

Stedelijk Knooppunt Mantelzorg

Regentesselaan 2^b
7316 AC Apeldoorn
055 529 55 20

info@dekap.nl

www.dekap.nl



MANTELZORGWAARDERING 2019

Ook dit jaar kunt u als mantelzorger rekenen op een individuele blijk van waardering van de gemeente Apeldoorn. Ondanks de nodige bezuinigingen heeft het Apeldoornse college van burgemeester en wethouders ervoor gekozen de mantelzorgers dit jaar €75,- te geven.

Mantelzorgers (van wie de zorgvrager in Apeldoorn woont) kunnen de waardering via de Kap aanvragen tussen **1 september 2019 en 31 oktober 2019**.

Het digitale aanvraagformulier vindt u vanaf 1 september op

www.dekap.nl/mantelzorgwaardering.

Heeft u vragen? Kijk op onze website bij mantelzorgwaardering/veel gestelde vragen. Heeft u dan nog vragen stuur dan een mail naar: mzw@dekap.nl

BIJEENKOMSTEN

Informatiebijeenkomst

Op **woensdagavond 4 september** van 19.30-21.00 uur organiseren wij een informatiebijeenkomst voor mantelzorgers. We vertellen u graag over wat de mantelzorgconsulent /makelaar voor u kan betekenen als het gaat over een luisterend oor, regeltaken overnemen, het aanvragen van een pgb of het combineren van mantelzorg en werk. Maar ook over ontspannende activiteiten, bijeenkomsten, cursussen, gespreksgroepen, activiteiten voor jonge mantelzorgers en hoe vrijwilligers u kunnen ondersteunen.

Uiteraard is er voldoende gelegenheid om vragen te stellen naar aanleiding van uw eigen situatie. En.....zijn we benieuwd naar uw wensen. Wat zou u kunnen helpen?

Workshop 'Mantelzorg & Levenstestament'

Op **maandagavond 23 september** van 19.30-21.30 uur verzorgt notaris Dijkman, van notariskantoor Dijkman & van Doorn, een workshop over het levenstestament. Zij zal vertellen wat in een levenstestament kan worden geregeld en waarom een levenstestament van belang kan zijn.

Maar ook wat het betekent als je als mantelzorger de taak krijgt als belangenbehartiger. Want wat wordt er nu precies van je verwacht als je optreedt als belangenbehartiger? En hoe leg je verantwoording af aan anderen om mogelijk latere verwijten te voorkomen?

Deze en mogelijk andere vragen die bij de mantelzorgers en hun naasten leven, zal de notaris tijdens de workshop zo goed mogelijk proberen te beantwoorden.

Workshop 'OZO verbindzorg'

Op **maandagavond 7 oktober** van 19.30-21.30 uur organiseren we een workshop over OZOverbindzorg. Dit is een online communicatie-platform waarin de cliënt de regie heeft. Alle partijen die bij de zorg betrokken zijn, mantelzorger, huisarts, thuiszorgmedewerker, fysiotherapeut of vrijwilliger, worden met elkaar verbonden en houden elkaar op de hoogte. Omdat ook in Apeldoorn alle huisartsen met dit systeem gaan werken organiseren we deze workshop voor mantelzorgers en vrijwilligers van de Kap.

Voorlichtingsbijeenkomst 'Persoonsgebonden budget'

Op **maandagavond 28 oktober** van 19.00-21.00 uur verzorgt Per Saldo, de belangenvereniging van budgethouders, een voorlichtingsbijeenkomst over het Persoonsgebonden budget (pgb). Mantelzorgers die voor de keuze staan hoe ze hun zorg en ondersteuning gaan regelen: met een pgb of juist niet, worden van harte uitgenodigd. Aan de orde komen vragen als wat is een pgb, wat zijn de verschillen met zorg in natura, wat komt er zoal bij het beheren van een pgb kijken en waar kunt u een pgb aanvragen. Er is plaats voor max. 30 mantelzorgers. Geef u dus snel op.

