



LEV GROEP

Mantelzorgnieuwsbrief december 2021

In deze nieuwsbrief:

[INTERVIEW](#) | [NIEUWS MANTELZORG NL](#) | [WIST JE DAT](#) | [B R USSEN- EN KOPGROEPEN](#) | [AGENDA](#)

Beste mantelzorger,

Je ontvangt deze nieuwsbrief omdat je bij Steunpunt Mantelzorg staat ingeschreven als mantelzorger bij de gemeente [Best](#) , [Helmond](#) , [Deurne](#) , [Laarbeek](#) , [Nuenen](#) of [Son en Breugel](#) .

Op onze website kun je deze, maar ook eerdere edities van de Mantelzorg Nieuwsbrief je deze. Klik [hier](#) om deze nieuwsbrieven te bekijken.

Door de nieuwsbrief heen staan links die je meer informatie geven wanneer je erop klikt. Deze links herken je aan de groene buttons en de blauwe pleite woorden.

We wensen je veel plezier met het lezen van de nieuwsbrief!

Wij wensen je een heel goed 2022.



Leeftijd : 18 jaar

Hoe kwam je er achter dat je een mantelzorger bent?

Toen ik in de tweede klas VWO een gesprek had met de GGD. Ik had vooraf een vragenlijst ingevuld waarin o.a. gevraagd werd naar mijn gezinssituatie. Zelf was ik niet bekend met de term 'mantelzorger', maar de vrouw van de GGD had direct door dat ik er eentje was. Door haar kwam ik erachter dat jongeren zoals ik 'jonge mantelzorgers' genoemd worden.

Sinds wanneer ben je mantelzorger en waarom?

In 2014, ik was toen 11 jaar, werd ik mantelzorger, nadat mijn vader hersenschade opliep door een herseninfarct in 2014.

Wat heeft jou als jonge mantelzorger geholpen?

Het is fijn als mensen begrip tonen voor de situatie. Vanuit school is er vaak rekening gehouden met mijn thuissituatie en dat heeft me goed geholpen. De combinatie van tweetalig gymnasium en mantelzorgen is best een pittige opgave voor iemand van mijn leeftijd.

Lees verder

Je bent jong én zorgt voor een zieke naaste. Deel je zorg!

Zorgen voor een familielid, in combinatie met school, vrienden en hobby's is pittig, helemaal in deze tijd. Je staat er niet alleen voor dus deel je zorg! Op school, met vrienden of familie, een lokale mantelzorgondersteuner of in de online community [Tijdlĳn – Jonge mantelzorgers – Deel je Zorg](#)

Wil je deelnemen aan de community? Dan kun je een gratis account aanmaken.

Wat doen verzekeraars voor mantelzorgers in 2022?

De premies en vergoedingen van zorgverzekeringen in 2022 zijn bekend. Maar biedt een zorgverzekeraar ook vergoeding voor vervangende zorg, een mantelzorgmakelaar of een cursus? MantelzorgNL zette het voor je op een rij in het [Overzicht mantelzorgvergoedingen aanvullende zorgverzekeringen 2022](#)
Belangrijk om te weten over de zorgverzekering in 2022:

- De premie van de basisverzekering is gestegen; gemiddeld wordt de premie 44 euro duurder in 2022.
- Het eigen risico blijft € 385,-
- De zorgtoeslag is afhankelijk van het inkomen. Op Prinsjesdag werd bekend dat de maximale zorgtoeslag stijgt met € 36 voor eenpersoonshuishoudens en met € 40 voor meerpersoonshuishoudens in 2022.

Uitgebreide info over mantelzorg en zorgverzekering vind je op

[Wat doen zorgverzekeraars voor mantelzorgers in 2022? - MantelzorgNL](#)

Mantelzorgers en corona

Als mantelzorger wil je weten waar je rekening mee moet houden in de zorg voor jouw kwetsbare naaste: wat kan wel en wat kan niet? Je leest hier alles over mantelzorg en corona:

[Mantelzorg en het coronavirus - MantelzorgNL](#)

WIST JE DAT

Hoeveel jonge mantelzorgers zijn er en wat betekent het om op jonge leeftijd mantelzorg te verlenen

-1 op de 4 jongeren groeit op als jonge mantelzorger.

- Ongeveer 450.000 kinderen en jongeren wonen met een langdurig zieke

huisgenoot.

- Ongeveer 577.000 kinderen en jongeren groeien op met ouders met psychische of verslavingsproblematiek.

Klik voor meer informatie en cijfers over jonge mantelzorgers hier verder [“Jongen mantelzorgers in beeld”](#):

Benieuwd naar meer cijfers rondom mantelzorg? Lees dan [hier](#) verder.

Wat biedt LEV aan ondersteuning voor jonge mantelzorgers

LEVgroep ondersteunt ook jonge mantelzorgers bij de zorg die zij dragen voor een ander! Ook als jongere kun je namelijk mantelzorger zijn!

Ben je 18 jaar of jonger en zorg je regelmatig (mee) voor een ziek of gehandicapt familielid? Dan ben je van harte welkom bij de activiteiten die we aanbieden voor jonge mantelzorgers.

