

Ruggensteun

Speciaal Bulletin voor mantelzorgers nr.18



Mantelzorgers nog steeds zwaar belast.

Ook gedurende de tweede coronagolf zorgen mantelzorgers meer voor hun naasten in de thuissituatie en ervaren ze een hogere zorgzwaarte in vergelijking met de tijd vòòr corona. In veel situaties is de formele zorg verminderd of stopgezet. Zorg en begeleiding door telefonisch contact of beeldbellen voldoet niet altijd. Gelukkig is de situatie voor veel mantelzorgers wel iets beter dan tijdens de eerste coronagolf. Deze informatie komt van [het nationale mantelzorgpanel](#).

Graag willen we als Steunpunt Mantelzorg Verlicht in deze lastige tijd alle mantelzorgers een hard onder de riem steken. We wensen iedereen fijne feestdagen en een hoopvol nieuwjaar. Blijf goed voor jezelf en je naaste zorgen, [laat je bij klachten testen](#). En heb je zorg nodig neem [altijd contact op met je huisarts](#) of je vaste zorgverlener ook nu in coronatijd.

Lampje aan, dekentje erbij en lekker lezen!

Elk jaar vraag de Trombosestichting aandacht voor de ziekte die o.a. hartinfarcten en longembolie veroorzaakt. Dit jaar doet ze dat met de thriller **Kwaad bloed** van Linda Jansma. <https://bloedstollendverhaal.nl>
Vlak voor de marathon van Amsterdam wordt toptalent Sylvie Bergmans ontvoerd. Van de hardlooperster wordt alleen wat bloed gevonden.

Verzacht Eenzaamheid GAAT DOOR

Als ontmoeten van je naasten lastig is kun je toch nabij zijn met een mooie placemat. Weemen gaat door met dit project in de strijd tegen eenzaamheid. Maak een gratis placemat met eigen foto's en geef het je naaste cadeau.

Ga naar de website www.verzachteenzaamheid.nl. Onderaan de pagina maak je een keuze voor een ontwerp. Voeg een tekst en foto's toe en klik je op 'ontwerp akkoord'. Op de volgende pagina kies je bij zorgorganisatie en locatie voor **GGD-Mantelzorg Verlicht**. Tenslotte zet je bij naam patiënt **jouw naam als mantelzorg**. En bij huisnr/kamer zet je **de postcode en huisnummer van de mantelzorg** (dus van jezelf). Op deze manier kunnen wij zien bij wie de placemat hoort als hij bij ons binnen komt, en dan zorgen wij ervoor dat hij bij jou thuis komt.

Nazorg voor mensen na een corona besmetting

Veel mensen die corona hebben gehad blijven nog lang klachten houden, zowel jonge mensen als ouderen. De stichting C-support helpt mensen als zij vastlopen bij langdurige klachten na covid-19. De nazorg adviseurs informeren, adviseren en ondersteunen op alle leefgebieden: gezondheid, (psycho)sociaal en werk & inkomen. Dat kan kortdurend zijn of voor een langere periode. Zij bieden geen medische behandeling maar helpen een weg te vinden in het reguliere zorgaanbod en stemmen dat af op de persoonlijke situatie.

Heb je langer dan drie maanden geleden Covid-19 gehad en heb je nog steeds veel klachten? Dan kun je je aanmelden bij C-support via de website www.c-support.nu Als je hierbij hulp nodig hebt of bij vragen hebt kun je contact opnemen tel. 073 4400440 of via info@c-support.nu.

Mensen met ernstige klachten of beperkingen na Covid-19 kunnen ook [via de huisarts in aanmerking komen](#) voor paramedische herstellzorg zoals fysiotherapie, ergotherapie, diëtiëk en logopedie. Deze zorg wordt tot 1 augustus 2021 onder voorwaarden vergoed uit het basispakket van de zorgverzekering. Om gebruik te kunnen maken heb je een verwijzing van de huisarts of specialist nodig. De behandelingen worden vergoed met uitzondering van het eigen risico. Ook wordt gevraagd of je meewerkt aan onderzoek naar het effect van de herstellzorg.

Verandert mijn leven

als ik zorg voor jou?

Zowel het jouwe als

het mijne ten goede,

dat is het streven,

Omdat ik zo ontzettend

van je hou.

*Lars van
der Werf*



Steunpunt Mantelzorg Verlicht info@mantelzorgverlicht.nl

Eindhoven tel: 0880031288

Valkenswaard tel: 0880031168