Mantelzorg wat is dat?

Mantelzorgers zijn mensen die langdurig en onbetaald zorgen voor een familielid, vriend of buur die extra hulp nodig heeft. Dit kan bijvoorbeeld komen door een ziekte voor lange tijd, een beperking of ouderdom.

Jonge mantelzorgers zijn tussen de 4 en 24 jaar. Deze jonge mantelzorgers hebben thuis vaak extra taken, zoals boodschappen doen of hun familielid helpen. Ze kunnen zich zorgen maken. Of ze hebben niet genoeg zorg en aandacht voor zichzelf.

Ondersteuning om het vol te houden

De gemeente biedt ondersteuning aan mantelzorgers zodat u de zorg kunt volhouden. De gemeente heeft deze mantelzorgondersteuning uitbesteed. Mantelzorgers kunnen persoonlijk advies krijgen, contact leggen met lotgenoten, deelnemen aan bijeenkomsten, naar een mantelzorgcafé gaan of tijdelijke vervangende zorg regelen (respijtzorg). Mantelzorgondersteuning is er ook voor jonge mantelzorgers.

Voor mantelzorgers is het belangrijk dat zij goed voor zichzelf zorgen en overbelasting te voorkomen. Bekijk hieronder welke instanties er in onze gemeente Oostzaan zijn voor mantelzorgers.

Voor mantelzorgers is het belangrijk dat zij goed voor zichzelf zorgen en overbelasting te voorkomen. Bekijk hieronder welke ondersteuning en activiteiten in gemeente Oostzaan worden georganiseerd.

Ondersteuning

WelzijnWonenPlus

Bekijk hier welke activiteiten WelzijnWonenPlus organiseert.

Welzijnwonenplus.nl/locaties/oostzaan/

SMD Stichting Maatschappelijke Dienstverlening

Mantelzorg voelt voor de meeste mensen als vanzelfsprekend. Natuurlijk doet u boodschappen en het huishouden voor iemand die u dierbaar is en dit zelf niet meer kan. Maar mantelzorg is ook intensief en legt soms een grote belasting op uw eigen leven.

Bekijk hier wat de SMD kan betekenen:

desmd.nl/mantelzorg/

Alzheimer Café in de regio

Het Alzheimer Café is een maandelijkse bijeenkomst voor mensen die dementie hebben en voor hun naasten. Met deskundige sprekers, betekenisvolle onderwerpen en informatie over (omgaan met) dementie. U bent welkom om te luisteren, vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen.

Het Alzheimer Café Zaanstad is iedere 3e woensdag van de maand. Van 19.30 uur – 21.30 uur in Pennemes, Bloemgracht 95 in Zaandam.

Bekijk online welke activiteiten er nog meer in de buurt worden georganiseerd. Lees hier ook meer informatie over dementie.

Volg de afdeling Zaanstreek-Waterland van Alzheimer Nederland op Facebook.

Heeft u een vraag of wilt u iets bespreken? Neem contact op: zaanstreek-waterland@alzheimervrijwilligers.nl

Het Buitenhuis



Het Buitenhuis ligt midden in de weilanden van Wijdewormer. Het biedt respijtzorg met professionele zorg op maat. Terwijl de gast in Het Buitenhuis verblijft en goed wordt verzorgd, kan de mantelzorger even op adem komen.

Het Buitenhuis maakt van het alledaagse een beleving. Logeren, dagje uit, coffee & care, het Buitenhuis biedt verschillende arrangementen.

Jonge mantelzorgers



Kun je je nog wel goed genoeg concentreren op school als je zusje in het ziekenhuis ligt? Of moet je soms afspraken met vrienden afzeggen omdat je moeder niet alleen thuis kan zijn? WelzijnWonenPlus organiseert activiteiten voor jonge mantelzorgers in Purmerend, Wormerland, Oostzaan en Waterland om hen in het zonnetje te zetten en met elkaar in contact te brengen. De consulenten zijn er om een luisterend oor te bieden en te helpen.

Vragen?

Linda Kuipers staat voor je klaar. Bel, app of mail haar:

06 105 50 626

linda@welzijnwonenplus.nl

Volg hun instagram @datdoejetochgewoon