

mnieuws

In dit nummer

De Kwestie; lastige regels voor mantelzorgers

Dag van de Mantelzorg 2017

Korting op huishoudelijke hulp



Bij het zorgatelier word je weer trots op jezelf

We zijn op bezoek bij het Zorgatelier in Eindhoven, een creatieve dagbesteding voor mensen met niet aangeboren hersenletsel (NAH). Eigenaar Niels Vrijken leidt ons rond en vertelt enthousiast over zijn Zorgatelier: "Vijf dagen per week ontvangen wij hier acht tot negen deelnemers per dag, die zich naar hartelust creatief kunnen uiten."

Er worden de meest prachtige werken gemaakt. Wij kijken onze ogen uit, tekeningen, schilderijen, mozaïekwerkstukken, het ene werk is nog mooier dan het andere. Niels: "Het geldt voor iedereen hier... de mensen met NAH zijn zoveel kwijtgeraakt. Ze moeten zichzelf hervinden. Stuk voor stuk worstelen ze met hun eigenwaarde. Doordat ze hier creatief bezig kunnen zijn, en zelf zien dat ze nog steeds mooie dingen kunnen maken, bloeien ze op en zie je hun zelfvertrouwen groeien. Bij het zorgatelier worden mensen met NAH weer trots op zichzelf. Daarom houd ik zoveel van mijn werk."

"De tijd die onze cursisten hier doorbrengen, biedt de mantelzorgers wat tijd voor zichzelf"

Eigen behoeftes

"We ontvangen mensen met een niet aangeboren hersenletsel, bijvoorbeeld mensen die een herseninfarct hebben gehad, of mensen die leiden aan MS, Parkinson, ALS of Lyme. Ieder die hier komt heeft zijn eigen verhaal, en zijn eigen redenen om te komen en eigen behoeftes. Daar proberen we zoveel mogelijk aan te voldoen. Een deelnemer moet er plezier en voldoening uithalen om creatief bezig te zijn. We hebben maar een paar voorwaarden waar iemand aan moet voldoen om te kunnen komen. Zo moet de deur niet op slot hoeven en iemand moet zelfstandig naar het toilet kunnen gaan."

Diverse mogelijkheden

"Er is een groot verschil tussen de deelnemers. De ene werkt aan eigen ideeën en een ander kan dat niet meer, maar kan wel heel mooi iets namaken. En dat is allemaal oké. Als het nodig is helpen we iemand op weg. Dan kiezen we samen een onderwerp en zoeken we de materialen bij elkaar, zodat iemand aan de slag kan. Sommige mensen komen 2,5 dag per week en anderen komen eens in de twee weken een dagdeel. Niets moet en alles kan. En niet onbelangrijk! De tijd die onze cursisten hier doorbrengen

biedt de mantelzorgers even wat tijd voor zichzelf."

Naast Niels werken er bij het zorgatelier twee betaalde krachten en zeven vrijwilligers. Niels: "We zorgen ervoor dat er in iedere ruimte altijd twee begeleiders zijn. De dag begint om negen uur. Daarna vult iedereen zijn of haar eigen programma in; de een start met een kop koffie en een krantje en de ander gaat meteen creatief aan de slag. Maar er is zeker ook tijd voor ontspanning; we bieden koffiepauzes aan waar je vrijwillig gebruik van kunt maken. We lunchen gezamenlijk met zowel de deelnemers van de ochtend- als de middaggroep. Dan is er altijd wel iets lekkers als een tosti of een gebakken eitje. Na de lunch kan even worden gerust, als daar behoefte aan is. Rond vier uur sluiten we de dag af."

Wat voor jou?

Niet aangeboren hersenletsel (NAH) kan een grote impact hebben op je leven. Het kan zich onder andere uiten in geheugenproblemen, vermoeidheidsklachten, prikkelbaarheid en/of spraak- en taalproblemen. Wellicht ervaar jij of een dierbare één of meerdere van deze gevolgen en ben je op zoek naar een (creatieve) dagbesteding op maat die ondersteunend zou kunnen zijn. Misschien is het Zorgatelier Eindhoven geschikt. Deze dagbesteding wordt door de gemeente vergoed als het binnen de indicatie valt die de gemeente heeft afgegeven. Of je ervoor in aanmerking komt kun je bijvoorbeeld navragen bij de gemeente Eindhoven of via WijEindhoven.

