

**STEUNPUNT MANTELZORG HORST**

Bemmelstraat 2  
5961 HN Horst  
☎ 077 3978500  
✉ horst@synthese.nl

**CONTACTGROEP:**

Iedere derde dinsdag van de maand van 9.30-12.00 uur  
Bemmelstraat 2, in Horst.

Om de positie van mantelzorgers te versterken werken de Steunpunten Mantelzorg van Synthese nauw samen met andere Steunpunten Mantelzorg in de regio en met de Vrijwillige Thuishulp.  
Zie ook: [www.synthese.nl](http://www.synthese.nl). en [www.dezorgondersteuner.nl](http://www.dezorgondersteuner.nl).

Januari 2011

**ONDERSTEUNING  
MANTELZORG HORST**

*Zorg je voor een ander?  
Zorg dan ook goed voor jezelf!*

betrokken  
professioneel  
resultaatgericht  
samenwerken  
energiek  
onafhankelijk

### **WAT IS MANTELZORG?**

Mantelzorg is het langdurig en onbetaald verlenen van zorg aan een zieke naaste. Deze naaste kan een partner, kind, ouder of vriend(in) zijn. Iemand die deze zorg verleent, noemen we een mantelzorger.

Mantelzorg is een zorgtaak, die ongevraagd op uw pad is gekomen maar toch veel voldoening kan geven. Mantelzorg wordt vrijwillig gedaan, maar er is een duidelijk verschil met vrijwilligerswerk. Vrijwilligerswerk wordt verricht op vrijwillige basis en op gezette tijden, veelal uit naam van een bepaalde instelling of organisatie.

### **STEUNPUNT MANTELZORG**

Het steunpunt kan u bij de hierna genoemde punten van dienst zijn.

### **INFORMATIE EN ADVIES**

U kunt informatie en advies krijgen over organisaties, voorzieningen en regelingen, afgestemd op uw persoonlijke situatie: (aanvullende) hulp;

financiële middelen; (medische) informatie; mogelijkheden voor vrijetijdsbesteding.

### **EMOTIONELE ONDERSTEUNING**

Ons doel is om mantelzorgers te ondersteunen zodat zij zo lang mogelijk in staat blijven om de zorg die nodig is te geven: het Steunpunt Mantelzorg biedt een luisterend oor. U kunt deelnemen aan een contactgroep en krijgt de mogelijkheid om uw eigen verhaal te doen en uw ervaringen te delen met andere mantelzorgers. Herkenning van elkaars situatie is de eerste stap om de zorg beter aan te kunnen.

### **RESPIJTZORG**

Het kan soms prettig of zelfs noodzakelijk zijn om de zorg even aan iemand over te kunnen dragen. Bijvoorbeeld om gewoon een boek te lezen, naar muziek te luisteren, even de stad in te gaan of een aantal dagen weg om op adem te kunnen komen. Vaak is dit als mantelzorger echter moeilijk te

realiseren. Het Steunpunt Mantelzorg bemiddelt tussen mensen en/of instanties om samen met u te zoeken naar een oplossing zodat de zorg tijdens uw afwezigheid zoveel mogelijk door kan gaan.

### **PRAKTISCHE ONDERSTEUNING**

door mantelzorgmakelaar en mantelzorgconsulent

- overname van en hulp bij regeltaken en invullen formulieren;
- aanvragen van hulp: Persoonsgebonden budget (PGB), WMO-voorzieningen en AWB-zorg;

Extra hulp voor zwaar belaste intensief zorgende mantelzorgers:

- overleg werkgevers;
- bemiddeling zorgvoorzieningen enz.;
- betere combinatiemogelijkheden zorg en werk.

### **BELANGENBEHARTIGING**

Het Steunpunt Mantelzorg probeert de situatie van mantelzorgers zoveel mogelijk onder de aandacht te brengen bij de overheden, het publiek en andere belangenorganisaties. Door het in kaart brengen van vragen en problemen waarmee mantelzorgers zich tot het Steunpunt Mantelzorg wenden, hopen we beleidsmakers te kunnen voorzien van steekhoudende gegevens en adviezen.

### **PROJECTEN**

- Jonge mantelzorgers;
- Respijtzorg;
- Dag van de Mantelzorg.