

infosessies en praatmomenten

10 mantelzorgcafés in je buurt

AANBOD 2023 - 2024



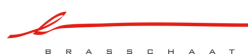
Wat is mantelzorg?

Als je zorgt voor iemand uit je omgeving die hulp nodig heeft omwille van ouderdom, (chronische) ziekte, psychische kwetsbaarheid, een handicap of verslavingsproblematiek, dan ben je mantelzorger.

Mantelzorg gebeurt niet vanuit een organisatie. Mantelzorg overkomt je meestal. Je rolt erin. Je weet ook meestal niet als mantelzorger wanneer de zorg zal eindigen. Het is weinig voorspelbaar. Het is dus niet hetzelfde als vrijwilligerswerk, waar je bewust kiest voor een organisatie en taken en je stopt wanneer je dat wil. Mantelzorg kan zingeving en voldoening geven, maar kan ook zwaar zijn. Zorg voor mantelzorgers is daarom onmisbaar.

Infosessies en praatmomenten

De vijf gemeentes uit de eerstelijnszone Noorderkempen en de zes erkende mantelzorgverenigingen slaan de handen in elkaar om mantelzorgers beter te ondersteunen. Elke maand, van september 2023 tot juni 2024, kan je een infosessie of praatmoment volgen over interessante thema's zoals financiële ondersteuning, bewindvoering en zorgvolmachten, hoe zorg je voor jezelf als mantelzorger, eenzaamheid en nog heel wat meer. Je krijgt er praktische informatie om de zorg beter te regelen en je kan je ervaringen delen met andere mantelzorgers.



maandag 25 september 2023

van 14.00 tot 16.00 uur

spreker: Samana

praatmoment

Samen en toch alleen

Wanneer je je nu en dan alleen voelt, is dit best oké. Meer nog, eens alleen zijn kan deugd doen! Maar wanneer deze gevoelens van het alleen-zijn aanhouden, kan dit wel zwaar doorwegen.

Vanuit een grote betrokkenheid denk, doe en voel je als mantelzorgster vooral in functie van de naaste voor wie je zorgt. Hierdoor heb je nog weinig tijd en ruimte voor jezelf. Daarnaast ben je dikwijls gebonden aan huis en ook je vrienden en kennissen komen veelal minder langs.

Wil je uit dit sociaal isolement komen, maar weet je niet goed hoe eraan te beginnen? Tijdens dit ontmoetingsmoment is er ruimte om ervaringen te delen en je zal merken dat je niet alleen bent met deze gevoelens. Je krijgt wat achtergrond over de gevolgen van eenzaamheid en hoe je deze kan (h)erkennen.



(c) Freepik

Vesalius, Prins Kavellei 77, Brasschaat

Inschrijven via Idc.vesalius@brasschaat.be of 03 650 25 72.

dinsdag 17 oktober 2023

van 19.30 tot 21.30 uur

spreker: Samana

infosessie

Premies en tegemoetkomingen

Door ziekte, beperking of ouderdom worden mensen geconfronteerd met extra hoge kosten van medische uitgaven, maar ook van extra uitgaven om de zorg op een goede manier te organiseren.

In het doolhof van wettelijke financiële tussenkomsten spelen verschillende factoren mee. Elke situatie is uniek. Wanneer heeft iemand recht op een tussenkomst? Hoe kun je die aanvragen? Wie helpt je hierbij? Hebben mantelzorgers recht op een premie? Wie bepaalt dit? Wat moet je hiervoor doen? Tijdens deze bijeenkomst krijg je een algemeen overzicht van de verschillende mogelijkheden en is er ruimte voor je concrete vragen.

(c) pixabay



LDC Antverpia, Sint Antoniuslei 95/97, Brasschaat
Inschrijven via ldc.antverpia@brasschaat.be of 03 660 58 00 of via de balie van het dienstencentrum.

donderdag 9 november 2023

van 14.00 tot 16.00 uur

spreker: OKRA-Zorgrecht

infosessie

Verhuizen naar een woonzorgcentrum

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. Er rijzen op dat moment vele vragen. Hoe plan je best een verhuis? Hoe gaat de persoon voor wie je zorgt reageren? Welk woonzorgcentrum moet ik kiezen? Hoeveel gaat dat kosten?... 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.



(c) pixabay

Tijdens deze infosessie wil OKRA-Zorgrecht mantelzorgers en familieleden hierin helpen en op weg zetten. We staan stil bij de zaken die van belang kunnen zijn bij deze belangrijke stap.

LDC Kruisbos, Kapellensteenweg 81, Kalmthout
Inschrijven via ldc.kruisbos@gza.be, 03 620 11 60 of via de balie van het dienstencentrum.

maandag 4 december 2023
van 14.00 tot 16.00 uur
spreker: Steunpunt Mantelzorg

praatmoment

Omgaan met dementie en vergeetachtigheid

Praatgroep dementie:

in deze praatgroep gaan we in gesprek met elkaar over dementie en vergeetachtigheid. Hoe ga je ermee om? Wat zijn de oorzaken en symptomen? De deelnemers gaan naar huis met inzicht in de veranderingen die optreden en praktische tips voor het dagelijkse functioneren van een persoon met dementie. Er is ruimte om ervaringen uit te wisselen, te luisteren en te leren van elkaar.



