



Nieuwsbrief nummer 4

Stap voor stap vooruit

Stap voor stap wordt onze wereld weer wat groter. In deze nieuwsbrief haken we daarop in.

Voor wie het overzicht even kwijt is: op www.rijksoverheid.nl/documenten/publicaties/2020/05/19/factsheet-basisregels-19-mei-2020 kunt u zien wanneer er weer een nieuwe stap wordt gezet.



Bezoekregeling verpleeghuizen

Versnelde versoepeling van de bezoeksregeling voor verpleeghuizen

Vanaf 15 juni is onder voorbehoud van de ontwikkelingen meer dan één vaste bezoeker welkom in het verpleeghuis. Het gaat om maatwerk, dus de start van deze versoepeling kan per tehuis verschillen.

mantelzorg.nl/artikel/bezoekregeling-verpleeghuizen-sneller-versoepeld



Kind weer naar school?

Tips voor ouders van een kind met een chronische ziekte of beperking

Hoe beslis je nu of je zorgintensieve kind wel/niet weer naar school kan? In dit artikel informatie en ook tips over hoe het thuis vol te houden:

www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Tips-voor-ouders-van-een-kind-met-een-chronische-ziekte-of-beperking



Jonge mantelzorgers praten met minister

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport is gestart met de campagne 'Deel je zorg', om jonge mantelzorgers te stimuleren om over hun zorgen te praten of gebruik te maken van hulp.

Minister Hugo de Jonge en Eric Corton hebben op 28 mei gesproken met jonge mantelzorgers (Marjet, Vianna, Justin en Renske). Zij vertellen over hoe het is om op jonge leeftijd mantelzorger te zijn. Belangrijke vraag is: hoe deel jij je zorg met anderen?

Het gesprek kun je terugkijken op www.youtube.com/watch?v=KsZL-Maj-lcA&t=318s

Kijk ook eens op onze site voor wat wij doen voor jonge mantelzorgers:

www.meemantelzorg.nl/mantelzorger/jonge-mantelzorger/

Voor onze vrijwilligers

De afgelopen maanden zijn niet makkelijk geweest. We horen dat veel vrijwilligers en cliënten het contact met elkaar missen. Nu bekend is dat de anderhalvemeter-samenleving voorlopig nog wel zal bestaan, hebben we nagedacht over hoe we het contact met onze cliënten invullen.

We willen jullie de vrijheid geven om zelf te bepalen of je weer op huisbezoek wil en kan gaan.

Willen jij en je cliënt graag weer bezoek thuis dan kan dat. Kan het contact telefonisch worden onderhouden, dan is dat ook een prima oplossing.

Behoor je zelf tot een risicogroep, of twijfel je, dan kun je dus ook besluiten om niet te gaan. Voel je niet verplicht om de bezoeken weer te starten.

Wil je graag overleggen met ons? Bel dan gerust!

Als je weer op bezoek gaat, hou je dan wel aan de RIVM-richtlijnen. Voor je eigen veiligheid en voor die van de cliënt. Dus: handen wassen voor en na het bezoek, hoest/nies in je elleboog, houd anderhalve meter afstand, en met zo min mogelijk mensen bij elkaar zijn.

Bij klachten (van jou of van de cliënt/huisgenoten) blijf je thuis.



En inspiratiegids vol tips van (oud)mantelzorgers voor mantelzorgers van mensen met dementie: www.radboudumc.nl/getmedia/88afeb07-971f-4016-b31d-cde230aa6f0b/GOUDmantel_Inspiratiegids_Radboudumc-2018.aspx



Naar muziek luisteren zorgt voor stress vermindering en een algeheel verbeterd welzijn. Op YouTube zijn hele concerten te beluisteren, bijvoorbeeld www.youtube.com/watch?v=5plwCvB0pzs



Gratis cursus en ook nog zinvol bezig zijn? Doe bijvoorbeeld de introductiecursus gebarentaal: www.misterteach.com/courses/gratis-cursus-nederlandse-gebarentaal/



Mediteren kan helpen om te ontspannen. Op de website van coach Ger Schurink een aantal audiobestanden met verschillende oefeningen: gerschurink.nl/audio.php



Onze contactgegevens

- ✓ Anke van Heusden (Brielle) T 06- 27.84.79.94 of E anke.vanheusden@meevivenz.nl
- ✓ Evelien Donker (Nissewaard en Westvoorne) T 06- 54.32.07.76 of E evelien.donker@meeplus.nl
- ✓ Karin Loendersloot (Hoeksche Waard) T 06-50.29.86.28 of E karin.loendersloot@meeplus.nl
- ✓ Karin Verlinde (Nissewaard en Westvoorne) T 06- 15.37.62.41 of E karin.verlinde@meeplus.nl
- ✓ Sonja Staring (Hellevoetsluis en Hoeksche Waard) T 06- 51.99.90.39 of E sonja.staring@meeplus.nl

