

Nieuwsbrief

Onis

Steunpunt Mantelzorg



LENTE 2016

Agenda

2 juni

Onis Mantelzorgcafé over autisme

22 juni

Mantel-Uit-Dag: een wandeling langs historische plekken in Asten. Bij minder mooi weer is er een binnenprogramma

6 juli

Bezoek aan zorgboerderij 'Onderons' in Someren

Onis Mantelzorgcafé over autisme

Op donderdag 2 juni is iedereen van harte welkom bij het mantelzorgcafé over dit onderwerp in de openbare bibliotheek in Someren.

Ervaringen en informatie

In de vorm van een interview vertelt Hélène Vliegenberg, ouder van een 22-jarige dochter, over haar ervaringen. Haar dochter heeft Asperger, één van de vele vormen van autisme.

Na de pauze zal Mariet Geurts (MEE Zuidoostbrabant) in het kort nog nader ingaan op het onderwerp autisme. Zij legt uit hoe autisme 'werkt' in het hoofd van iemand die autistisch is.

Gedurende de bijeenkomst is er uiteraard gelegenheid tot het stellen van vragen.

Voor wie

Voor iedereen die geïnteresseerd is uit Asten en Someren. Mocht u belangstelling hebben voor deze avond dan stellen we uw aanmelding op prijs.

Naast meer informatie over wisselende thema's, biedt het mantelzorgcafé de mogelijkheid om in informele sfeer ervaringen, verhalen en tips uit te wisselen.

Vragen?

Neem dan contact op met Onis, steunpunt Mantelzorg.

Het mantelzorgcafé is een ontmoetingsplek voor mantelzorgers.

Datum:
2 juni

Tijd:
inloop vanaf 19.00 uur,
bijeenkomst van 19.30-21.30 uur

Locatie:
Molenstraat 12,
Someren

Kosten:
toegang en het eerste kopje koffie gratis.

Benieuwd naar deze nieuwe zorgboerderij in Someren die dagbesteding biedt? Meldt u zich dan snel aan.

Datum:
6 juli

Tijd:
13.30-15.30 uur

Locatie:
Ruiter 10, Someren

Kosten:
gratis

De vakantieperiode komt eraan: wilt u er ook even tussenuit?

Er zijn allerlei mogelijkheden.

Bezoek aan zorgboerderij in Someren

“Onderons” is een agrarische bedrijf net buiten Someren. Op deze nieuwe zorgboerderij wordt dagbesteding geboden in groepsverband aan ouderen en volwassenen met een hulpvraag. Hier kunnen ze onder professionele begeleiding genieten van hun dag. Deelnemers kunnen o.a. helpen met de dierenverzorging, bezig zijn in de buitenlucht of in de werkplaats, tuinieren, koken en bakken.

Bezoek

Onis steunpunt mantelzorg organiseert op 6 juli een bezoek aan deze boerderij. Dit bezoek geeft u een indruk van wat “Onderons” te bieden heeft. Via [deze link](#) gaat u direct naar de site van de zorgboerderij zelf.

Kosten en aanmelden

U kunt zich aanmelden tot 27 juni voor dit bezoek bij Onis steunpunt mantelzorg. De contactgegevens staan onderaan deze nieuwsbrief. Deelname is gratis.

LET OP: er kunnen maximaal 15 personen deelnemen aan dit bezoek. Vol = vol. Vervoer is op eigen gelegenheid.

Respijtzorg

De vakantieperiode komt eraan. Heeft u als mantelzorgers behoefte aan tijd voor u zelf? Om uit te rusten of even andere dingen te doen dan zorgen? Misschien is respijtzorg een oplossing. Respijtzorg is de tijdelijke overname van de zorg van een mantelzorgers met het doel om de mantelzorgers vrijaf te geven. Op een verantwoorde manier zodat u de zorg écht kunt loslaten.

Mogelijkheden

Respijtzorg is er in diverse vormen. De zorg kan soms in zijn geheel worden overgenomen. Maar u kunt ook samen met de zorgvrager op vakantie. Voor mensen met een beperking of dementie en hun reisgenoten zijn er bijvoorbeeld speciale vakanties, waarbij deskundigen en vrijwilligers klaarstaan om er voor iedereen een bijzondere vakantie van te maken. Via deze links vindt u meer informatie:

[De blauwe gids](#)

[Het vakantiebureau](#)

[Alle goeds vakanties](#)

www.handeninhuis.nl: deze site geeft u informatie over 24-uurs vervanging van de vaste mantelzorgers wanneer deze afwezig is. Niet alleen voor vakantie, maar ook in geval van bijvoorbeeld een (geplande) ziekenhuisopname.

Kosten en vergoedingen

Via [deze link](#) komt u op een site waarop u uitgebreide informatie vindt over de kosten en de vergoeding van respijtzorg.

Via [deze link](#) komt u op een pagina waarop per zorgverzekeraar staat aangegeven wat er mogelijk is op het gebied van vergoedingen.

Bekijk ook het [vergoedingenoverzicht 2016](#) van Mezzo.

Vragen?

Neem dan contact op met Onis, steunpunt Mantelzorg.

Bent u mantelzorger en staat u altijd klaar voor een ander? Dan verdient u het om even vrijaf te nemen.

Datum:

woensdag 22 juni

Tijd:

13.30 uur tot 16.00 uur.

Locatie:

Verzamelpunt Onis,
Kerkstraat 10 Asten

Kosten:

€ 1,50

Filmpjes terugkijken?

Op you tube staan allerlei praktische filmpjes.