LDC Café Coda, Bredabaan 743, Wuustwezel
Inschrijven via dienstencentrum@coda.care of 03 432 78 44.

praatmoment

dinsdag 23 januari 2024

van 19.30 tot 21.30 uur

spreker: Mantelzorgnetwerk

Gedeelde zorg

Gedeelde last is halve last. Het delen van de zorg met andere mantelzorgers en/of hulpverleners verhoogt ook de veerkracht van mantelzorgers. Tijdens dit praatmoment wordt stilgestaan bij de verschillende zorgstrategieën van mantelzorgers, de voordelen en aandachtspunten van gedeelde zorg.



LDC De Groten Uitleg, Kerkeneind 20, Kalmthout

Inschrijven via dienstencentrum@kalmthout.be of 03 376 44 30.

maandag 19 februari 2024

van 14.00 tot 16.00 uur

spreker: Coponcho

infosessie

Wegwijs in zorgplanning (wilsverklaringen)

Tijdens deze infosessie staan we stil bij een aantal thema's rond het levenseinde: de bestaande wilsverklaringen en het belang van het aanduiden van een vertrouwenspersoon, vertegenwoordiger en bewindvoerder. We behandelen ook onderwerpen als de zorgvolmacht en het belang van tijdige zorgplanning.



LDC 't Bruggeske, Bruggeske 4, Kapellen
Inschrijven via bruggeske@kapellen.be, 03 670 28 03 of via de balie van
het dienstencentrum.

Online zorgdossier

De laatste jaren zijn er heel wat digitale projecten uitgerold rond de medische informatie van burgers. Denken we maar aan de informatie over vaccinaties, het globaal medisch dossier bij de huisarts, het medicatieschema... Sinds kort kan iedereen die beschikt over internettoegang zijn eigen medische gegevens zelf raadplegen via een beveiligde website.

Tijdens deze infosessie bekijken we in het eerste deel welke gegevens er allemaal digitaal beschikbaar zijn en wat de meerwaarde hiervan is voor zorgverleners, patiënten en mantelzorgers. Na de pauze bekijken we welke informatie er beschikbaar is op de beveiligde website 'Mijn gezondheid' en hoe deze gegevens geraadpleegd kunnen worden. Afrondend bekijken we ook nog enkele andere nuttige websites over zorg en gezondheid.



praatmoment

dinsdag 23 april 2024

van 19.30 tot 21.30 uur

spreker: Steunpunt Mantelzorg

Draagkracht en draaglast

Zorgen voor iemand vraagt veel van iemand. Op deze vorming staan we stil bij de draagkracht en draaglast van mantelzorgers. Hoe zorg je ervoor dat de zorg haalbaar blijft en hoe zorg je voor jezelf? We overlopen tal van diensten en mogelijke hulpmiddelen die je daarbij kunnen ondersteunen.



LDC De Essentie - Moerkantsebaan 81, Essen

Inschrijven via de.essentie@zusters-berlaar.be of 03 667 22 60.

infosessie

dinsdag 18 juni 2024
van 19.30 tot 21.30 uur
spreker: Liever Thuis LM

Bewindvoering en zorgvolmacht

Om het even welk moment kan je in een situatie belanden waarbij je niet (meer) in staat bent om je eigen vermogen te beheren of om de juiste beslissingen op persoonlijk vlak te nemen. In het burgerlijk recht is daarom voorzien dat de vrederechter een bewindvoerder kan aanstellen die wilsonbekwame personen beschermt door hen bij te staan of door de noodzakelijke handelingen van het dagelijks leven over te nemen en in hun plaats uit te voeren.

Je kunt echter vermijden dat de vrederechter moet tussenkomen door vooraf reeds een beslissing te nemen over wie je vermogen mag beheren als jij dit niet meer kan. Dat kan je doen via een zorgvolmacht.

Tijdens deze infosessie krijg je informatie over zowel de zorgvolmacht als de principes rond bewindvoering.



LDC Ter Wezel, Achter d'Hoven 65, Wuustwezel
Inschrijven via ldcterwezel@wuustwezel.be, 03 667 61 58 of via de balie van het dienstencentrum.

dinsdag 6 juni 2024

van 19.30 tot 21.30 uur

spreker: Dito vzw

Ouders van kinderen met een zorgbehoefte: financiële insteek

Ons zorglandschap is een complex evoluerend landschap. Wegwijzer is het infoloket van Dito voor personen met een handicap en omgeving dat je hierover graag informeert. Tijdens deze infosessie maken we je wegwijs in ons zorglandschap en we doen dit in begrijpbare taal. Wat zijn de mogelijkheden aan ondersteuning voor zowel minderjarigen als meerderjarigen?

Welke (mogelijke) rechten heb je wanneer je een kind hebt met een (vermoeden van) handicap? We starten bij het stelsel van de minderjarigenzorg: het groeipakket en toeslagen en de tegemoetkomingen vanuit het Agentschap Opgroeien. Wanneer de jongere meerderjarig wordt, zal de ondersteuning vanuit het Agentschap Opgroeien worden overgeheveld naar het Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap (het VAPH). Meerderjarigen vallen dan soms onder het systeem van de Persoonsvolgende Financiering (PVF), dat we uitgebreid belichten. We kijken wat er mogelijk is vanuit de Federale overheidsdienst sociale zekerheid. Tot slot bespreken we welke vormen van hulp en ondersteuning bestaan voor zowel minderjarigen als meerderjarigen zoals rechtstreeks toegankelijke hulp (RTH) en de zorgbudgetten vanuit de Vlaamse sociale bescherming. Na dit overzicht is het mogelijk een persoonlijke afspraak te maken om je eigen situatie te laten bekijken.



LDC 't Bruggeske, Bruggeske 4, Kapellen

Inschrijven via bruggeske@kapellen.be, 03 670 28 03 of via de balie van het dienstencentrum.