Gesprek wethouder

In **oktober** wil wethouder Nathan Stukker graag in gesprek met mantelzorgers uit Apeldoorn. We zullen zelf wat mantelzorgers benaderen maar mocht u belangstelling hebben dan horen wij dat graag. We proberen een divers gezelschap van mantelzorgers samen te stellen wat betreft leeftijd, zorgsituatie en ziektebeeld.

Locatie:	Alle bovengenoemde bijeenkomsten zijn bij de Kap, Regentesselaan 2-B, 7316 AC Apeldoorn
Aanmelden:	Tot één week van te voren via een mail naar a.dusink@dekap.nl o.v.v. naam, telefoonnummer en aantal personen

OUDERS VAN KINDEREN MET INTENSIEVE ZORG

Bijeenkomst

Ben jij een ouder van een kind dat intensieve zorg vraagt? Een bijzonder kind vraagt veel van jou als ouder. Uiteraard is ook jouw kind het leukste en liefste van de hele wereld. Maar de uitdagingen waar je voor staat kunnen best groot zijn. Of het nu gaat over de ondersteuning of zorg voor je kind, de combinatie zorg & werk of het onderhouden van je sociale netwerk.

Voel je je af en toe ook onmachtig en eenzaam? Voel je soms onbegrip van de buitenwereld? En weet je soms niet waar je moet zijn om de juiste hulp of ondersteuning te vinden? Of vind je het lastig om hulp te vragen?

Dan nodigen we jou uit voor deze bijeenkomst die we samen met MEE Veluwe organiseren.

Met elkaar kijken we naar waar behoeftes liggen en wat er nodig is om jullie met elkaar in contact te brengen. Hoe, waar en wanneer jullie elkaar kunnen vinden, ervaringen kunnen delen en elkaar zo kunnen steunen.

Datum:	14 oktober van 19.30-21.00 uur
Locatie:	De Kap, Regentesselaan 2-B, 7316 AC Apeldoorn
Informatie:	Karin Fennes k.fennes@dekap.nl tel.nr 055 529 55 20
Aanmelden:	Stuur een mail naar a.dusink@dekap.nl o.v.v. naam en telefoonnummer

RESPIJT

De gemeente heeft de Kap de opdracht gegeven om alles rondom respijtzorg in kaart te brengen. Respijt betekent: 'even tijd voor uzelf als mantelzorger'. Dat kan natuurlijk alleen als u weet dat degene voor wie u zorgt de juiste ondersteuning krijgt. Anders kunt u zich als mantelzorger niet echt ontspannen.

Eén van de respijtmogelijkheden thuis, is de inzet van een of meerdere vrijwilligers. Voor respijtzorg buitenshuis zijn we samen met Talma Borgh een proef gestart. Degene voor wie u zorgt verblijft daar en krijgt alle zorg, maaltijden en activiteiten die nodig zijn zodat u er met gerust hart tussenuit kan.

Van oktober t/m december is er nog ruimte beschikbaar. Belangrijke criteria zijn dat de zorgvrager geen weglooptgedrag vertoont en er geen tillift nodig is. Heeft u belangstelling? Laat het ons weten! Dan gaan we dat samen met Talma Borgh en het WMO-loket voor u regelen.

ONTSPANNENDE ACTIVITEITEN

Naast bijeenkomsten en workshops organiseren wij ook ontspannende activiteiten voor mantelzorgers.

Mantelzorgers wandelen met elkaar op maandag en woensdagochtend (om de week) in het Paleispark. De fietsclub maakt één keer per maand een leuke fietstocht en ook de poëzieclub komt maandelijks bij elkaar. Elke eerste maandagavond kunt u om 19.00 uur met de mantelzorgmakelaar/consulent mee wandelen in de Kroondomeinen. Aanmelden is niet nodig.

Mocht u een vrijwilliger nodig hebben om bij degene voor wie u zorgt te zijn, vraag dit dan op tijd aan zodat we iemand voor u kunnen zoeken. Heeft u zelf ideeën of wilt u meer weten over bovenstaande activiteiten neem dan contact op met Bianca Zwolsman b.zwolsman@dekap.nl