

VOOR ELKAAR

speciale uitgave • zomer 2020



samen wandelen

Veel mantelzorgers geven aan dat hun wereld kleiner is geworden, zeker nu persoonlijk contact minder vanzelfsprekend is. Even naar buiten gaan voor een ontspannen wandeling met een gezellig praatje, of uw hart luchten, kan erg prettig zijn.

Wij kunnen u in contact brengen met anderen om te wandelen. Dat kan één op één met een vrijwilliger, of met een andere mantelzorger. Ook kunt u aansluiten bij 'het ommetje' in uw eigen buurt.



digitale bijeenkomsten

Er stonden twee bijeenkomsten gepland die geen doorgang vonden:

- bijeenkomst over de Wmo (Wet Maatschappelijke Ondersteuning)
- Bijeenkomst over de Wlz (Wet Langdurige Zorg)

In september bieden wij u deze informatie aan door digitale bijeenkomsten te organiseren (Webinars). De bedoeling is dat u op uw eigen pc, laptop of tablet inlogt en u hier de spreker kunt zien en uw vragen kunt stellen.



contactgroepen

Mantelzorgers kunnen in een contactgroep met elkaar ervaringen en tips uitwisselen en dit voelt als een grote steun. Inmiddels hebben er weer bijeenkomsten van kleine groepen plaatsgevonden.

Er zijn ook alternatieven om contact te hebben met andere mantelzorgers. Denk aan (beeld) bellen of afspreken met een groepje in de buitenlucht. Wij denken graag met u mee en brengen u desgewenst met anderen in contact.

Neem contact met ons op als u meer wilt weten of mee wilt doen.

- info@mantelzorgzeist.nl
- www.mantelzorgzeist.nl
- 030 - 692 53 19

Steunpunt
MantelzorgZeist
onderdeel van MeanderOmnium

jonge mantelzorgers

Voor kinderen en jongeren die thuis te maken hebben met mantelzorg:
Whatsapp: 06 - 53 74 76 39.

TIP: MantelzorgNL

Op de website en in de nieuwsbrief geeft de landelijke organisatie MantelzorgNL een goed overzicht van het overheidsbeleid en de gevolgen daarvan voor mantelzorgers. MantelzorgNL

bundelt uw vragen en ervaringen en neemt ze mee naar Den Haag. Ook wordt online ondersteuning geboden, waaronder coaching.

- www.mantelzorg.nl
- 030 - 760 60 55

houd contact
in tijden van
corona