

Het mantelzorgcompliment

Gemeente Bergen waardeert haar mantelzorgers. Maar mensen die mantelzorg ontvangen, de hulpvragers, waarderen dat nog veel meer. Deze hulpvragers kunnen een mantelzorgcompliment aanvragen.

Mantelzorgcompliment

Het is een geldbedrag van € 50,00 waarmee hulpvragers jou als mantelzorger(s) in het zonnetje kunnen zetten. De hulpvrager bepaalt hoe hij of zij het geldbedrag gebruikt om jou te bedanken.

- Het compliment wordt één keer per jaar gegeven.
- Er wordt één mantelzorgcompliment uitbetaald, ook als meerdere mantelzorgers voor een hulpvrager zorgen.
- Aanvragen kan tot 31 oktober.

Aanvragen

Je kunt het aanvraagformulier online invullen of op papier. Deze formulieren vind je op www.bergen.nl/mantelzorgcompliment.

Als digitaal invullen niet mogelijk is, kun je het aanvraagformulier ook telefonisch opvragen bij het Klant Contact Centrum tel: (0485) 34 83 83 of ophalen in het gemeentehuis.

Indienen aanvraag op papier

Dien je de aanvraag op papier in?

- Stuur deze per post naar Gemeente Bergen, Postbus 140, 5854 ZJ Bergen L
- Stop de aanvraag in de brievenbus bij het gemeentehuis.

Online bijeenkomst PGB

“Wat is een Persoons Gebonden Budget? Wat komt hier allemaal bij kijken?”

Met een persoonsgebonden budget (pgb) kunnen mensen, die langere tijd zorg of ondersteuning nodig hebben, deze zelf regelen. Een voorlichter van Per Saldo, de belangenvereniging van mensen met een pgb, vertelt over wat een persoonsgebonden budget (pgb) inhoudt, wat er in de praktijk bij komt kijken en welke mogelijkheden het kan bieden voor mantelzorgers en hun naasten.

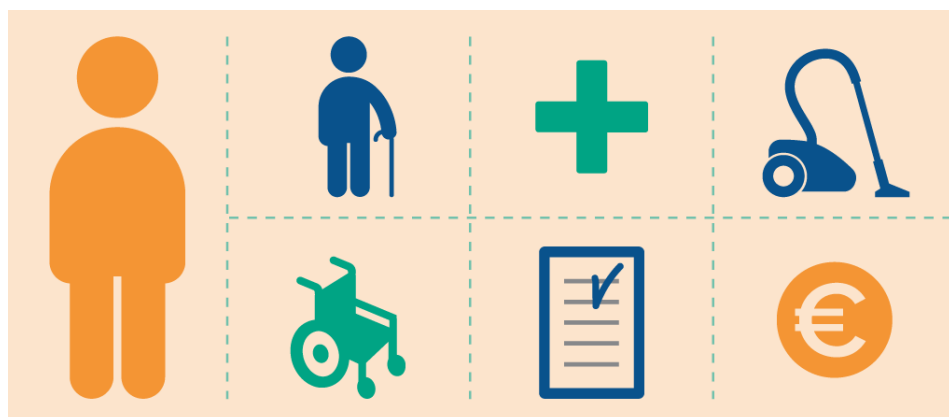
Datum : Maandag 10 oktober 2022

Tijd : 19:00 tot 21:00 uur

Definitieve uitnodiging met mogelijkheid tot aanmelden volgt eind september.



PerSaldo
www.pgb.nl



Boekentip

Mantelzorg, voor heel oude mensen

“In dit boek word je meegenomen in de verhalen en ervaringen van de auteur die jarenlang zorgde voor haar tante, moeder en vriendin. Je kijkt mee in de uitdagingen waar je als mantelzorger voor komt te staan, je leert van haar tips en praktische aanpak, de kennis van het oude lichaam, maar bovenal hoe leuk het kan zijn om voor heel oude mensen te zorgen... In het boek zijn ook twee observatielijsten (OLD, voor vroege symptomen van dementie en OLP, voor psychosociale problemen) opgenomen die de auteur samen met collega's van TNO in Leiden ontwikkelde. Die zijn niet alleen van belang voor andere mantelzorgers maar ook voor zorgprofessionals die veel met ouderen werken.”

