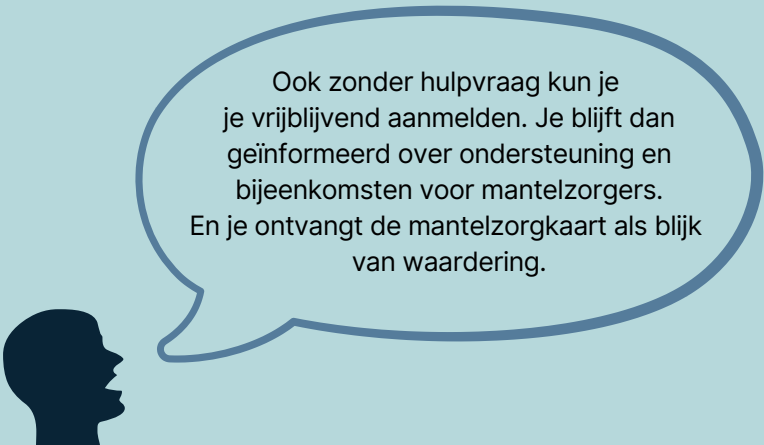


# CONTACT

Wil je weten of de mantelzorgmakelaar en/of het Steunpunt Mantelzorg ook jou kan helpen? Neem contact op met Steunpunt Mantelzorg.

Steunpunt Mantelzorg biedt allerlei vormen van ondersteuning en kan in specifieke situaties verwijzen naar mantelzorgmakelaars.



Ook zonder hulpvraag kun je je vrijblijvend aanmelden. Je blijft dan geïnformeerd over ondersteuning en bijeenkomsten voor mantelzorgers. En je ontvangt de mantelzorgkaart als blijk van waardering.



050 - 312 60 00



[steunpuntmantelzorg.groningen@humanitas.nl](mailto:steunpuntmantelzorg.groningen@humanitas.nl)



[www.humanitas.nl/groningen/steunpuntmantelzorg/](http://www.humanitas.nl/groningen/steunpuntmantelzorg/)

# HULP VOOR MANTELZORGERS

## STEUNPUNT MANTELZORG & MANTELZORGMAKELAAR



**humanitas** | Groningen  
Steunpunt Mantelzorg

**humanitas** | Groningen  
Steunpunt Mantelzorg

Gemeente  
**Groningen**

# HET STEUNPUNT MANTELZORG

Voor informatie, ondersteuning en waardering

## INFORMATIE EN ADVIES OVER



- Balans vinden bij mantelzorg
- Respijtzorg = adempauze voor de mantelzorger
- Combinatie werk en mantelzorg
- Aangepaste vakantiemogelijkheden
- Materiële hulp en zorgtechnologie
- Wet- en regelgeving, financiële tegemoetkomingen
- Hulp en/of zorg
- Praktische hulp bij klusjes, administratie, huishouden e.d.



### INDIVIDUEEL

- Vraagverheldering, meedenken over zorg/hulp/steun
- Regelmatig contact, een luisterend oor, emotionele ondersteuning
- Spreekuren in verschillende wijken en dorpen
- Waar nodig: 'warme' doorverwijzing naar (in)formele zorg



### GROEPSGEWIJS

- Themabijeenkomsten
- Ontmoetingsgroepen
- Cursussen en trainingen
- Ontspanningsactiviteiten



### 8 - 24 JAAR

- Leuke activiteiten
- Maatje
- Vakantieweek
- Week van de Jonge Mantelzorger



### INFORMEREN VIA

- Nieuwsbrief
- Website & Sociale Media
- Folders



### VOORLICHTING

- Aan mantelzorgers
- Op verzoek aan verenigingen, organisaties, bedrijven en scholen



### WAARDERING MANTELZORGERS

- Mantelzorgkaart met coupons
- Feestelijkheden rondom de Dag van de Mantelzorg
- Voor jonge mantelzorgers 2 bioscoopbonnen

# DE MANTELZORGMAKELAAR

Gratis hulp bij regeldruk

## Zorg jij intensief voor een naaste en...

- ervaar je grote regeldruk?
- kun je moeilijk passende zorg vinden?
- voel je je overbelast en zie je door de bomen het bos niet meer?
- loop je vast in wet- en regelgeving?

## Een mantelzorgmakelaar:

- denkt mee over passende oplossingen om de mantelzorgtaken zo goed mogelijk vol te houden;
- kent het - soms ingewikkelde - zorgstelsel;
- is goed op de hoogte van mogelijkheden voor hulp, zorg en voorzieningen;
- weet voor welke hulp een bepaalde wet of zorgverzekering bedoeld is, geeft informatie over voor- en nadelen, risico's, financiële gevolgen en wat haalbaar is in jouw situatie.

Daarbij sta jij als mantelzorger centraal en houd je de regie. Zo nodig neemt de mantelzorgmakelaar regeltaken van je over. Samen bekijken jullie hoe jij in jouw situatie tot een betere balans komt en weer grip krijgt.

### Voorbeelden waarbij een mantelzorgmakelaar kan helpen:

- ▶ Mijn werkgever wil dat ik weer ga werken, maar hoe combineer ik werk met de zorg voor mijn zoon die veel zorg en begeleiding nodig heeft?
- ▶ Mijn vader wordt ontslagen uit het verpleeghuis. Ik wil voor hem zorgen maar dat kan ik niet alleen.
- ▶ Na jaren van zorg willen we een weekend weg om op te laden. Waar vind ik vervangende zorg?
- ▶ Ik wil mijn zorgbehoevende moeder graag bij mij in huis laten wonen. Wat moet er geregeld worden?
- ▶ De thuiszorg vindt dat er een indicatie voor de Wet langdurige zorg nodig is voor mijn man. Waarom is dat nodig en wat zijn voor- en nadelen?