Mantel-uit-dag



Terugblik:

9 maart was de eerste Mantel-Uit-Dag van dit jaar. De mantelzorgers waren te gast bij 'De Salon' op het Varendonckcollege in Someren. Daar werden zij verwend door leerlingen van de opleiding uiterlijke verzorging. Ze kregen een manicure, gezichtsbehandeling of lieten hun haren wassen en föhnen.

Enthousiaste reacties

De verwendag bij het Varendonck was net als vorig jaar zeer geslaagd. We hebben veel enthousiaste en leuke reacties gekregen. Vooral de verwennerij, de ontspanning, de gezelligheid en het 'even er tussenuit zijn' werden erg gewaardeerd.

Woensdag 22 juni Wandel mee in Asten

U start met een kopje koffie en gaat daarna een wandeling van 3,5 km maken langs mooie historische en pittoreske plekken in Asten. U sluit gezamenlijk af.

Bij minder mooi weer is er een vervangend binnen-programma.

Aanmelden: U kunt zich aanmelden tot 15 juni a.s. bij

- Hanny Nijssen, e-mail: nijssen_h@hotmail.com of tel. (0493) 69 4221
- Truus van Otterdijk contactgegevens zie onderaan deze nieuwsbrief

Terugblik: bijeenkomst licht verzorgende handelingen thuis.



De bijeenkomst startte met een voorlichting door Carola Pellemans. Zij besteedde aandacht aan allerlei aspecten: waar moet je op letten bij het tillen, het opstaan vanuit een (rol)stoel, het begeleiden naar het toilet, iemand in en uit de auto laten stappen. Welke hulpmiddelen zijn er. Ook hindernissen als een stoeprand tijdens het lopen met een rollator of rolstoel waren onderwerp van gesprek. Een aantal handelingen werden daarna ter

plekke geoefend. De deelnemers waren erg enthousiast. 'Dankzij de draaischijf of plastic zak weet ik hoe ik mijn vader makkelijker in en uit de auto krijg'. 'Nu durf ik makkelijker mijn familielid naar het toilet te begeleiden'.

Wilt u de filmpjes nog eens terugzien? Of was u er niet bij en wilt u hier mee over weten? Via de links hieronder ziet u filmpjes die tijdens de avond ook zijn bekeken.

[Stoep op en af met de rollator](#)
[Achterin de stoel zitten](#)

[Duwen achter een rolstoel](#)
[Filmpjes over diverse technieken](#)

Heeft u een 'niet-pluis'-gevoel? U kunt de casemanager benaderen voor vragen over dementie.

*Iets voor u :
een nieuw
online-platform*

Dementie.nl

*Tips over allerlei
aspecten van
mantelzorg*

*Heeft u vragen of wilt
u deelnemen aan één
van onze activiteiten?*

*Kijk ook eens op
www.oniswelzijn.nl*

Vragen over Dementie

We merken dat er veel mensen zijn die vragen over de ziekte dementie hebben. Het Steunpunt Mantelzorg heeft kennis van zaken en brengt u graag in contact met de casemanager dementie. De casemanager is een wijkverpleegkundige die zowel degene die de ziekte heeft als de mensen eromheen kan begeleiden in het ziekteproces. U kunt altijd vrijblijvend contact met ons opnemen, we denken graag met u mee.

Er is een nieuw online-platform: Zorg jij voor een naaste met dementie, dan heb je vast wel eens vragen. Hoe ga je bijvoorbeeld om met de toenemende zorgtaken en veranderingen in het karakter en gedrag? Vanaf 19 april kun je met dit soort vragen terecht op het nieuwe online platform dementie.nl. Het platform is een initiatief van Alzheimer Nederland en samen met partners ontwikkeld. Je kunt er vragen stellen, antwoorden vinden én delen. Of het nu gaat om praktische zaken of inhoudelijke zorgvragen, dementie.nl wil een baken zijn in de ondersteuning van jou bij de ziekte dementie, in alle fasen.

Vragen van ons aan u

Wij zijn, vanuit Onis Steunpunt Mantelzorg, op zoek naar mensen die met elkaar willen praten over het geven van mantelzorg. Mantelzorg in welke vorm dan ook. Mensen die ideeën willen uitwisselen, elkaars vragen beantwoorden of gewoon een luisterend oor voor elkaar zijn. Is dat wat u zoekt? Neem dan contact met ons op, onze gegevens staan onderaan deze nieuwsbrief.

Verder zijn we op zoek naar verhalen van mantelzorgers. Verhalen die inspireren, over vindingrijke oplossingen en over problemen waar u als mantelzorger tegenaan loopt. Wilt u uw ervaringen delen? Dan horen we graag van u!

Informatie

- Kent u **Café Brein** of het **NAH-café**? Het is een trefpunt voor mensen met een Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH), partners, mantelzorgers, familieleden, vrienden en professionals. NAH kan bijvoorbeeld ontstaan na een beroerte, ongeval, hersentumor of na reanimatie. U vindt ze in Eindhoven, Helmond, Deurne. Voor bijzonderheden zie www.nah-cafebrabant.nl/

Waar vindt u Onis Steunpunt Mantelzorg

Asten

Truus van Otterdijk
Kerkstraat 10, Astén
t.vanotterdijk@oniswelzijn.nl
(0493) 44 12 46

Someren

Marianne Lenders
Laan ten Roode 71A (de Ruchte), Someren
m.lenders@oniswelzijn.nl
(0493) 44 12 53

De volgende nieuwsbrief verschijnt in juli

Colofon

De Mantelzorgbrief is een uitgave van Onis Welzijn – Steunpunt Mantelzorg. Deze nieuwsbrief verschijnt elk kwartaal en is bestemd voor alle mantelzorgers in de gemeenten Astén en Someren. Meer informatie over Onis Steunpunt Mantelzorg vindt u op www.oniswelzijn.nl/mantelzorg