



sterker
Mantelzorg
Nijmegen

Informatie voor professionals.

Kom jij in jouw werk mantelzorgers tegen? Dan is deze folder voor jou!

Jij bent er voor een ander,
wij zijn er voor jou

Mantelzorg

Zorgen voor een naaste is voor de meeste mensen vanzelfsprekend. Iedereen krijgt vroeg of laat te maken met mantelzorg: je bent mantelzorger, je wordt mantelzorger of je hebt in de toekomst hulp van een mantelzorger nodig.

Mantelzorgers zorgen voor of maken zich zorgen om iemand die belangrijk is. Bijvoorbeeld een partner, een van de kinderen, een van de ouders of iemand anders in het gezin of in de omgeving. En dat doen zij omdat er sprake is van een langdurig ziekte, een beperking, verslaving of psychische problemen. De zorg kan intensief zijn. Zij kunnen mantelzorger zijn voor een naaste die bij hen thuis woont, zelfstandig woont of in een zorginstelling woont. Zij worden hier niet voor betaald. Ze zorgen soms 24 uur per dag en kunnen hier niet zomaar mee stoppen. En misschien zijn zij mantelzorger voor meerdere mensen of heeft iemand meerdere ziektes.

Mantelzorgers gaan bijvoorbeeld mee naar afspraken of helpen met verzorging. Zij doen de administratie en/of helpen bij het huishouden. Misschien hebben ze geen fysieke zorgtaken maar maken ze zich veel zorgen. Of passen ze

zich vaak aan. Ook dan hebben we het over mantelzorg.

Ondersteuning mantelzorgers

Wij bieden een luisterend oor zodat mantelzorgers even hun hart kunnen luchten. We kijken samen met mantelzorgers hoe zij het zorgen voor een naaste goed vol blijven houden. En hoe zij goed voor zichzelf gaan of blijven zorgen. Als het nodig is kunnen we ook meedenken over zorg en andere vormen van ondersteuning, door ons of een andere organisatie.

Mantelzorgers kunnen bij ons ook terecht voor de cursussen 'Sterker in Mantelzorg', 'Omgaan met Levend Verlies' en 'Na het mantelzorgen'. De cursus 'Psychische problemen in de familie' is er voor GGZ-mantelzorgers. Wij organiseren ook themabijeenkomsten en wandelingen. Daarnaast hebben we activiteiten en een gespreksgroep voor jonge mantelzorgers.

Tijdens deze activiteiten kunnen mantelzorgers andere mantelzorgers ontmoeten die in een vergelijkbare situatie zitten. Zij kunnen tips en ervaringen met elkaar delen.

Ondersteuning professionals

Wij zijn er ook voor professionals. We kunnen meedenken en adviseren in casussen waar er sprake is van mantelzorg en mogelijke overbelasting. In overleg kunnen we (gedeeltelijk) de mantelzorgondersteuning overnemen.

Wij kunnen ook deelnemen aan een overleg of casusbespreking. En we kunnen voorlichting geven over mantelzorg en het ondersteuningsaanbod.

Op de hoogte blijven

Wij sturen een paar keer per jaar e-mailberichten met daarin nieuws over ons aanbod. Denk aan data van cursussen en activiteiten en ontwikkelingen. We delen hier ook lokaal en landelijk nieuws wat voor mantelzorgers interessant kan zijn.

Socials

Op onze Facebookpagina delen we informatie over wat wij organiseren, voor jonge en volwassen mantelzorgers. En op onze Instagrampagina delen we informatie

over wat wij voor jonge mantelzorgers organiseren.

Website

Op onze website vind je meer informatie over ons aanbod voor professionals en mantelzorgers. Je leest hier over jonge mantelzorgers, migranten mantelzorgers en GGZ-mantelzorgers. Je vindt hier ook informatie over de regelingen van de gemeente Nijmegen en handige websites.

Contact

Ons team bestaat uit mantelzorgconsulenten Jehzira Huwaë, Marie Louise van der Ploeg, Hester Siemons en mantelzorgmakelaar Loes Hendrickx.

Algemeen

088 – 0011333

info@mantelzorg-nijmegen.nl

www.mantelzorg-nijmegen.nl

[www.linkedin.com/company/](https://www.linkedin.com/company/mantelzorg-nijmegen)

[mantelzorg-nijmegen](https://www.instagram.com/mantelzorgnijmegen)

[www.instagram.com/](https://www.instagram.com/mantelzorgnijmegen)

[mantelzorgnijmegen](https://www.instagram.com/mantelzorgnijmegen)

www.facebook.com/mantelzorg024

[www.linkedin.com/company/](https://www.linkedin.com/company/mantelzorg-nijmegen)

[mantelzorg-nijmegen](https://www.linkedin.com/company/mantelzorg-nijmegen)

Contact met Mantelzorg Nijmegen

Telefoon: 088 – 00 11 333

E-mail: info@mantelzorg-nijmegen.nl

Website: www.mantelzorg-nijmegen.nl

Instagram: www.instagram.com/mantelzorgnijmegen

Facebook: www.facebook.com/mantelzorg024

LinkedIn: www.linkedin.com/company/mantelzorg-nijmegen

Mantelzorg Nijmegen is een onderdeel van
Sterker sociaal werk



sterker
Mantelzorg
Nijmegen

Sterker sociaal werk
www.sterker.nl
088 – 00 11 333
info@sterker.nl