



nieuwsbrief

MANTELZORG

Steunpunt Scherpenzeel biedt ondersteuning aan mantelzorgers en vrijwilligerswerk. Mantelzorgers kunnen terecht bij Steunpunt Scherpenzeel voor informatie en advies, een luisterend oor, praktische ondersteuning en belangenbehartiging

Jaargang 3 nr 2
Zomer 2018



't Koffiehuis in een nieuw jasje

Het afgelopen seizoen was er vrijwel elke maand een bijeenkomst van 't Koffiehuis. Er zijn diverse lokale professionals uitgenodigd om u te informeren over hun diensten en ondersteuning. Een aantal mantelzorgers gaf aan meer behoefte te hebben aan ontspannende activiteiten te doen met elkaar. Daarom gieten wij 't Koffiehuis in een nieuw jasje: een bijeenkomst waar ontspanning, creativiteit en contact voorop staan.

De eerstvolgende bijeenkomst van 't Koffiehuis is op donderdagochtend

6 september. Idee is om een verhalenbingo te doen. U bent van harte welkom in De Inloop, Dorpsstraat 234. Vanaf februari dit jaar houden wij onze bijeenkomsten van 't Koffiehuis daar en dat bevalt goed. Het is een gezellige en toegankelijk plek.



Klein geluk voor de mantelzorgers

Op de Dag van de Mantelzorg hebben de aanwezige mantelzorgers het boek 'Klein geluk voor de mantelzorgers' ontvangen. Het is een soort receptenboek die vol staat met praktische suggesties, interviews en verwijzingen naar inspirerende boeken en websites. Er zijn er nog een paar over. Heeft u als mantelzorgers interesse in dit boek, dan horen wij het graag. OP=OP.



Wijkrestaurant

In Scherpenzeel kunt u op verschillende plaatsen samen eten. Diverse kerken bieden maandelijks tegen een kleine bijdrage een maaltijd aan waaraan u kunt deelnemen. Bij de Ena Zorggroep en Stichting Welzijn Ouderen kunt u elke donderdag om 12.00 uur terecht in het zogeheten wijkrestaurant. Voor €8 staat het menu van de chef op de kaart. Voor het wijkrestaurant kunt u zich aanmelden via het servicepunt van de SWO (tel: 033-2778898). Tijdens de vakantieperiode is het open op dinsdag van 13.00 uur tot 15.00 uur, vanaf september op dinsdag, woensdag en donderdagmiddag.

Op de website van Steunpunt Scherpenzeel kunt u meer lezen over de bovengenoemde maaltijdvoorzieningen (zie bij Informele Ondersteuning -> Sociaal & Ontmoeting).

Geslaagd uitje met gespreksgroep



Op dinsdag 19 juni hadden wij met de gespreksgroep Mantelzorg een uitje. Op de fiets vertrokken wij naar de Cultuurschuur 'De Horst' van Platteland Anders. We konden lekker buiten zitten in een mooie plattelandse omgeving. Na de koffie en thee met heerlijk gebak gingen wij de schuur in voor een creatieve workshop onder leiding van Mela Wagenveld. Er werden mooi versierde



doosjes gemaakt met teksten erop en chocolaatjes erin. Op de foto ziet u het resultaat. Na afloop namen wij nog een hapje en een drankje en fietsten wij weer naar huis. We kijken terug op een

geslaagde middag, maar ook op de goede en waardevolle gespreksmiddagen van het afgelopen jaar. Mocht u ook willen deelnemen aan de gespreksgroep? Laat het ons weten.

Sportschool Active fit and more gaat na de zomervakantie starten met bewegingslessen speciaal voor kinderen/jongeren met ASS en kinderen/jongeren met een verstandelijke beperking. Dit komt mede tot stand op verzoek van een aantal ouders met bijzondere kinderen.

De bewegingslessen, genaamd Kidz in Beweging, zijn buiten de reguliere openingstijden van de sportschool. Elke zaterdag is er tussen 11.00 uur en 12.00 uur

Kidz in Beweging

Kidz in beweging voor kinderen met een verstandelijke beperking. Tussen 12.30 uur en 13.30 uur is er Kidz in beweging voor kinderen met ASS.

Om kennis te maken met Kidz in Beweging houdt de sportschool op zaterdag 8 september van 13.00 tot 15.00 een openmiddag voor de kinderen en hun ouders. Voor vragen kunt u contact opnemen met de sportschool (tel: 033-2853930) of kijk op www.activefitandmore.nl.





Agenda

- 19 juli (13.00-14.00 uur)
 - 25 juli (9.30-11.00 uur)
 - 8 augustus (9.30-11.00 uur)
 - 16 augustus (13.00-14.00 uur)
 - 21 augustus (13.30-15.00 uur)
 - 22 augustus (9.30-11.00 uur)
 - 23 augustus (13.00-14.00 uur)
 - 30 augustus (13.00-14.00 uur)
 - 4 september (9.30-11.30 uur)
 - 5 september (9.30-11.00 uur)
 - 6 september (10.00-11.30 uur)
 - 6 september (13.00-14.00 uur)
 - 13 september (13.00-14.00 uur)
 - 18 september (13.30-15.00 uur)
 - 19 september (9.30-11.00 uur)
 - 20 september (13.00-14.00 uur)
 - 27 september (13.00-14.00 uur)
 - 3 oktober (9.30-11.00 uur)
 - 4 oktober (13.00-14.00 uur)
 - 10 oktober (19.30-21.30 uur)
- Spreekuur Mantelzorg/Vrijwilligerswerk
 - Wandelgroep
 - Wandelgroep (ovb)
 - Spreekuur Mantelzorg/Vrijwilligerswerk
 - Gespreksgroep Mantelzorg (*in Het Foort*)
 - Wandelgroep
 - Spreekuur Mantelzorg/Vrijwilligerswerk
 - Spreekuur Mantelzorg/Vrijwilligerswerk
 - Netwerkgroep Ouders met Bijzondere Kinderen
 - Wandelgroep
 - 't Koffiehuis voor Mantelzorgers
 - Spreekuur Mantelzorg/Vrijwilligerswerk
 - Spreekuur Mantelzorg/Vrijwilligerswerk
 - Gespreksgroep Mantelzorg (*in Het Foort*)
 - Wandelgroep
 - Spreekuur Mantelzorg/Vrijwilligerswerk
 - Spreekuur Mantelzorg/Vrijwilligerswerk
 - Wandelgroep
 - Spreekuur Mantelzorg/Vrijwilligerswerk
 - Netwerkgroep Ouders met Bijzondere Kinderen