De kwestie

Steunpunt Mantelzorg Verlicht krijgt regelmatig interessante vragen en opmerkingen van mantelzorgers. Daarom behandelen we in elke M-nieuws een 'opvallende kwestie'.

Deze keer is de kwestie: 'let op wettelijke regels die het geven van mantelzorg lastig maken'.

Tv programma Radar liet eind vorige maand een verhaal zien van een mantelzorgster met een bijstandsuitkering die gemachtigd was om geld te pinnen namens haar moeder. Doordat zij dit niet meldde bij de gemeente komt zij nu fors in de problemen. De gemeente vindt dat deze mantelzorgster kon beschikken over het vermogen van haar moeder voor haar eigen levensonderhoud. De mantelzorgster moet hiervoor bijna 30.000 euro terugbetalen.

In plaats van mantelzorg te stimuleren zijn er een aantal regels die het mantelzorgers moeilijk kunnen maken in hun zorg voor een ander. Andere voorbeelden zijn:

- Kostendelersnorm; waarbij er gekort wordt op een bijstandsuitkering wanneer je gaat samenwonen met een hulpbehoevende.

- Medehuurderschap; waarbij door in te trekken in de huurwoning van degene voor wie je zorgt, je na het overlijden van de zorgvrager op straat komt te staan. Je kunt pas na twee jaar medehuurderschap aanvragen bij een woningcorporatie. Bovendien wordt die niet altijd gehonoreerd.

Het is dus belangrijk om altijd goed na te gaan wat de wettelijke consequenties kunnen zijn als je intensief mantelzorg geeft. Met betrekking tot het voorbeeld bij Radar, worden mantelzorgers die in de bijstand zitten geadviseerd om zo transparant mogelijk te zijn over toegang die ze hebben tot het vermogen van hun zorgvrager (via een machtiging of een volmacht). Dus om dit vooraf aan te geven bij de gemeente en een waterdichte administratie bij te houden van alle betalingen. Een en/of-rekening op naam van zowel zorgvrager als (bijstandsgerechtigde) mantelzorgster is niet verstandig.

Wil je meer informatie of wil je reageren op deze kwestie?

Mail naar info@mantelzorgverlicht.nl of bel het steunpunt op 088 0031 288. Schrijven kan ook naar Steunpunt Mantelzorg Verlicht, Clausplein 10, 5611 XP Eindhoven.

Dag van de Mantelzorg 2017

Op 10 november j.l. was het weer zover: de landelijke Dag van de Mantelzorg. Steunpunt Mantelzorg Verlicht organiseerde dit jaar smakelijke lunches en diners verspreid over diverse locaties in Eindhoven. Het thema van dit jaar luidde: "Mantelzorg doe je in je eentje, maar ook samen."

Om dit extra kracht bij te zetten hadden de workshops dit keer een muzikaal en swingend karakter. Onder begeleiding van enthousiaste dansleraren en een Djembé trommelgroep hebben de aanwezige mantelzorgers - alleen en samen - een dansje of muziekstuk gemaakt.



Passepartout 2018

In 2018 wordt de actie van het gratis passe-partout voor zwemmen en schaatsen met een jaar verlengd. De gemeente Eindhoven waardeert de inzet van mantelzorgers en daarom kunnen zij extra voordelig zwemmen en schaatsen in

Eindhoven. Met het gratis passe-partout (ter waarde van 50 euro) kan je tot en met 31 december 2018 voordelig zwemmen bij het ir. Ottenbad en bij Nationaal Zwemcentrum de Tongelreep. Tevens kun je in het winterseizoen voordelig

schaatsen bij IJssportcentrum Eindhoven. Bij gebruik van het passe-partout geldt een bijbetaling van € 2,00 per bezoek. Prijswijzigingen onder voorbehoud. Mantelzorgers die bij hun inschrijving bij het Steunpunt Mantelzorg Verlicht

hebben aangegeven in aanmerking te willen komen voor een passe-partout, hebben inmiddels een waardebon voor een nieuwe passe-partout ontvangen. In het nieuwe jaar kun je de ingevulde waardebon inleveren bij de kassa op

vertoon van je stadspas en je mantelzorgpas. Wil je graag gebruik maken van de gratis passe-partout maar heb je deze nog niet ontvangen of heb je geen mantelzorgpas, neem dan contact op met het Steunpunt Mantelzorg Verlicht.

