

- **Steeds een nieuwe balans vinden**, Een interview met Wim van Bokhoven
- **Regelgeving** Zorg in 2015
- **Volwaardige gesprekspartner aan de keukentafel** Praktische tips voor mantelzorgers
- **Mantelzorgcompliment**
- **Agenda**

# Steeds een nieuwe balans vinden

Een interview met Wim van Bokhoven

Van dichtbij zag Wim van Bokhoven welke impact de ziekte van Parkinson heeft op de patiënt en diens omgeving. Hij vond dat er, in navolging van andere initiatieven in het land, ook voor Helmond en omgeving een Parkinson Café moest komen. Een ontmoetingsplek voor patiënten, mantelzorgers en andere direct betrokkenen. Met ondersteuning van de Parkinsonvereniging en het Elkerliek ziekenhuis realiseerde hij in september 2013 het Parkinson Café Helmond.

Kent u mantelzorgers in uw omgeving, die nog niet bekend zijn met Steunpunt Mantelzorg? Attendeer ze dan op deze nieuwsbrief.

Eén telefoontje is voldoende om zich als mantelzorger te laten abonneren. De Nieuwsbrief wordt dan kosteloos aan de mantelzorger toegestuurd.

Informatie:  
Steunpunt Mantelzorg,  
tel. 0492-598989



Wim van Bokhoven

## Drie doelstellingen

Wim van Bokhoven: 'Nederland heeft zo'n 40.000 mensen met de ziekte van Parkinson. Toen ik dit initiatief nam, begon ik bij de bron; het Elkerliek. Dit ziekenhuis heeft 350 Parkinsonpatiënten binnen haar werkgebied. We werken nauw samen. Iedere 3e vrijdag van de maand, met uitzondering van de vakantiemaanden en december, vindt het Parkinson Café plaats in het vergadercentrum van het Elkerliek ziekenhuis aan de Wesselmanlaan 25 in Helmond van 14.00 tot 16.00 uur. De entree is vrij en iedereen in het cliënten-

gebied van dit ziekenhuis, die op een of andere manier met de ziekte van Parkinson te maken heeft, is welkom. We hebben gemiddeld zo'n 65 bezoekers per bijeenkomst vanuit de hele regio. Het merendeel komt stevast iedere maand. Het Parkinson Café heeft drie doelstellingen: deze aandoening bekend maken bij een breder publiek, de bijzondere rol van de mantelzorger benadrukken en informatie halen én brengen. Voor de data waarop de bijeenkomsten plaatsvinden en overige informatie kan men onze website [www.parkinsoncafehelmond.nl](http://www.parkinsoncafehelmond.nl) bezoeken.'

## ■ Vervolg coverstory Steeds een nieuwe balans vinden

### Mentale veranderingen

Vooral de rol van de mantelzorgers mag niet onderschat worden, vindt Wim van Bokhoven: 'Bij de diagnose ziekte van Parkinson komen er veel vragen op de mantelzorgers af. Het verloop van deze chronische en progressieve aandoening van de hersenen is bij iedereen verschillend. En er zijn motorische en niet-motorische verschijnselen. Vooral de mentale veranderingen zijn belastend voor de mantelzorgers. De patiënt onthoudt dingen niet meer, wordt trager, kan de informatie niet meer verwerken, kan geen twee dingen tegelijk meer doen, ook gevoelens uiten kan niet meer zoals vroeger etc. Als mantelzorgers van een patiënt wordt het daardoor heel onvoorspelbaar hoe je jouw leven moet inrichten. Je moet telkens weer een nieuwe balans zien te vinden in je leven en in de relatie. Wat die traagheid betreft; we hebben geleerd dat je de zinnen van iemand die stottert niet moet aanvullen, maar bij mensen met Parkinson is het juist wel fijn als je dat "duwtje" geeft. Hun mantelzorgers hebben dagelijks te maken met thema's als veilig bewegen, voeding, spreken en medicijngebruik. Daarom is het zo belangrijk dat men weet dat je bij het Parkinson Café terecht kunt voor advies en informatie van deskundigen, bijvoorbeeld ook over wat de notaris kan regelen. Ook zonder de persoon met Parkinson voor wie je zorgt ben je van harte welkom.'