Alle bijeenkomsten/activiteiten zijn in De Inloop, Dorpsstraat 234, tenzij anders vermeld.

Bij de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning) gaat het erom zo lang mogelijk zelfstandig te kunnen blijven wonen en functioneren in de eigen omgeving. Hierbij staat de zelfredzaamheid centraal. Als u en/of diegene waarvoor u zorgt een beperking, handicap of chronisch psychisch een probleem heeft, kunt u met hulpvragen of problemen bij de gemeente terecht. Gwen van der Linden en Malissa Bouwman, klantmanagers Wmo van de Gemeente Scherpenzeel, helpen u graag een oplossing te vinden zodat u (samen) zo lang mogelijk zelfstandig kunt blijven.

Er wordt als eerste gekeken wat uw eigen mogelijkheden zijn. Wat kunt u zelf doen en heeft u mensen in de omgeving die iets voor u kunnen betekenen? Is het misschien mogelijk dat u zelf iets kunt doen voor iemand in uw omgeving? Als er binnen uw eigen omgeving geen oplossing is voor het probleem dan wordt er breder gekeken, bijvoorbeeld naar instanties, collectieve voorzieningen of een voorziening op maat.

Zowel de klantmanagers Wmo als ook de klantmanagers Jeugd en Participatie kunt u bereiken op 033-2772324 of iedere werkdag van 9.00 uur tot 12.30 uur in het gemeenteloket in Het Foort.

Maatschappelijke ondersteuning



HH-regeling

Merkt u als mantelzorger dat het huishoudelijke werk u (tijdelijk) te veel wordt door de mantelzorgtaken? Dan is mogelijk de Huishoudelijk Hulp voor Mantelzorgers-regeling van de gemeente Scherpenzeel iets voor u. Met een eigen bijdrage van €7,50 per uur kunt u maximaal 40 uur op jaarbasis huishoudelijke hulp inkoop. De aanvraag gaat via Steunpunt Scherpenzeel. Voor meer informatie kunt u op onze website kijken of contact met ons opnemen.



Leestip

Zorgen voor anderen

Auteur: diverse auteurs
Uitgever: Uitgeverij Boekhandel Gebr. Koster, Barneveld



Zorgen voor een ander is misschien wel het mooiste wat er is. Voor mantelzorgers is zorgen een roeping geworden, een plicht. Hoe houd je dat op een goede manier vol? Zorgen voor een ander bij wie je persoonlijk betrokken bent, is een mooie taak. Je kunt naar de ander luisteren, er voor hem zijn en praktische zorg verlenen in moeilijke tijden. Maar ook al zijn mantelzorgers nog zo vol goede moed begonnen, soms kan de zorg te intensief zijn en wordt het een zware last.

In dit boek houden de auteurs de verschillende kanten van de mantelzorg tegen het licht. Ze laten zien hoe

je met passie mantelzorg biedt door de ander in zijn waarde te laten en je eigen gevoelens serieus te nemen.

Een praktisch boek dat inzicht geeft in kansen en valkuilen voor mantelzorgers, en veel adviezen aanreikt.

Het boek is verkrijgbaar via de Bibliotheek Scherpenzeel. Wilt u een boek lenen en kunt u zelf niet meer naar de bibliotheek komen, dan komt de bibliotheek naar u. Voor meer informatie over de Boek aan Huis-dienst kunt u contact opnemen met Bibliotheek Scherpenzeel, tel: 033-2773107 of mailen naar info@bibliotheekscherpenzeel.nl.

Deze nieuwsbrief is een uitgave van Steunpunt Scherpenzeel en verschijnt vier maal per jaar.

Verspreiding:

Digitaal (op aanvraag gedrukte versie)

Kopij inleveren:

Voor 15 september 2018 bij voorkeur per e-mail: m.bergstra@steunpuntscherpenzeel.nl

Eindredactie:

Mariska Bergstra-Geurts

Concept en lay-out:

Van den Hudding vormgeving

Colofon



steunpunt scherpenzeel

**MANTELZORG
VRIJWILLIGERSWERK**

Vijverlaan 4B, 3925 EM Scherpenzeel

TELEFOON

E-MAIL

WEBSITE

OPENINGSTIJDEN

06-36458191

m.bergstra@steunpuntscherpenzeel.nl

www.steunpuntscherpenzeel.nl

dinsdag 9.00-17.00 uur (Het Foort)

woensdag 9.00-17.00 uur (De Inloop)

donderdag 9.00-14.00 uur (De Inloop)

vrijdag 9.00-12.00 uur (Het Foort)