Eindhovens Mantelzorgcompliment

In 2017 hebben we weer aan heel veel mantelzorgers, namens de gemeente Eindhoven, het Mantelzorgcompliment kunnen geven. Het Steunpunt Mantelzorg Verlicht heeft ruim 2700 aanvragen verwerkt. Behalve mantelzorgers die al bekend waren met het mantelzorgcompliment waren ruim 25% van de aanvragen van mantelzorgers die voor het eerst een aanvraag indienden. Als blijk van waardering voor de langdurige en intensieve zorg die zij het afgelopen jaar aan een naaste hebben gegeven, ontvangen zij eind december 200 euro.

Het is nog niet duidelijk of er in 2018 ook een mantelzorgcompliment wordt uitgegeven. Houd het nieuws in de gaten. En mocht er in 2018 weer een mantelzorgcompliment komen, zorg dat je deze op tijd aanvraagt. In elk geval wordt het compliment nooit automatisch gegeven, je moet dus altijd een nieuwe aanvraag indienen. Zodra er meer bekend is stellen we je op de hoogte.

Inlooppreekuur Clausplein 10

Het steunpunt heeft wekelijks een spreekuur op maandag van 13.00 tot 15.00 uur en vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur, behalve tijdens schoolvakanties en feestdagen. Je kunt het steunpunt vinden op het Clausplein 10, in het gebouw van de GGD Brabant-Zuidoost.

Let op: Tijdens de voorjaarsvakantie van 10 tot en met 18 februari en de meivakantie van 28 april tot en met 6 mei is er geen spreekuur.

Heb je vragen of wil je een afspraak maken met een van de mantelzorgconsulenten? Steunpunt Mantelzorg Verlicht Eindhoven is bereikbaar op werkdagen van 9.00 tot 17.00 uur via telefoon 088 0031 288 of via e-mail info@mantelzorgverlicht.nl





“Ik ben verliefd geworden op hem zoals hij is, met of zonder NAH”

“In 2010 overleed mijn man. Hij drukte mij op het hart ‘word gelukkig lieve Corrie, dat verdien je’. Hij heeft altijd goed voor me gezorgd, hij regelde altijd alles voor me. En hij zorgde er ook voor dat ik goed achterbleef. Maar toen hij stierf was ik opeens helemaal alleen. Totdat ik John ontmoette...”

Ik werkte al enkele jaren bij de Thuiszorg en zo kwam ik bij de moeder van John thuis. Als ik er was, was John er ook vaak, om een klusje te doen of gewoon zomaar. Het klikte, hij kon altijd zo goed luisteren. Toen mijn man stierf ondersteunde hij mij. Na verloop van tijd werd dat goede contact meer dan vriendschap. Na al dat verdriet zorgde John weer voor wat vrolijkheid in mijn leven.”

Niet Aangeboren Hersenletsel

“In het begin van onze relatie viel het mij op dat John soms vreemd reageerde. Bij een conflict sloot hij zichzelf volledig af. Eerst negeerde ik dat, maar na verloop van tijd begon ik me wel af te vragen wat dat was. Ik confronteerde hem er mee, en uiteindelijk kwam de aap uit de mouw. Op zijn 43ste had hij een ongeluk gehad. Na dat ongeluk is hij nooit meer de oude geworden; er bleek sprake te zijn van NAH. Daar schrok ik wel van en heb ik me afgevraagd ‘wil ik hier wel mee doorgaan?’ Maar ik ben verliefd geworden op hem zoals hij is, met of zonder NAH.”