Waar kun je aan denken bij activiteiten? Om hier een beeld bij te krijgen, vertellen we wat meer over wat ze in Son & Breugel organiseren:

Voor jonge mantelzorgers in de basisschoolleeftijd is er iedere eerste woensdag van de maand van 14.00-16.00 uur een activiteitenmiddag. Er wordt dan met elkaar gedeeld hoe het thuis gaat, er wordt gezorgd voor ontspanning en gezelligheid zoals iets bakken, een filmmiddag, iets creatiefs. Ze maken een uitstapje of organiseren een leuke activiteit in de buurt! De locatie is het jongerencentrum Chill Out.

Ingeschreven kinderen zijn welkom en het is altijd mogelijk voor nieuwe kinderen om een keertje te komen kijken en mee te doen. Er komt vooraf altijd eerst een kennismakingsgesprekje met Marieke Schoenmakers van de LEVgroep. Wil je meedoen? Neem dan contact op via:

marieke.schoenmakers@levgroep.nl

Daarnaast is er voor mantelzorgers van achttien jaar en ouder één keer per maand op woensdag een bijeenkomst van 20.00 tot 22.00 uur en deze wordt gehouden in de Chill Out, Amerikalaan 2 in Son en Breugel.

Wil je je ook aansluiten bij deze bijeenkomsten, neem dan contact op met steunpuntmantelzorg.sonenbreugel@levgroep.nl

Benieuwd wat er bij jou in de buurt wordt georganiseerd voor jonge mantelzorgers? Kijk dan voor meer informatie op <https://www.levgroep.nl/lokaal-aanbod/mantelzorg> en kijk bij het Steunpunt Mantelzorg van jouw gemeente!

Brussen- en KOPP groepen

Trainingen voor broers en zussen; Brussen

Er zijn verschillende cursussen en trainingen die jonge mantelzorgers kunnen helpen bij de zorg die zij dragen! Heeft jouw broer(tje)/zus(je) een beperking? Dan zou een Brussen cursus voor jou kunnen zijn. Misschien vindt je het moeilijk om over je broer/zus met je vrienden, vriendinnen of anderen te praten. Dat doe je niet zomaar. Misschien vraag je je wel eens af waarom je broer/zus zo doet? Dat en nog veel meer wordt er besproken in de Brussencursus. Je ontmoet leeftijdsgenoten die ook in een gezin opgroeien met een broer/zus die anders is. Jullie gaan kennismaken, praten over onze broers/zussen en leuke activiteiten doen met elkaar!

Meer weten? Kijk dan verder op [deze website](#).

KOPP groepen

Daarnaast zijn er ook KOPP groepen, waar je bij aan kunt sluiten. KOPP/KOV staat voor Kinderen van Ouders met Psychische Problematiek (KOPP) en Kinderen van Verslaafde Ouders (KOV). Opgroeien in een gezin waar één of beide ouders psychische of verslavingsproblemen heeft, is niet altijd even gemakkelijk. Als kind of jongeren kun je daar vragen over hebben en je extra verantwoordelijk voelen.

Door deze thema's te bespreken met leeftijdsgenoten die hetzelfde meemaken, kun je een stapje op weg worden geholpen om beter om te gaan met de situatie thuis.

Meer weten over KOPPgroepen? Lees dan verder via [deze link](#).

Ben je benieuwd wat er bij jou in de buurt aangeboden wordt aan Brussen cursussen of KOPgroepen? Neem dan voor meer informatie contact op met het Steunpunt mantelzorg in jouw gemeente, zij denken en kijken graag met je mee! <https://www.levgroep.nl/lokaal-aanbod/mantelzorg>





AGENDA

Best

Elke eerste en derde maandag van de maand, van 10.00 - 12.00 uur. Locatie: Buurthuis Kadans, Sint Jozefstraat 1, Best.

Deurne

Lees meer over het meedenktraject over Mantelzorgondersteuning in Deurne via onderstaande knop

Helmond

Alzheimer Café Helmond

Elke derde donderdag v/d maand

Lotgenotengroepen CVA, Dementie, Parkinson

Datum bekend bij aanmelding

Trainingen voor mantelzorgers

Op dit moment worden de volgende trainingen aangeboden:

Mindfulness voor mantelzorgers start 7 februari 2022

Omgaan met dementie voor mantelzorgers 8 maart 2022

Laarbeek

Mantelzorginloop

Dagelijks van 8.30 uur tot 12.30 uur

Alzheimer Café

Elke tweede dinsdag van de maand om 19.30 uur.

Nuenen

Mantelzorginloop

Dagelijks van 8.30 uur tot 12.30 uur

Mantelzorg ontmoetingsmiddag

Iedere 3e donderdag van de maand

Son en Breugel

Jonge mantelzorgers

1e woensdag van de maand (basisschoolleeftijd)

Maandag of vrijdag (12 tot 18 jaar)

Klik voor een uitgebreider overzicht met data en tijden op onderstaande button.

Uitgebreide agenda



Copyright © LEVgroep

LEVgroep Penningstraat 55 - 5701 MZ Helmond - T 0492 59 89 89

Postbus 296 - 5700 AG Helmond - E info@levgroep.nl

Wilt u zich afmelden voor deze nieuwsbrief? Stuur een e-mail naar info@levgroep.nl onder vermelding van opzegging nieuwsbrief Mantelzorgers.

This email was sent to <<Email Address>>

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

Steunpunt Mantelzorg LEVgroep · Penningstraat 55 · HELMOND, Noord-Brabant 5701 MZ · Netherlands