**MANTELZORGNIEUWS DECEMBER 2020**

**Uitgave: Stichting Welzijn Pro Seniore**



Beste lezer,

De corona pandemie heeft ons nog steeds in de houtgreep. Voor veel mantelzorgers kan dit een zware periode geweest zijn omdat dagverzorgingscentra gesloten waren en /of er minder zorg gegeven werd. Voor andere mantelzorgers was het juist een rustige periode omdat (bijna) alles stillag.

Afgelopen jaar zijn 4 van de 6 mantelzorgbijeenkomsten gelukkig door kunnen gaan. Wel met aangepaste maatregelen, het volgen van de RIVM-richtlijnen en vooraf aanmelden was nodig. De bijeenkomsten werden door een vaste groep deelnemers bezocht.

Ook heb ik enkele huisbezoeken afgelegd bij mensen die niet naar de bijeenkomsten konden of wilden komen vanwege het mogelijk besmettingsgevaar.

We hebben dit jaar op verschillende dagen en tijdstippen de bijeenkomsten gepland maar besloten dat in 2021 weer op een vast tijdstip te doen. Voorde trouwe deelnemers is dit prettiger gebleken.

Dit jaar is de laatste bijeenkomst dinsdag 15 december van 14.00-15.30 uur. Aanmelden blijft nodig, dit kan tot 14 december.

Voor 2021 plannen we de bijeenkomsten elke keer op de derde dinsdag van de even maanden van 14.00-15.30 uur. De locatie blijft De Vlaeshoff, Wethouder van der Polstraat 21 in Veen. De data zijn:

16 februari, 20 april, 15 juni, 17 augustus, 19 oktober, 21 december.

Wij blijven de RIVM-richtlijnen volgen, dus het kan zijn dat een bijeenkomst niet door kan gaan vanwege strengere maatregelen. Aanmelden blijft nodig i.v.m. de ruimte waarin we 1,5 meter afstand moeten houden. Het maximumaantal deelnemers is 12.

**Koffiepraat**

In oktober hebben wij op de markten in Wijk en Aalburg en Woudrichem gestaan. Mogelijk heeft u de markt bezocht of er iets over gehoord of gelezen. In kader van Een tegen Eenzaamheid hebben wij samen met de gemeente Altena en Trema dit opgezet: Ouderenadvies komt naar u toe ! Er werden tegoedbonnen uitgedeeld met de uitnodiging “kom eens op de koffie“ bij één van de locaties. We hadden het allemaal mooi uitgedacht, maar hoe wisselend gaat het allemaal in deze tijd. In 2021 willen we weer starten met Koffiepraat en de overige 19 kernen bezoeken. Natuurlijk afhankelijk van de mogelijkheden die op dat moment i.v.m. corona gelden.

**Hoe herkent u dementie?**

De gemeente Altena heeft in samenwerking met diverse andere organisaties een 10 signalenkaart dementie ontwikkeld. Deze is dit jaar huis aan huis verspreid maar mogelijk niet bij iedereen in de brievenbus beland. In de bijlage vindt u de signalenkaart.

**Informatiepunt Digitale Overheid (IDO)**In de gemeente Altena is een informatiepunt Digitale Overheid (IDO) Dit informatiepunt is een samenwerking tussen de overheid en de Koninklijke Bibliotheek.

Vanaf 1 december 2020 is het informatiepunt op De Werf in Woudrichem geopend. Andere locaties van de bibliotheek volgen later.

De openingstijden zijn:

maandag van 18.00-20.00uur

woensdag van 10.00-12.00 uur

vrijdag van 10.00-12.00uur.

Natuurlijk wordt er gewerkt volgens de geldende coronamaatregelen, actuele informatie is te vinden op [bibliotheekaltena.nl](http://www.bibliotheekaltena.nl/).

Als u thuis digitale hulp nodig heeft, kunt u Heleen van der Hulst bellen 06-30279852. Als het om het invullen van formulieren gaat zal zij u doorverwijzen naar de formulierenbrigade. Als het gaat om andere digitale zaken brengt Heleen u in contact met onze Klusjesdienst. Bij de Klusjesdienst kunnen namelijk ook digitale klusjes verricht worden.

**Collectieve zorgverzekering gemeente Altena**

Gemeente Altena geeft u, als u aan de voorwaarden daarvoor voldoet, de mogelijkheid aan te sluiten bij een collectieve zorgverzekering.

Daarvoor heeft de zorgverzekeraar (VGZ) in de gemeente Altena digitale spreekuren mogelijk gemaakt. U wordt dan geholpen door een coach.

De coaches zijn beschikbaar voor digitale spreekuren via een online agenda op de pagina: <https://spreekuur.gezondverzekerd.nl/vgz> .  
Via deze site plant u een spreekuurafspraak in en kunt u zien in de digitale agenda of de coaches beschikbaar zijn.

Onze formulierenbrigade kan u hiermee ook helpen. U kunt hiervoor een persoonlijke afspraak maken, telefoon 06-12081027.

**Duofiets**In Wijk en Aalburg wil meneer Van Bladel graag op de duofiets met ouderen fietsen. Hij vraagt hiervoor een kleine vergoeding. Kent u iemand die dit zou willen? Dan kunt u rechtstreeks contact opnemen met Frank van Bladel. Telnr.: 06-224444184, E-mail: [denblaai@gmail.com](mailto:denblaai@gmail.com)

Als u behoefte heeft aan een gesprek, vragen heeft, vragen heeft n.a.v. deze Mantelzorgnieuws, of met andere dingen rondloopt, schroom niet en bel naar Heleen van der Hulst. Niet dat er overal een oplossing voor is maar soms kan je hart luchten al letterlijk lucht geven. Tel: 06-30279852. Mailen kan ook: [heleenvanderhulst@st-welzijnproseniore.nl](mailto:heleenvanderhulst@st-welzijnproseniore.nl)

Deelnemers hebben aangegeven dat zij het prettig vinden dat er regelmatig een gast uitgenodigd wordt of een kleine activiteit wordt georganiseerd. Laat ons weten welke gast u graag zou ontvangen tijdens deze bijeenkomsten of welke activiteit u leuk zou vinden.

Wij proberen zo veel mogelijk mantelzorgers te bereiken en belangrijke dingen te vermelden. Mist u informatie of heeft u zelf iets te melden wat ook voor andere mantelzorgers nuttig kan zijn, laat het ons weten. Weet u iemand die ook deze uitgave wil ontvangen, meld het ons. U kunt mailen naar [heleenvanderhulst@st-welzijnproseniore.nl](mailto:heleenvanderhulst@st-welzijnproseniore.nl)

Op onze website vindt u actuele informatie voor mantelzorgers:

www.st-welzijnproseniore.nl

Gegevens

Als er iets is veranderd in uw NAW-gegevens, telefoonnummer, emailadres of u bent geen mantelzorger meer? Wilt u dit dan aan mij doorgeven zodat ik uw gegevens kan aanpassen of verwijderen.

Alvast bedankt.

Mocht ik u niet meer zien of spreken: ik wens u allen goede Kerstdagen en een gezond 2021 toe.

Hopelijk kunnen we in de loop van 2021 elkaar weer ontmoeten zonder allerlei beperkende maatregelen.

Met vriendelijke groet,

Heleen van der Hulst