Herkenning

“Sinds ik het weet, ben ik me wel gaan verdiepen in NAH. Ik ben een cursus gaan volgen in Tilburg. Een cursus van zes bijeenkomsten speciaal voor naast betrokkenen van mensen met NAH. Dat was heerlijk,

Naam

Corrie van Duijvenbode, 61 jaar

Situatie

Zorgt voor haar partner John die Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH) heeft.

zoveel herkenning. De cursusleider zag bij mij dat ik behoefte had aan directe steun en toen bracht zij mij in contact met Steunpunt Mantelzorg Verlicht. Via het Steunpunt zit ik nu in een ondersteuningsgroep, daar heb ik heel veel aan. Ik voel me niet meer alleen in mijn gevoel. Onlangs heb ik ook een cursus ‘Ervaringsdeskundige’ afgerond. Tijdens deze cursus heb ik mijn verhaal op papier gezet. Dat was een goede manier om het een en ander een plek te geven. In mijn relatie met John heb ik gemerkt dat ik veel meer kan dan ik ooit voor mogelijk hield. Mijn man deed alles voor mij. En nu doe ik alles voor John. En het gaat me prima af al zeg ik het zelf. Ook daar ben ik erg blij mee en dankbaar voor.”

Tips

Op de vraag of Corrie nog tips heeft voor mensen in eenzelfde situatie als zij: “Zorg ervoor dat je tijd maakt voor jezelf, ga regelmatig leuke dingen doen; even je batterij weer opladen. Daarnaast vind ik het ook heel belangrijk dat je de gelijkwaardigheid in je relatie behoudt. Dat je jezelf niet laat verworden tot ‘verzorgder van’. Je bent en blijft partner van de ander. Dat betekent dat je ieder voorvalletje niet onder het vloerkleed moet vegen van ‘ach, hij kan er niks aan doen hij heeft NAH’. Maar dat je jezelf uit blijft spreken over wat jij nodig hebt en wat jij ergens van vindt.”

Foto: Jos Lammers

Nieuws

Zorgatelier Pinokkio

Zorgatelier Pinokkio biedt net als Zorgatelier Eindhoven actieve, creatieve en structurele dagbesteding aan iedereen met een NAH (Niet-Aangeboren Hersenletsel) en/of een lichamelijke beperking. Met het creatief bezig zijn kan iedereen zijn of haar persoonlijke talenten inzetten en verder ontwikkelen. Voor meer informatie kijk je op www.zorgatelierpinokkio.nl

NAH-young

Heb je niet aangeboren hersenletsel en ben je tussen de 18 en 35 jaar? Dan is NAH YOUNG misschien iets voor jou! NAH YOUNG is opgezet door jongeren met NAH en is de plek om anderen jongeren met NAH te leren kennen en gezellig met elkaar te kletsen. De bijeenkomsten vinden één keer in de twee maanden plaats in Helmond. Maar ook mensen vanuit Eindhoven zijn welkom. Meer informatie vind je op facebook.com/NAH

YOUNGHELMOND/ en via 040 211 83 28 (Stichting Zelfhulp Netwerk Zuid-oost-Brabant). Aanmelding per email: eindhoven@zelfhulpnetwerk.nl

Hersenz

Hersenz is er voor mensen die in hun dagelijks leven problemen ondervinden door hun hersenletsel en die willen leren omgaan met de gevolgen van hun letsel. De behandelingen van Hersenz worden geboden door ervaren specialisten op het gebied van NAH. De behandelingen van Hersenz worden geboden

door ervaren specialisten op het gebied van NAH verspreid over Nederland. In Eindhoven wordt dit georganiseerd door SWZ, www.swzzorg.nl Je kunt een mail sturen naar behandeling@swzzorg.nl of bellen naar 0499 47 12 41.

De vergoeding van de behandeling van Hersenz valt nu nog onder een tijdelijke subsidie-regeling. Met een indicatie van het CIZ wordt Hersenz vergoed. Meer informatie vind je op hun website, www.hersenz.nl

Steunwijzer

Steunwijzer is een website die gemeenten, sociale wijkteams en burgers inzicht geeft in het aanbod van gecontracteerde hulp. Het brengt het aanbod van diverse dienstverleners in ondersteuning overzichtelijk in beeld. Steunwijzer is bedoeld voor medewerkers van WJ Eindhoven maar zeker ook voor inwoners van Eindhoven. Het totaal aanbod van hulpen zorgverleners wordt helder gepresenteerd en is eenvoudig in gebruik. Neem een kijkje op: <https://eindhoven.steunwijzer.nl/producten>

Korting op huishoudelijke hulp

In de vorige M-nieuws 29 stond een berichtje over korting op huishoudelijke hulp voor inwoners van Eindhoven. In dit artikel geven we nadere uitleg.

