



IN DE
BUURT

VOORLICHTINGSFOLDER MANTELZORG

**Zorgt u voor iemand
in jouw omgeving?**

Ondersteuning mantelzorger

Zorgt u langdurig voor een zieke partner, gehandicapt kind, vader of moeder, goede vriend(in), kennis of buur? Dan bent u mantelzorger. Het verlenen van zorg is niet uw beroep, maar u pakt taken op omdat u een persoonlijke band hebt met degene voor wie u zorgt.

Als mantelzorger komt er vaak veel op u af. Tom in de buurt denkt graag met u mee en staat u bij zodat u de zorg kunt volhouden. Heeft u vragen, neem dan vooral contact met ons op. Samen met een wijkcoach kunt u dan nagaan welke mogelijkheden er bijvoorbeeld zijn voor extra ondersteuning of om nieuwe energie op te doen.

Iedere situatie is weer anders en soms is het verlenen van zorg zo vanzelfsprekend geworden dat we vergeten stil te staan bij de mogelijkheden om even op adem te komen.

“Hoe kan ik voor mijzelf een dagje rust pakken?”

Een van de mogelijkheden is het inschakelen van dagbesteding voor de mantelzorger op een wijkcentrum. Tom in de buurt weet hoe je dit organiseert.

“Hoe kan ik zorgen dat ik niet alles zelf hoeft te doen?”

Vele handen maken licht werk. Tom in de buurt kan u in contact brengen met een *hulp-in-huismaatje* voor ondersteuning bij praktische klussen, zoals boodschappen doen.

“Soms wil ik een moment voor mezelf. Hoe organiseer ik dit?”

Tom in de buurt heeft informatie over mogelijke vervanging. Onder de noemer het vervangend mantelzorgmoment komt een vrijwilliger (maatje) bijvoorbeeld langs om te wandelen of voor gezelschap.



Ondersteuning mantelzorg

“Het zou fijn zijn als nog iemand kan helpen”

Met de online website ‘We Helpen’ kunnen we samen kijken naar mogelijkheden voor een maatje.

“Ik heb behoefte aan een langere pauze”

Tom in de buurt kent de mogelijkheden voor een langdurig verblijf van de persoon die u verzorgt. Deze respijtzorg is in te zetten voor het overbruggen van vakanties of een mogelijkheid om tijdelijk even op adem te komen.

“Soms zie ik door de bomen het bos niet meer”

Tom in de buurt organiseert maandelijks interessante workshops en trainingen voor mantelzorgers. Denk bijvoorbeeld aan een notaris die uitleg geeft over het opstellen van een wilsbeschikking.

“Kom ik in aanmerking voor een vergoeding?”

Mantelzorgers kunnen een maal per jaar bij de gemeente een mantelzorgcompliment aanvragen. Dit is een financiële tegemoetkoming. Tom in de buurt kan u vertellen hoe u een aanvraag indient.

Vragen?

Kom langs bij Tom in de buurt. Op de website staan de inloopmogelijkheden bij u in de buurt. Maak een afspraak met een wijkcoach via tel. 088 9000 4567 of vul het contactformulier in op www.tomindebuurt.nl

Nieuwsbrief

Wilt u op de hoogte worden gehouden van nieuws op mantelzorggebied en de Dag van de Mantelzorg? Meld via het contactformulier op de website www.tomindebuurt.nl dat u de mantelzorgniewsbrief wilt ontvangen.



Ondersteuning mantelzorgers



“Soms wil ik ook even weg naar het strand, met iets anders bezig zijn. Omdat mijn vader deelneemt aan de dagbesteding in het wijkcentrum kan dat nu .”



“Ik wil zoveel mogelijk zelf voor mijn moeder zorgen. Tot ik ontdekte dat iemand af en toe boodschappen kan doen voor mijn moeder. Die steun is toch best fijn. ”



“Ik ga maandelijks koffie drinken bij Tom in buurt, zij hebben mij geholpen bij het aanvragen van een mantelzorg-compliment.”