar een leuke activiteit, kom je graag met mensen in contact, ben je een beetje op de hoogte van het aanbod dat organisaties hebben voor onder andere mantelzorgers? Het Steunpunt Mantelzorg Verlicht en de Gezondheid en Zorgwijzer hebben beide behoefte aan vrijwilligers die 1 of 2 dagdelen per week willen bijspringen. Heb je belangstelling? Maak dan een afspraak met Liesbeth Hendriks van Steunpunt Mantelzorg Verlicht. Je kunt bellen 088 0031 288 of mailen: info@mantelzorgverlicht.nl



Lekker Koppig
kapsalon

Mecklenburgstraat 1
(hoek Mauritsstraat), Eindhoven
www.robinhoodeindhoven.nl

@DE ETALAGE

**50% KORTING
OP KNIPPEN EN STYLEN**

Actie is geldig t/m 29 februari 2012 tegen inlevering van deze coupon en tonen van pas



50% KORTING

**EEN STRIPPENKAART (11 STRIPPEN)
VOOR FITNESS IN DYNAMO
VAN €20,- VOOR €10,-!**

Catharinaplein 21, Eindhoven
www.dynamo-eindhoven.nl

Actie is geldig t/m 15 maart 2012 tegen inlevering van deze coupon en tonen van pas



De Wasvenboerderij
Celebeslaan 30
5641 AG Eindhoven
www.wasven.nl

VOL = VOL

GRATIS WASVENWINTERWANDELING

Rondleiding speciaal voor vrijwilligers en mantelzorgers. Wandeling vol wetenswaardigheden, anekdotes en nieuwsfeitjes met na afloop heerlijke glühwein en warme chocolademelk. Zondag 29-01-2012 van 10:30 - 12:00 uur. Aanmelden: natuurwerkgroep@wasven.nl of bel Kees van Grevenbroek: 06-11178637

Actie is geldig op 29 januari 2012 tegen inlevering van deze coupon en tonen van pas



HET MES SNIJDT AAN TWEE KANTEN

Jij: Een mooi zakmesje. Je collega-vrijwilliger: 3 x per jaar een magazine vol acties en kortingen.

OP = OP



Meld je een collega-vrijwilliger aan voor Kanjers magazine dan krijg je een mooi zakmes van Bahco kado. Aanmelden via www.vrijwilligerspunteindhoven.nl

www.bahco.com

Actie is geldig t/m 15 maart 2012 tegen inlevering van deze coupon en tonen van vrijwilligerspas

In combinatie met de mantelzorgpas en de stadspas kan de mantelzorger gebruik maken van bijgaande kortingcoupons. Deze nieuwsbrief wordt verzonden per adres. Indien op dit adres meer mantelzorgers gebruik willen maken van de coupons, kunnen zij daarover contact opnemen met het Steunpunt.

Ontmoeten en onthaasten

In de eerste week van november kwamen 120 mantelzorgers op vier locaties in Eindhoven samen voor een lunch en een workshop onder de titel 'ontmoeten en onthaasten'. Alle deelnemers reageerden enthousiast op deze kleinschalige vorm van ontmoeten en ontspannen. Op de echte landelijke Dag van de Mantelzorg van donderdag 10 november, verzamelden jonge mantelzorgers zich in Dynamo voor een workshop lipdub. Onder leiding van regisseur Frederik en cameraman Boet werkten jonge mantelzorgers de hele middag aan een filmpje. Het resultaat mag er zijn en wordt geplaatst op de website van Steunpunt Mantelzorg Verlicht en op Youtube.

Wij zijn benieuwd naar jouw ervaringen rond de Dag van de Mantelzorg. Bij deze M-nieuws is een evaluatieformulier ingesloten. Wil je dit formulier invullen en terugsturen naar Steunpunt Mantelzorg Verlicht, Antwoordnummer 10422, 5600 VB Eindhoven

Mantelzorgcadeau en pas

Iedere mantelzorger uit Eindhoven kan zich inschrijven bij Steunpunt Mantelzorg Verlicht en ontvangt dan het Mantelzorgcadeau en de mantelzorgpas. Wil je het cadeau en de pas ontvangen? Neem dan contact op met Steunpunt Mantelzorg Verlicht, telefoon 088 0031 288 of info@mantelzorgverlicht.nl. Je kunt ook langskomen op het wekelijks inloopspreekuur in het Inwonersplein (Stads-kantoor) op maandag van 13.00 tot 15.00 uur en op vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur.

Activiteiten en Ondersteuning voor mantelzorgers in 2012

De nieuwe folder met het jaaraanbod 2012 van Steunpunt Mantelzorg Verlicht is uit! Je ontvangt de folder bij deze M-nieuws. Wil je aan een activiteit deelnemen? Geef je voor het eerste kwartaal van 2012 bij Steunpunt Mantelzorg Verlicht Eindhoven op via 088 0031 288 of info@mantelzorgverlicht.nl of het antwoordstrookje (zonder postzegel) opsturen naar: Steunpunt Mantelzorg Verlicht, Antwoordnummer 10422, 5600 VB Eindhoven. Graag het antwoordstrookje duidelijk invullen zodat wij je kunnen bereiken om wijzigingen door te geven!

- Ja, ik kom naar de lotgenotengroep op 11 januari, 8 februari en 14 maart
- Ja, ik kom naar Creatieve Koffie op 25 januari 'Harmonie in huis'
- Ja, ik kom naar Creatieve Koffie op 26 januari 'Harmonie in huis'
- Ja, ik kom naar Creatieve Koffie op 20 maart 'Lekkers om bij te leuteren'
- Ja, ik kom naar Creatieve Koffie op 21 maart 'Lekkers om bij te leuteren'
- Ja, ik kom naar de ondersteuningsgroep voor ex-mantelzorgers die 12 januari start
- Ja, ik kom naar de lotgenotengroep voor werkende mantelzorgers die 31 januari start
- Ja, ik kom naar de workshop 'G-denken' op 6 en 27 maart
- Ja, ik kom naar de workshop 'zoete koekjes bakken' op 4 april (voor jonge mantelzorgers)

Vergeet niet de eigen bijdragen voor de creatieve koffie en de workshop vooraf over te maken. Wanneer je verhinderd bent, wordt de bijdrage geretourneerd tenzij de verhindering niet op tijd is doorgegeven.

De heer / mevrouw

Straat

Postcode

Woonplaats

Telefoon

Mobiel

E-mail