### Tips van Wim van Bokhoven

- 'Iedereen die met Parkinson te maken heeft zou het boek "Mijn denken stottert vaak meer dan mijn benen. Hoe mensen Parkinson beleven." van Ad Nouws moeten lezen. Heel herkenbaar, vooral als het gaat om de niet-motorische verschijnselen.'
- Nog een tip: maak als gemeente samen met de mantelzorgers mantelzorgbeleid.

### Overleg mantelzorgers

De LEVgroep, Steunpunt Mantelzorg, start een nieuw initiatief: een overleg voor mantelzorgers van mensen met Parkinson. Wat verwacht de heer Van Bokhoven daar van? 'Een prima instrument om deze mantelzorgers te ondersteunen! Er is echt behoefte om onderling ervaringen uit te wisselen. En als mantelzorgers onder elkaar kun je vrijelijk vertellen wat je allemaal meemaakt. Wat mij betreft is het overleg geslaagd als er niet alleen tips & trics en ervaringen worden uitgewisseld, maar als de LEVgroep mantelzorgers daarnaast ook op andere mogelijkheden wijst die de mantelzorgers kunnen ondersteunen. Als straks de nieuwe regelgeving omtrent de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning) is ingebed, wordt hun taak nog omvangrijker en crucialer; sociaal-emotioneel, huishoudelijk én verzorgend. De mantelzorgers moet namens degene voor wie hij of zij zorgt gesprekken voeren met de professioneel verzorgenden. Je moet dan goed beslagen ten ijs komen. Het zou mooi zijn als de LEVgroep mantelzorgers ook daarin zou kunnen ondersteunen, zodat ze goed voorbereid aan zo'n keukentafelgesprek kunnen beginnen.' <<<

## ■ Regelgeving

### Zorg in 2015

Per 1 januari 2015 zijn er een aantal nieuwe wetten rondom de zorg aangenomen. De belangrijkste veranderingen staan hieronder op een rijtje.

#### Wet Langdurige Zorg (WLZ)

Kwetsbare ouderen en gehandicapten met een zware zorgbehoefte vallen onder de Wet Langdurige Zorg. Zij hebben recht op zorg, in een instelling, thuis of met een persoonsgebonden budget (pgb). De aanvraag gaat via het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ).

#### Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

Ondersteuning bij zelfredzaamheid en participatie zoals hulp bij huishouding, ondersteuning van mantelzorgers, regelen van (vervoer) dagbesteding valt onder de Wmo. Voorzieningen vanuit

de Wmo kunnen aangevraagd worden bij het Wmo-loket van de eigen gemeente.

#### Zorgverzekeringswet (Zvw)

Verpleging en persoonlijke verzorging thuis (zoals toedienen medicatie, verzorging wonden e.d.) is opgenomen onder de Zorgverzekeringswet. Er is geen indicatie meer nodig van het CIZ en er is geen verwijzing nodig van een huisarts. Verpleging en verzorging thuis kan aangevraagd worden bij een zorgaanbieder.

#### Jeugdhulp bij gemeente

Er is veel veranderd in de Jeugdzorg. Per 1 januari 2015 valt deze onder de gemeente. <<<



# Praktische tips voor mantelzorgers

**Er is professionele hulp aangevraagd of u als mantelzorgers overweegt dit te doen. In een keukentafelgesprek (officieel heet het onderzoek) bekijkt de gemeente welke ondersteuning nodig is. Hoe gaat u als mantelzorgers zo'n gesprek goed voorbereid aan?**

Als mantelzorgers bent u volwaardige partner in de zorg. En meer dan dat: de band die u heeft met degene voor wie u zorgt, de verhalen en het verleden dat jullie delen zijn uniek. Geen zorgprofessional die dat kan overnemen, geen Wmo-medewerker die dat kan negeren. Daarom bent u in gesprekken als mantelzorgers een volwaardige gesprekspartner naast de zorgvrager.



## Acht tips!

### 1 Bereid u voor

Bedenk voor het gesprek waar u zelf als mantelzorgers mee geholpen zou zijn. Praat er eventueel vooraf over met iemand uit uw familie- of vriendenkring.

