

Mantelzorg

Mantelzorg is zorg voor iemand uit uw directe omgeving. Mantelzorgers bent u meestal voor langere tijd. U geeft mantelzorg omdat u een band met iemand heeft. Bijvoorbeeld een van uw ouders die hulp nodig heeft, uw partner die ziek is of een buurman die af en toe de weg kwijt is. In deze folder vindt u informatie over de ondersteuningsmogelijkheden die het Startpunt wonen zorg welzijn kan bieden voor mantelzorgers.

De zorg die gegeven wordt door een mantelzorgers kan heel verschillend zijn: emotionele ondersteuning, meegaan naar het ziekenhuis, het regelen van afspraken, wassen en aankleden of een boodschap doen. Mantelzorg wordt niet betaald. U kiest er meestal niet bewust voor om mantelzorgers te worden. Het overkomt u.

Zowel het geven als ontvangen van mantelzorg roept een positief gevoel op. Iemand helpen geeft vaak veel voldoening. Het is ook fijn wanneer je geholpen wordt door iemand die je goed kent. Dit geeft een gevoel van veiligheid en vertrouwen.

Maar wanneer de zorg lang duurt en zwaar is, bestaat het gevaar dat u als mantelzorgers te veel belast wordt.

‘Ik vind het dankbaar werk. Zeker als de persoon dat ook kan uiten. Die mazzel heb ik. Dat de humor er ook nog is. Ze zit in een rolstoel en dan zeg ik: “We blijven bij elkaar, je loopt toch niet zo hard weg.”

Contact

Startpunt wonen zorg welzijn

Van Bleyswijkstraat 91
2613 RR Delft

Telefoon (015) 214 07 07

E-mail info@startpuntwonezorgwelzijn.nl

Website www.startpuntwonezorgwelzijn.nl

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 13.00 uur

Spreekuren in de wijk

*Wijk Buitenhof/
Voorhof in woonwinkel*
Vidomes, Griegstraat 8
Dinsdag en donderdag
van 09.00 tot 12.00 uur

Wijk Hof van Delft/Voordijkshoorn
in de Vermeertoren,
Van Beresteynstraat 169
Donderdag van 13.30 tot 16.30 uur

Wijk Vrijenban in Het Ooievaarsnest
Van Lodensteynstraat 83b
Maandag van 14.00 tot 17.00 uur

Wijk Tanthof in De Hofstee
Sandinoweg 149
Dinsdag van 14.00 tot 17.00 uur

Mantelzorg

Wij adviseren u graag!



Ondersteuning en persoonlijk advies

Het Startpunt wonen zorg welzijn kan u de volgende ondersteuningsmogelijkheden aanbieden, als u als mantelzorger er niet meer zelf uitkomt:

- Een persoonlijk advies voor uw situatie
- Het aanvragen van hulpmiddelen (woningaanpassingen, vervoer, rolstoel, huishoudelijk hulp, AWBZ zorg)
- Hulp bij het invullen van formulieren
- Het aanvragen van een Persoonsgebonden budget (PGB)
- Het aanvragen van personenalarmering
- Het regelen van respijtzorg
- Informatie over cursussen en ontmoetingsbijeenkomsten
- Doorverwijzing: u krijgt altijd een antwoord op uw vragen

Mantelzorgconsulent

De mantelzorgconsulent van het Startpunt organiseert cursussen, themabijeenkomsten en ontmoetingsbijeenkomsten voor (ex) mantelzorgers. Het kan heel prettig zijn om eens van gedachten te wisselen met andere mantelzorgers. Of om informatie te krijgen over ziektebeelden, grenzen stellen, of het combineren van werk en mantelzorg, om enkele onderwerpen te noemen.

“Wat ik altijd meteen zeg: Blijf erbij werken. Zeg vooral je baan niet op, dan heb je collega's, dan word je niet helemaal opgeslokt door zorg. Het geeft je energie.”

Allochtone mantelzorgconsulent

De allochtone mantelzorgconsulent van het Startpunt richt zich op de mantelzorgers met een niet westerse afkomst. Met de inzet van de allochtone mantelzorgconsulent wil het Startpunt de allochtone mantelzorgers bereiken en toe leiden naar de juiste voorzieningen.

Respijtzorg

Mantelzorg is onmisbaar, maar kan ook zwaar zijn. In het begin neem je alle zorg erbij en doe je het gewoon. Maar als zorg voortduurt, komt er een moment dat je als mantelzorger er ook wel even tussenuit wilt om de accu weer op te laden. Dan is het fijn als de zorg even overgenomen wordt. Dit noemen we respijtzorg.

“Dat mag ik dus voor mezelf doen, dus ik mag wat meer tijd voor mezelf hebben; daar ben ik heel blij om”.

Respijtzorg kan op verschillende manieren ingevuld worden. Zo kan een familielid of bekende tijdelijk de zorg overnemen. Er zijn ook vrijwilligersorganisaties voor het inzetten van vrijwilligers die de zorg even van u kunnen overnemen. Ook zijn er opvangmogelijkheden buitenshuis. Het Startpunt wonen zorg welzijn kan u hier over informeren en zorgen dat u de bij uw situatie passende hulp krijgt.

“Soms moet je het ook laten doen door anderen. Mijn man heeft veel zorg en aandacht nodig. Als hij de hele week thuis zou zijn, zou ik het niet meer volhouden. Ik heb nu een moment vrijaf. Maar dat moet je wel regelen.

Mantelzorgers ontmoeten

De mantelzorgconsulent organiseert inloopochtenden voor (ex) mantelzorgers. Het uitwisselen van ervaringen, tips en een luisterend oor staan hierbij centraal. Deze inloopochtenden worden op verschillende locaties in de stad georganiseerd. Voor informatie en aanmelding kunt u terecht bij het Startpunt wonen zorg welzijn.

“Mijn moeder is nu in een verpleeghuis terechtgekomen. Daar ben ik verdrietig om, maar ook heel blij.”

Themabijeenkomsten en cursussen

U kunt als mantelzorger deelnemen aan themabijeenkomsten en cursussen die het Startpunt wonen zorg welzijn organiseert. Het Startpunt werkt daarbij samen met andere hulpverlenende organisaties zoals de Ontmoetingscentra voor mensen met dementie en GGZ Delfland. Voor informatie en aanmelding kunt u terecht bij het Startpunt wonen zorg welzijn.