Als het je door ziekte, een beperking of ouderdom niet helemaal lukt om het huishouden zelf te doen, kun je wel wat hulp gebruiken. Ook als je op een andere manier niet aan het huishouden toe komt kan een huishoudelijke hulp een uitkomst zijn. Bijvoorbeeld als drukbezette mantelzorger. Tot voor kort konden Eindhovense ouderen

en mantelzorgers met korting een thuiszorghulp inhuren. Met een korting van € 12,50 per uur konden mensen een thuiszorg via een zorgaanbieder inhuren voor ongeveer 12 euro per uur. Vanaf 1 januari 2018 kan dit niet meer.

Door het wegvallen van deze korting moeten de volledige kosten gaan betalen van rond de 23 euro per uur. Voor veel mensen zal dit te veel zijn en zullen zij op zoek moeten naar een andere hulp.

Als je gezondheidsproblemen hebt is het misschien mogelijk om op grond van een indicatie de hulp vergoed te krijgen vanuit de WMO. Via WJJeindhoven kun je dan hulp bij het huishouden aanvragen.

Een andere mogelijkheid die de gemeente aanbiedt is het inhuren van huishoudelijke hulp via Gascogne Thuis (meer info op gascogne.nl of 040 290 30 43). Vanaf 1 januari betaal je hier € 13,50 per uur. Natuurlijk zijn er nog veel meer bedrijven en initiatieven die betaalbare huishoudelijke hulp aanbieden.

- Via de website ikzoekhuishoudelijkehulp.nl kun je een huishoudelijke hulp vinden die dicht in de buurt woont, je betaalt hier € 12,50 per uur.
- Via de website hulpstudent.nl kun je naast huishoudelijke hulp ook hulp bij administratie, tuin, vervoer en gezelschap inhuren voor € 13,50 per uur.
- Via de website huiscleaning.nl vind je gescreende huishoudelijke hulp voor € 12,95 per uur.

Activiteiten en ondersteuning van januari tot en met april

Samen even uit de zorg

De bijeenkomsten vanuit Groendomein Wasven staan in het teken van de natuur. Na een kopje koffie/thee en een inspirerend verhaal wandelen we door het gebied met deskundige begeleiding van vrijwilligers. Groendomein Wasven, Celebeslaan 30 op de eerste donderdag van de maand:

4 januari, 1 februari, 1 maart en 5 april van 10.00 tot 12.00 uur.

De bijeenkomsten in het Theehuis staan in het teken van creativiteit. Het is steeds een verrassend thema wat op een creatieve manier vorm krijgt.

Het Theehuis in de tuin van Peppelrode, Ds. Th. Fliednerstraat 5 op de tweede dinsdag van de maand:

9 januari, 13 februari, 13 maart en 10 april van 14.00 tot 16.00 uur.

De bijeenkomsten op het Lokaal+ Summa College hebben als thema ontspanning, uitgevoerd door studenten van het Summa College.

Lokaal+ van Summa College, Willem de Rijkelaan 3 op de derde dinsdag van de maand: **23 januari (i.p.v. 16 januari), 20 februari, 20 maart en 17 april van 14.00 tot 16.00 uur.**

'Samen even uit de zorg' is een activiteit voor de mantelzorger samen met diens zorgvrager. Zo hoeft er niet vooraf veel geregeld te worden. Dus, mantelzorgers en zorgontvangers, kom samen eventjes uit de zorg!

Café Brein

In een rustige en ongedwongen sfeer komen mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH), hun familie en andere belangstellenden samen voor informatie en ontmoeting. De gratis bijeenkomsten worden gehouden in het SWZ Activiteiten Centrum Eindhoven in de Palladiostraat 27. Informatie over het thema is te zijner tijd te zien op de website of in de media.

Maandag 12 februari en 9 april van 19.30 tot 21.30 uur. Inloop vanaf 19.00 uur. Van te voren aanmelden is niet nodig.

Workshop

'Voorkomen van stress en overbelasting'

Deze workshop helpt een nieuw evenwicht te vinden tussen de zorgtaak en andere zaken in het leven. Er worden tips en methodieken aangeboden om stress en overbelasting te verminderen.

De workshop vindt plaats op donderdag 15 maart van 10.00 tot 15.30 uur op de Witte Dame. Voor de lunch wordt gezorgd.