### 2 Schrijf op

Schrijf vóór het gesprek op wat u belangrijk vindt om tijdens het gesprek te melden. Zo vergeet u niets.

### 3 Geef een reëel beeld

Geef in het gesprek een reëel beeld: wat kost u veel energie, waar maakt u zich zorgen om, waar zou u hulp bij willen?

### 4 Stel vragen

Vraag wat de gemeente voor u kan doen. Welke ondersteuning is er? Is er iets niet helemaal duidelijk? Blijf doorvragen!

### 5 Vraag om een eigen gesprek

Het kan moeilijk zijn om in de aanwezigheid van de zorgvrager aan te geven waar u zelf behoefte aan heeft of wat u lastig vindt in de zorgsituatie. Vraag in dat geval om een eigen gesprek.

### 6 Op eigen wijze zorgen

Laat er voldoende aandacht zijn voor het dagelijks leven van u als mantelzorgers en zorg dat daarmee voldoende rekening wordt gehouden. Daarbij mag u ook uw wens om met vakantie te gaan (respijtzorg) aan de orde stellen.

### 7 Vraag om een verslag

U heeft recht op een schriftelijk verslag van het gesprek. Zo kunt u nakijken of de situatie goed in beeld is gebracht en wat de concreet gemaakte afspraken zijn.

### 8 Spreek evaluatiemomenten af

Het keukentafelgesprek geeft een momentopname. De situatie kan veranderen of het mantelzorgen kan u zwaarder vallen dan u had gedacht. Spreek daarom evaluatiemomenten af.

## Wist u dat...

### er cliëntondersteuners zijn?

Wanneer u een Wmo-vraag heeft bij de gemeente voor zorg of hulp, kunt u ondersteuning vragen bij het proces en het gesprek met de gemeente. Iedere gemeente is verplicht om een burger te wijzen op de mogelijke bijstand van een ondersteuner. Hierin kunt u zelf kiezen wie dat voor u zou moeten zijn. Dit kan zijn uw partner, een familielid, een buurvrouw, een vriend of vriendin. Kortom iemand die u goed kent en vertrouwt.

Wanneer u niemand kent die u kan ondersteunen, zijn er mogelijkheden om een professional te vragen of een vrijwilliger. Zij zijn bekend bij de gemeente. Dit kan soms ook de mantelzorgconsulent zijn. Ook als u het niet eens bent met de gemeente kan een ondersteuner u hierbij helpen.

Op de site van Stichting Vereniging Bonden Overleg Brabant [www.vbob.nl](http://www.vbob.nl) (bij projecten) vindt u meer informatie over cliëntondersteuning. U kunt ook bellen naar: 073-6444066. <<<

## Mantelzorgcompliment

In het eerste kwartaal van 2015 heeft de Sociale Verzekerings Bank (SVB) een brief gestuurd aan degenen die in 2014 het mantelzorgcompliment aanvroegen. Deze brief gaat over het vervallen van het mantelzorgcompliment per 2015. Er komen naar aanleiding van deze brief veel vragen binnen bij gemeenten, maar ook bij de Steunpunten Mantelzorg.

In 2015 worden gemeenten verantwoordelijk voor het waarderen van mantelzorgers.

Houdt u dan ook goed de berichtgeving hierover in de gaten!



# Agenda

april t/m september 2015



## Mantelzorginloop Helmond

Elke 1e donderdag van de maand

Van 10.30 tot 12.00 uur.

Locatie: Steunpunt Mantelzorg,  
Penningstraat 55, Helmond

## Mantelzorginloop Nuenen

Dagelijks van 8.30 tot 12.30 uur

## Mantelzorginloop Son en Breugel

Maandag van 13.00 tot 15.00 uur

Woensdag van 13.00 tot 15.00 uur

## Mantelzorgcafé Helmond

Dinsdag 26 mei

Thema: Inzet vrijwilliger(s) ter ontlasting van de mantelzorger

Aanvang: 19.30 uur. Inloop vanaf 19.00 uur. Locatie: De Fonkel, Prins Karelstraat 131, Helmond.

