

# Mantelzorg



Rzijn

Steunpunt Mantelzorg  
gemeente Vlagtwedde

## Bent u mantelzorger?

Het lijkt zo vanzelfsprekend: zorgen voor een naaste. Voor uw zieke partner of kind. Uw ouders of buurvrouw. Maar wat als de zorg langer duurt dan een paar weken? Omdat de ziekte chronisch is, of wanneer er sprake is van een beperking? Dan bent u mantelzorger.



### Als mantelzorger staat u niet alleen!

Het is goed om te weten dat u in uw zorgtaak niet alleen hoeft te staan. Langdurige en intensieve zorg voor een ander kan op den duur zwaar worden. Het Steunpunt Mantelzorg kan u ondersteunen. Ervoor zorgen dat u even een adempauze in kunt lassen door bijvoorbeeld respijtzorg te organiseren. Ontmoetingen regelen met lotgenoten. Uw vragen beantwoorden. Vanaf 1 januari 2017 wordt mantelzorgondersteuning in de gemeente Vlagtwedde uitgevoerd door stichting Rzijn.

### Meld u aan bij het Steunpunt

Als Steunpunt willen we graag mantelzorgers ondersteunen. Maar we kunnen alleen mantelzorgers helpen die zich hebben aangemeld. Alleen dan kunnen we u de steun bieden die u nu of in de toekomst hard nodig kunt hebben.

### Wat zijn de voordelen van aanmelden?

- ❖ U ontvangt 2-3 x per jaar de activiteitenagenda van het Steunpunt. Hierin staat informatie over lotgenotencontact, gespreksgroepen en andere activiteiten voor mantelzorgers. Ook ontvangt u diverse informatie die voor mantelzorgers interessant is.
- ❖ Wij kunnen u informeren over ondersteuningsmogelijkheden.
- ❖ U kunt een bezoek aanvragen van een mantelzorgvoorzitter.

- ❖ Wij verzorgen de uitvoering van het mantelzorgcompilment voor de gemeente Vlagtwedde.

Aanmelden kan eenvoudig door het contactformulier op onze website in te vullen of door het aanmeldformulier te downloaden, in te vullen en te mailen. U kunt ook op één van de Steunstees terecht voor het invullen van een aanmeldformulier voor mantelzorg.

Registratie verplicht u tot niets en is geheel gratis. Uw persoonlijke gegevens worden ter bescherming van uw privacy uiteraard vertrouwelijk behandeld.

## Mantelzorg of vrijwilligerszorg?

Mantelzorg en vrijwilligerszorg lijken op elkaar. Toch zijn er belangrijke verschillen. Mantelzorgers zorgen voor iemand vanuit een bestaande relatie en kunnen hun zorg niet zomaar stoppen of zelf regelen. Vrijwilligerszorg wordt meestal geboden vanuit een organisatie. Vrijwilligers kunnen hun zorgen zelf indelen en ook weer stopzetten.

### Vrijwilligerszorg

Er zijn diverse organisaties en verenigingen die vrijwilligerszorg kunnen bieden. Stichting Rzijn biedt ook vrijwilligershulp in de thuissituatie. Vrijwilligers kunnen hulp bieden in de vorm van (zieken)bezoek, (rolstoel) wandelen, uitstapjes en ontspanningsactiviteiten, vervoer, boodschappen doen, begeleiding naar het ziekenhuis, etc.

### Respijtzorg

Ook bieden vrijwilligers gezelschap aan chronische zieken, gehandicapten of dementerenden wanneer de vaste verzorger (mantelzorger) er even tussenuit wil. Dit wordt respijtzorg genoemd ofwel 'even vrijaf' voor de mantelzorger.



## Hulp bij palliatieve of terminale zorg thuis

Als mantelzorger en verzorgde graag samen willen blijven, kan het prettig zijn om hulp van vrijwilligers in de thuissituatie in te schakelen. Voor de mantelzorger om even vrijaf te nemen en voor de verzorgde om contacten met buitenstaanders te onderhouden. Wilt u een beroep doen op de Terminale en Palliatieve Vrijwillige Thuishulp? Dan kunt u voor deze specifieke hulp contact opnemen met het Steunpunt Mantelzorg en Vrijwillige Thuishulp Zuid Groningen via 0599-635999 of [mantelzorg@welstad.nl](mailto:mantelzorg@welstad.nl). Voor alle andere vragen of ondersteuning kunt u terecht bij het Steunpunt Mantelzorg gemeente Vlagtwedde.

## Meer hulp nodig?

Het Steunpunt Mantelzorg gemeente Vlagtwedde kan veel doen om u te ondersteunen in uw zorgtaak. We denken graag met u mee en kunnen als het nodig is de samenwerking zoeken met andere organisaties.

## Contact

U kunt van maandag t/m vrijdag terecht voor ondersteuning op één van de Steunstees van Rzijn.

### **Ter Apel**

Dr. Bekenkampstraat 37 – 0599 - 582460 - 9.00 - 12.00 uur

### **Vlagtwedde**

Dr. P. Rinsemastraat 7 - 0599 - 312291 - 9.00-11.00 uur

### **Sellingen**

Korteweg 2d – 0599 - 322227 - 9.00-11.00 uur

U kunt ook rechtstreeks contact opnemen met het Steunpunt Mantelzorg via 06-86660110 (di, do en vrij) of mailen naar [mantelzorgvlagtwedde@rzijn.nu](mailto:mantelzorgvlagtwedde@rzijn.nu).