

## MANTELZORG ONDERSTEUNING



Stichting Welzijnswerk is een erkend mantelzorgvriendelijke organisatie. In 2016 ontving SWW uit handen van de Werk&Mantelzorg de Erkenning 'Wij werken mantelzorgvriendelijk'. Het is de bevestiging dat de organisatie aandacht heeft voor het combineren van werk en mantelzorg. Gemiddeld 1 op de 5 werknemers combineert werk met mantelzorgtaken en dat aantal groeit. Start met het bespreekbaar maken van dit belangrijke thema in uw organisatie en werk mee aan het voorkomen van uitval, hoog ziekteverzuim en verminderde productiviteit.

Heeft u als organisatie vragen over de aanpak van SWW? Neemt u dan gerust contact op met onze HR-adviseur.



**Team Wolfsbos-Zuid en Krakeel:**  
Kaate Volkers,  
*mantelzorgconsulent*,  
k.volkers@swwh.nl



**Team De Weide-Erflanden en Centrum:**  
Ilija van Hasselt,  
*mantelzorgconsulent*,  
i.vanhasselt@swwh.nl



**Team Dorpen:**  
Germina Schröer,  
*mantelzorgconsulent*,  
g.schroer@swwh.nl

Mantelzorgondersteuning is op alle werkdagen bereikbaar op het Centraal Bureau van Stichting Welzijnswerk.



Het Haagje 119  
7902 LE Hoogeveen  
T 0528 278 855  
E [sww@swwh.nl](mailto:sww@swwh.nl)

## MANTELZORG ONDERSTEUNING



**1** Zorgt u voor iemand die extra hulp nodig heeft?

**2** Duurt deze zorgvraag langer dan 3 maanden?

**3** Doet u dit vanuit een persoonlijke band die u met die persoon heeft?  
(familie, buur, vriend)

Is uw antwoord 3x **ja**,  
dan bent u **mantelzorger!**

Mantelzorgondersteuning bij de Stichting Welzijnswerk geeft mantelzorgers in de gemeente Hoogeveen gratis onafhankelijke ondersteuning en advies. Het belang van de mantelzorger, jong of oud, staat voorop.



### Mantelzorg versterkt de draagkracht

Het geven van mantelzorg is iets vanzelfsprekends. Er is vaak geen keus. Een kind blijkt gehandicapt, een vader gaat dementeren, een partner krijgt een chronische ziekte, een vriend krijgt een hersenbloeding of een buurvrouw wordt slecht ter been. Het kan iedereen overkomen. Het is heel normaal om iemand een handje te helpen en het kan u veel voldoening geven. Maar wanneer de zorg intensief en langdurig is, kan het erg zwaar worden. Denk aan stress, oververmoeidheid of lichamelijke klachten. Zorgt u voor een langdurig zieke partner, gehandicapt kind of ander familielid, dan bent u mantelzorger. Mantelzorgondersteuning kan u helpen de draagkracht te vergroten.

### Wat biedt Mantelzorgondersteuning?

- Emotionele ondersteuning: bij de mantelzorgconsulent kunt u uw verhaal kwijt.
- Praktische ondersteuning: hulp bij regelzaken.
- Informatie: o.a. over mantelzorg, ziektebeelden, vrijwilligerszorg etc.
- Voorlichting: aandacht vragen voor het herkennen en erkennen van mantelzorgers via lezingen etc.
- Respijtzorg: u kunt de zorg tijdelijk overdragen aan een vrijwilliger of professionele hulpverlener.
- Lotgenotencontact: gespreksgroepen voor bepaalde doelgroepen, bijvoorbeeld voor mantelzorgers van patiënten met niet-aangeboren hersenletsel/partners van mensen met dementie.
- Ondersteuning, activiteiten en gelegenheid tot ontmoeting voor Jonge Mantelzorgers

Bent u geen mantelzorger, maar heeft u wel andere vragen waarbij Stichting Welzijnswerk u wellicht kan ondersteunen, neemt u dan contact met ons op.



### Mantelzorg-Vitaal

De gemeente Hoogeveen waardeert uw inzet enorm en wil u daarom bekend maken met Mantelzorg-Vitaal.

Mantelzorg-Vitaal biedt een ruim aanbod aan activiteiten aan voor u als mantelzorger. De activiteiten zijn gericht op vitaliteit, ontspanning en educatie. Wij werken samen met diverse partners die verschillende doelgroepen vertegenwoordigen om een zo passend mogelijk aanbod te bieden. De keuze is aan u.

Binnen Mantelzorg-Vitaal werken de gemeente Hoogeveen, het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen, het Diaconaal Platform en de Stichting Welzijnswerk samen. Het aanbod van Mantelzorg-Vitaal is te vinden op de website [www.mantelzorg-vitaal.nl](http://www.mantelzorg-vitaal.nl). Via deze website kunt u zich ook inschrijven als u geïnteresseerd bent om deel te nemen aan een van de activiteiten. Maak er gebruik van, u verdient het.

Voor meer informatie over Mantelzorg-Vitaal neemt u contact op met Mantelzorgondersteuning bij de Stichting Welzijnswerk of mail naar [info@mantelzorg-vitaal.nl](mailto:info@mantelzorg-vitaal.nl)