

Webinars voor mantelzorgers

Voor de komende maanden staan er weer verschillende online bijeenkomsten voor mantelzorgers gepland. Deze kun je thuis volgen op je computer of tablet.

Het onbegrepen brein

Iemand is niet meer zichzelf en het dagelijkse leven staat op zijn kop. Maar ook dat van mensen uit zijn of haar eigen omgeving. Naast uitleg van een ziektebeeld blijven er veel praktische vragen over in het dagelijkse leven. Welke veranderingen worden ervaren en hoe ga je als mantelzorger hiermee om? We bespreken dit vanuit drie verschillende invalshoeken.

21 juni 19.00 -20.00 uur Psychiatrie en Verslaving

Gastsprekers zijn Anita Boom en Sandra Smeets van team Preventie van Vincent van Gogh, voor geestelijke gezondheidszorg en een ervaringsdeskundige. Wat is psychiatrie en wat gebeurt er in het brein? Hoe reageren mantelzorgers soms op gedrag en welke impact heeft dit op je naaste?

28 juni 19.00 – 20.00 uur PostCovid

Gastspreker is Sandra van Kan van C-support. PostCovid kan grote gevolgen hebben op het cognitief functioneren van patiënten, herstel hiervan kent vaak een grillig verloop. De wereld draait weer door waardoor corona ver weg lijkt te zijn, maar voor vele mensen én hun omgeving zijn de gevolgen van een besmetting nog dagelijks aan de orde.

4 juli 19.00 – 20.00 uur Niet Aangeboren Hersenletsel

Gastsprekers zijn Maud Zegers en Sandra Hofmans van Professionals in NAH. Door hersenletsel verandert iemands leven en dat van hun naasten van het ene op het andere moment. Waar lopen mantelzorgers tegenaan? Hoe zit het met regie in de thuissituatie? Hoe ga je om met (nieuwe) emoties?

Aanmelden kan via: mantelzorgondersteuning@bergen.nl.

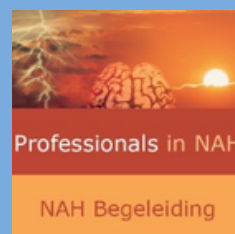
Na aanmelding krijg je voorafgaand aan de bijeenkomst een link voor Teams toegestuurd.

Na de zomer volgen bijeenkomsten met het thema 'veranderende relaties'.

'Blijf in Balans'

Training voor mantelzorgers

Synthese organiseert deze zomer 'Blijf in balans, training voor mantelzorgers. De training bestaat uit drie sessies en vindt plaats in Gennep. Voor meer informatie zie bijlage (laatste pagina van deze nieuwsbrief).



VPTZ; vrijwillige palliatieve terminale zorg

VPTZ vraagt uw aandacht voor het volgende:

Wij bieden ondersteuning aan mensen in de terminale fase van hun leven. Zowel overdag als 's nachts. De belangrijkste reden voor deze ondersteuning is dat men de laatste dagen van het leven het liefst thuis doorbrengt, samen met naasten.

Redt iemand het niet thuiszorg en de inzet van familie en vrienden? Omdat deze overbelast raken of er gewoon niet zijn? Dan staan onze vrijwilligers klaar om aanvullend ondersteuning te bieden.

Onze vrijwilligers kennen het proces van de laatste dagen. Ook bieden ze steun aan de naasten van de zorgvrager. Zij hebben vaak geen idee wat hen te wachten staat. De naasten staan er dan niet meer alleen voor. Ze krijgen de mogelijkheid om naar de winkel te gaan, een keer te sporten, goed te slapen en hun zorgen te delen.

Kortom, we zijn er voor de zorgvrager, maar zeker ook voor de mantelzorg(er)s. We bieden ook ondersteuning binnen zorginstellingen, bijvoorbeeld bij een verpleeghuis of instelling voor mensen met een verstandelijke beperking.

Trek tijdig aan de bel! We komen graag de wensen en mogelijkheden bespreken. Onze ondersteuning is gratis en een indicatie is niet nodig.

Voor informatie:

E: www.vptznoordlimburg.nl

T: 06-55790271

VPTZ Vrijwilligers palliatieve terminale zorg Noordelijk Noord-Limburg

- Ondersteuning in de thuiszorg
- Mantelzorgers worden overbelast
- Een betekenisvolle zorginstelling

Hulp in de laatste levensfase

Zorg jij voor een naaste? Hoe gaat het dan met jou?

Meestal gaat alle aandacht uit naar de persoon waarvoor je zorgt. Als mantelzorg(er) 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 mantelzorg(er) is belangrijk. Het zorgt ervoor dat de kans minder groot is dat je zelf overbelast raakt. Je eigen verhaal vertellen lucht op. Of we bekijken samen hoe we overbelasting kunnen verminderen, voorkomen of zelfs stoppen.

Deze nieuwsbrief voor mantelzorgers is de zestiende 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.



Zorg jij voor een naaste en is ondersteuning welkom?

Neem dan gerust contact op met Eefke Lommen
Steunpunt Mantelzorg Bergen
Werkdagen: dinsdag, donderdag, vrijdagochtend.



06 - 52 66 93 59



mantelzorgondersteuning@bergen.nl

synthese

thuis in je wijk

Wij helpen je op weg,
jij bepaalt de route

Gennep/Bergen/
Mook en Middelaar

Blijf in balans

Training voor mantelzorgers



Training Blijf in Balans

Zorgen voor iemand kan veel voldoening geven, maar langdurig zorgen kan (ongemerkt) steeds zwaarder worden. Het is niet altijd gemakkelijk om balans te houden in het dagelijks leven als je intensief voor een naaste zorgt. Deze training maakt mantelzorgers bewust van patronen en helpt te ontdekken hoe de balans kan worden behouden en/of hersteld. Er wordt informatie en advies gegeven en mantelzorgers kunnen ervaringen en tips uitwisselen.

Data, tijden en locatie

De training is op: 4 juli, 18 juli en 1 augustus van 19.00-21.00 uur.
Locatie: Bijvijf, Houthakkersgroes 5, Gennep

Meer informatie en aanmelden

Aan de training zijn geen kosten verbonden. Deelname aan de training kan alleen na aanmelding en bevestiging door de trainer.

De training wordt gegeven door Marjo Raijmakers en Karin Zwart.
Aanmelden kan via de website scan hiervoor de qr code.
Of bel naar onderstaand telefoonnummer.