Marijke Hopman Rock | Mantelzorg, voor heel oude mensen | SAAM Uitgeverij | ISBN: 9789492261809 | € 22,10



Lotgenotencontact

Voor mantelzorgers met een partner in het verzorgingstehuis

De opname van je partner kan veel verschillende emoties oproepen. Verdriet, opluchting, maar ook twijfel. Je vraagt je misschien af of je wel juist hebt gehandeld. En of ze wel goed genoeg voor je naaste zullen zorgen. Heb je behoefte aan een luisterend oor en het uitwisselen van ervaringen met mensen in soortgelijke situatie? Laat het dan weten. Steunpunt Mantelzorg Bergen start een gespreksgroep(je) voor mensen met een partner in een verzorgingstehuis.

Eerstvolgende bijeenkomst:

Datum : donderdag 19 mei 2022

Tijd : van 9:30 tot 11:00 uur

Locatie: Maasduinen Staete

Info en aanmelden bij: Eefke Lommen, Steunpunt Mantelzorg Bergen, mantelzorgondersteuning@bergen.nl.



Alzheimer café weer terug

Dinsdag 20 September 2022 is het zover! Na lange tijd alleen digitale uitzendingen te hebben gehad, kunt u weer aanwezig zijn bij de bijeenkomsten!

Feestelijke (her-) opening Alzheimer café Bergen

Maasduinen Staete, Vlammertsehof 1, Nieuw Bergen

Inloop vanaf: 19.00 uur

Aanvang programma: 19.30 uur

Uitloop: 21.00 uur

Wilt u graag naar het Alzheimer café komen, maar heeft u vervoersproblemen? Laat dit dan weten aan Eefke Lommen, Steunpunt Mantelzorg Bergen, via 06-52669359.



Mantelzorgwandeling door de Holshaeg

Dag : in de even weken op vrijdag, 9 en 23 september

Tijd : om 11.00 uur

Startpunt : parkeerplaats van Den Asseldonk in Bergen

Je bent van harte welkom om aan te sluiten bij deze mantelzorgontmoetingen. Eefke Lommen van Steunpunt Mantelzorg Bergen loopt mee. De wandelingen duren drie kwartier tot een uur en we houden een gemiddeld wandeltempo aan.

Aanmelden is niet nodig

Wie zin heeft, kan gewoon aansluiten bij deze mantelzorgontmoeting.



De mantelzorg podcast

De tijd dat iemand verhuisde naar een verzorgingshuis om daar ouder te worden ligt ver achter ons. Tussen thuis wonen en het verpleeghuis komen steeds meer tussenvormen, waarin nieuwe mogelijkheden van mantelzorg ontstaan. Tegelijkertijd is er op dit moment te weinig aanbod om aan de stijgende vraag te voorzien.



Gezien de grote vraag naar mogelijkheden van nieuwe vormen van mantelzorg heeft MantelzorgNL een podcastreeks gelanceerd van vier afleveringen, waarin het onderwerp wonen vanuit verschillende kanten wordt belicht.

Luister in de je favoriete app naar de podcast.

Mantelzorger, hoe gaat het met jou?

Meestal gaat alle aandacht uit naar de persoon waarvoor je zorgt. Als mantelzorger heb je misschien ook wel vragen of zorgen over je eigen situatie. En dit zijn andere vragen dan de vragen die je stelt over de persoon waarvoor je zorgt. Weet dat je hiervoor altijd bij mij, mantelzorgondersteuner Eefke Lommen, terecht kunt.

Aandacht voor jou als mantelzorger is belangrijk. Het zorgt ervoor dat de kans minder groot is dat je zelf overbelast raakt. Samen kunnen we bekijken hoe we overbelasting kunnen verminderen, voorkomen of zelfs stoppen.

Deze nieuwsbrief voor mantelzorgers is de dertiende uitgave.

Heb je tips, vragen of suggesties?

Geef dit dan door via mantelzorgondersteuning@bergen.nl of telefonisch via het Klant Contact Centrum (0485) 34 83 83. Daar kun je je ook aan- of afmelden voor deze nieuwsbrief.

Luister in je favoriete app via onderstaande links:



<https://www.spotify.com/nl/>



<https://podcasts.google.com/>



<https://rss.com/>



Zorg jij voor een ander en is ondersteuning welkom?

Neem dan gerust contact op met Eefke Lommen, Mantelzorgondersteuning gemeente Bergen. Aanwezig op dinsdag, donderdag, vrijdagochtend.



06 - 52 66 93 59



mantelzorgondersteuning@bergen.nl