## Mantelzorgcafé Son en Breugel

Elke 3e woensdag van de maand

Van 13.30 tot 15.30 uur. Locatie: Tuinkamer Berkenstaete, Bontstraat 71, Son en Breugel

## Mantelzorgsalon Deurne

Donderdag 16 april

Van 10.00 tot 12.00 uur in Neerkant  
Locatie: wordt nog bekendgemaakt

Donderdag 18 juni

Van 10.00 tot 12.00 uur. Locatie: wordt nog bekend gemaakt

Donderdag 20 augustus

Van 10.00 tot 12.00 uur in Helenaveen  
Locatie: wordt nog bekend gemaakt

## Mantel-uit-dag Deurne

Donderdag 16 juli

Van 10.00 tot 12.00 uur  
Nadere informatie volgt

## NAH Café Deurne 'de Hoofdzaak'

Elke 2e en 4e donderdag van de maand.

Van 13.30 tot 16.00 uur. Locatie Cratoscentrum, Rembrandt van Rijnstraat 5/A, 5753BE, Deurne. Tel. 0493-842255/06-25420815

## NAH-café Gemert e.o.:

elke laatste woensdag van de maand

Van 14.00 tot 16.00 uur.

Locatie: 'Café Dientje', Kerkstraat 9, Gemert

Elke 2e vrijdag van de maand zwemmen.

Aanmelden: 0492-362733/  
06-187333018

## Café Brein Helmond e.o.

Maandag 11 mei

Thema: Wmo: Wet maatschappelijke ondersteuning

Maandag 13 juli

Thema: De invloed van NAH op uw gezin (met kinderen).

Maandag 14 september

Thema: Communicatie met apps en tablets bij NAH

Aanvang: 19.30 uur. Inloop vanaf 19.00 uur. Locatie: Lunchroom de Keyser, Torenstraat 17, Helmond

## Café Brein Eindhoven e.o.

Maandag 13 april

Maandag 8 juni

Maandag 10 augustus

Aanvang: 19.30 uur. Inloop vanaf 19.00 uur. Locatie: Kastelenplein 170 (B), Eindhoven.

## Alzheimer Café Helmond e.o.

Donderdag 16 april

Thema: Wegwijs in juridische en financiële aspecten

Donderdag 21 mei

Thema: Langer thuis blijven wonen; wat is daar voor nodig?

Donderdag 18 juni

Thema: Dementievriendelijke gemeente; wat betekent dat?

Aanvang: 19.30 uur. Inloop vanaf 19.00 uur. Locatie: Zorginstelling ALPHONSUS, Hoofdstraat 176, Mierlo-Hout-Helmond, Tel. LEVgroep 0492-598989.

## Alzheimer Café Best-Oirschot-Son en Breugel e.o.

Elke 4e woensdag van de maand

(niet in Juli en augustus)

Aanvang: 19.30 uur. Inloop vanaf 19.00 uur. Locatie: Zalencentrum 'het Zand', Bestseweg 52, Oirschot

## Alzheimer Café Eindhoven e.o.

Elke 3e maandag van de maand

(niet in juli en augustus)

Aanvang: 19.30 uur. Inloop vanaf 19.00 uur. Locatie: DAF museum, Tongelreestraat 27, Eindhoven

## Parkinson Café Helmond e.o.

Elke 3e vrijdag van de maand

Van 14.00 tot 16.00 uur

Locatie: Elkerliek ziekenhuis Helmond



## Colofon

Oplage: 4.900

Productie:  
Kemme Communicatie

Redactie:  
Franka Maráczki, Klare Taal.

## Contactpersonen

### Helmond

Penningstraat 55  
tel. 0492-598989  
lies.vanhoutem@levgroep.nl  
anke.bezemer@levgroep.nl

### Deurne

Oude Martinetstraat 2  
tel. 0493-352500  
mia.vandijk@levgroep.nl

### Gemert-Bakel

Vondellaan 51  
tel.0492-363026  
nicole.deruijter@levgroep.nl

### Nuenen

Berg 22c  
tel. 040-2831675  
aline.perdaen@levgroep.nl

### Son en Breugel

Europalaan 2  
tel. 0499-475361  
joris.boudewijns@levgroep.nl

Deze nieuwsbrief is een gezamenlijke uitgave van de Steunpunten Mantelzorg Helmond, Deurne, Gemert-Bakel, Nuenen en Son en Breugel

