

WAT IS MANTELZORG?

Mantelzorg is de zorg die je voor iemand uit je omgeving opneemt: een partner, ouder, kind, buur of goeie vriend(in). Je doet dit omdat je een vertrouwensband hebt, niet vanuit je beroep of als vrijwilliger. Je kan als mantelzorger logistieke hulp, verzorging of administratieve of emotionele ondersteuning bieden. Mantelzorg bestaat dus in 101 vormen.

Meestal is er één centrale mantelzorger bij een persoon met een hulpvraag. Toch zijn er vaak meerdere mensen betrokken, zeker in complexe zorgsituaties. Het maakt van mantelzorg een verrijkend en tegelijk zwaar engagement. Daarom is zorg voor mantelzorgers onmisbaar.



DE MANTELFLUISTERAAR

is een initiatief van deze partners:

Stad Brugge

-

Mintus

-

Openbare Bibliotheek Brugge

-

De 6 erkende Vlaamse mantelzorgverenigingen:

Steunpunt Mantelzorg,

Liever Thuis LM, Coponcho, Samana, OKRA-Zorgrecht en Ons Zorgnetwerk

-

Similes

-

Familiehulp

-

i-mens

-

Eerstelijnszone Brugge

mintus
zorg met een plus



De MANTELFLUISTERAAR

— MANTELZORGCAFÉ —
Brugge

ONTMOETINGSPLEK VOOR
MANTELZORGERS IN BRUGGE



AGENDA NAJAAR 2021

WEGWIJS IN MANTELZORG – FINANCIËLE ONDERSTEUNING

woensdag 13 oktober 2021: 14u00 – 16u00

Spreker: Pieter Vanreybrouck, Steunpunt Mantelzorg

Als mantelzorger besteed je veel tijd en energie aan de zorg voor een ander. Dat is niet altijd eenvoudig. Daarom is ondersteuning belangrijk. Er zijn een aantal financiële middelen waar mantelzorgers en zorgvragers een beroep op kunnen doen.

Steunpunt Mantelzorg geeft tijdens deze infosessie meer informatie over financiële ondersteuning voor mantelzorgers en zorgvragers. Je zal informatie krijgen over de stedelijke mantelzorgpremie en de verschillende zorgbudgetten. We overlopen of je in aanmerking komt en hoe en bij wie je premies kan aanvragen. Verder wordt er ook meer informatie meegedeeld rond de erkenning en ondersteuning die mantelzorgers verdienen.

LOCATIE: Buurtcentrum De Garve (LDC), Pannebekestraat 33, 8000 Sint-Jozef

INTERESSE? Inschrijven hiervoor kan bij Lies Vernieuwe, buurtcentra Mintus. T. 050 32 78 85 of lies.vernieuwe@mintus.be.

VORMINGSREEKS 'HET RELATIONEEL ESPERANTO – SAMEN WEL IN JE VEL. RESPECTVOL COMMUNICEREN DRAAGT BIJ TOT HERSTEL'

maandag 4, 18 en 25 oktober 2021: 19u30 – 22u00

Spreker: Lieve Willems

Samenleven en samenwerken is er de laatste jaren niet eenvoudiger op geworden. Zeker niet in een gezin met iemand die psychisch kwetsbaar is. Hoe kan je als mantelzorger erover waken dat je eigen noden niet ondergesneeuwd raken en dat je toch een betrouwbare mantelzorger bent die rekening houdt met zijn/haar omgeving? En hoe kan je in je kracht blijven in gesprek met de hulpverlener en je psychisch kwetsbaar familielid?

LOCATIE: Avansa, Sint-Pieterskerklaan 5, 8000 Brugge

INTERESSE? Meer info en inschrijven bij josette.monsieurs@similes.be. www.similes.be

KLEIN GELUK VOOR DE MANTELZORGER

Woensdag 3 november 2021: 14u00 tot 16u00

Spreker: Jozef Verplaetse, Samana

Mantelzorg vraagt heel wat van je. Het is daarom belangrijk goed voor jezelf te zorgen. Daarom is er nu het boek 'Klein geluk voor de mantelzorger in Vlaanderen'. Net zoals een kookboek, bevat dit tientallen recepten die mantelzorgers helpen om de zorg beter aan te kunnen. De auteurs vertrokken steeds van de vraag: waaraan heeft een mantelzorger behoefte? Aan rust, ontspanning, steun, energie, inzicht, vrolijkheid, contact? Tijdens de workshops leer je de 'recepten' en tips uit dit boek te gebruiken om je even te laten verademen. Simpele, kleine oefeningen sluiten aan bij jouw noden als mantelzorger. Je leert je eigen behoeften aan rust, ontspanning, energie, contact of vrolijkheid kennen... Zo kom je zelf weer aan het roer te staan van je eigen leven.

LOCATIE: LDC Ten Boomgaarde, Ter Beke 29, 8200 Sint Michiels.

INTERESSE? Inschrijven hiervoor kan bij Lies Vernieuwe, buurtcentra Mintus. T. 050 32 78 85 of lies.vernieuwe@mintus.be.

MAAK KENNIS MET DE MANTELFLUISTERAAR

Met De Mantelfluisteraar, een 'mantelzorgcafé', geven we mantelzorgers in Brugge een platform. De Mantelfluisteraar is een plek waar je elkaar kan ontmoeten, activiteiten bijwonen en informatie uitwisselen. Het is een klankbord voor ervaringen en emoties. De Mantelfluisteraar luistert naar je bezorgdheden en noden, zodat we die kunnen signaleren aan het beleid.

ALS THUIS WONEN NIET MEER KAN

donderdag 25 november 2021: 14u00 – 16u00

Spreker: Marijn Loozen, OKRA-Zorgrecht

Verhuizen naar een woonzorgcentrum is vaak een ingrijpende gebeurtenis. De vertrouwde leefomgeving achterlaten voor een nieuwe onbekende plek zorgt vaak voor onzekerheden. Zowel voor de toekomstige bewoner als voor de mantelzorger. Een goede voorbereiding is dan ook cruciaal voor een vlotte overgang. Maar vaak wordt de beslissing uitgesteld tot op het moment dat het niet anders kan. Bijvoorbeeld na een val of een plotse achteruitgang. Tijdens deze infosessie wil OKRA-Zorgrecht mantelzorgers en familieleden hierin helpen op weg te zetten. We staan stil bij de zaken die van belang kunnen zijn bij deze belangrijke stap.

LOCATIE: Bibliotheek De Zorge, Moerkerkse Steenweg 190, 8310 Sint-Kruis

INTERESSE? Inschrijven hiervoor kan bij Lies Vernieuwe, buurtcentra Mintus. T. 050 32 78 85 of lies.vernieuwe@mintus.be.

THEATERLEZING 'EMILY SUCH FUN'

zaterdag 11 december 2021 om 14u00

Over euthanasie bij ondraaglijk psychisch lijden

LOCATIE: Huis van de Mens, Hauwerstraat 3A, 8000 Brugge

INTERESSE? Meer info en inschrijven bij josette.monsieurs@similes.be. www.similes.be



WIL JE MEER INFO OVER DE ONDERSTEUNING
VAN MANTELZORGERS IN BRUGGE?
SURF NAAR WWW.BRUGGE.BE/MANTELZORG OF BEL
NAAR DE BRUGSE MANTELZORGLIJN: 050 326 800