De bijdrage van €10,00 voor deze workshop maak je vooraf over op rekening NL66B NGH 0285 0235 78 ten name van GGD Brabant-Zuidoost onder vermelding van titel workshop + datum.

Creatieve koffie

'Lentebaksels'

De formule van Creatieve Koffie is om gezellig samen te werken en te praten met andere mantelzorgers terwijl je bezig bent. De drempel is laag, je moet niets en vaak ga je aan het eind met frisse energie naar huis.

De creatieve bijeenkomsten vinden op drie verschillende momenten plaats om deelname van zoveel mogelijk (dus ook werkende) mantelzorgers aan te moedigen.

Dinsdag 13 maart en woensdag 14 maart om 13.00 - 15.30 uur en woensdagavond 14 maart om 19.00 - 21.00 uur: "Lentebaksels".

In de bakkerijen van Bakker Michiels en Bakker Meelmuts gaan we aan de slag om iets heerlijk mee naar huis te nemen.

De kleine eigen bijdrage van €2,50 maak je vooraf over op rekening NL66 BNGH 0285 0235 78 ten name van GGD Brabant-Zuidoost onder vermelding van Creatieve koffie + datum.

Ondersteuningsgroepen NAH - Naastbetrokkenen

Praten met lotgenoten in vergelijkbare situaties kan een stap zijn om de zorg goed of beter aan te kunnen. Herkenning bij elkaar kan steun geven. Door met elkaar van gedachten te wisselen, kunnen nieuwe inzichten ontstaan. In navolging op de

vroeg jaar gestarte NAH-ondersteuningsgroep, begint in het voorjaar van 2018 een nieuwe groep voor partners, familie, mantelzorgers van mensen met NAH.

Het zijn 6 maandelijkse bijeenkomsten op woensdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur in de Witte Dame. De bijeenkomsten vinden plaats op 28 februari, 28 maart, 25 april (en op 30 mei, 27 juni en 25 juli).

Ondersteuningsgroep voor familieleden en mantelzorgers van dementerende ouderen

Bij deze ondersteuningsgroep worden ervaringen met elkaar gedeeld. Daarnaast krijg je informatie en is de omgang met de dementerende een belangrijk onderwerp van gesprek.

De 6 bijeenkomsten vinden tweewekelijks plaats op donderdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur in de Witte Dame. De eerste bijeenkomst is gepland op donderdag 8 februari. De volgende bijeenkomsten vinden plaats op: 22 februari, 8 maart, 22 maart, 5 april en 19 april.

Ex-mantelzorgers ondersteunen na de zorg

Als degene voor wie je gezorgd hebt overleden is, ervaar je naast de rouw en het verdriet hoezeer je leven veranderd is na alle zorg. Mogelijk heb je niet meteen behoefte aan ondersteuning, maar realiseer je je na enkele weken of maanden dat het leven je regelmatig zwaar valt. Tijdens vier bijeenkomsten ervaren deelnemers elkaars ervaringen, informatie en opdrachten als een aanmoediging en inspiratie om weer volop in het leven te (gaan) staan!

De voorjaarsgroep is woensdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur op 7 en 21 februari, 7 en 21 maart in het gebouw van de GGD Brabant-Zuidoost, Clausplein 10. Deelnemers verbinden zich voor vier gratis bijeenkomsten.

Deelnemen?

Wil je aan een activiteit deelnemen? Geef je op bij Steunpunt Mantelzorg Verlicht via de mail of de website of stuur het aanmeldformulier (zonder postzegel) retour naar Steunpunt Mantelzorg Verlicht, Antwoordnummer 10422, 5600 VB Eindhoven.

Graag het aanmeldformulier duidelijk invullen zodat wij je kunnen bereiken om wijzigingen door te geven. Vergeet niet de eigen bijdrage (€2,50 voor creatieve koffie of €10,- voor een workshop) vooraf over te maken op rekening NL66 BNGH 0285 0235 78 ten name van GGD Brabant-Zuidoost onder vermelding van activiteit en datum.

Clausplein 10
5611 XP Eindhoven
www.mantelzorgverlicht.nl
info@mantelzorgverlicht.nl
Telefoon 088 0031 288

