

## Aandacht voor mantelzorgers, juist in coronatijd

### Beste lezer,

We merken dat onze samenwerkingspartners soms zoekende zijn naar informatie en mogelijkheden om mantelzorgers in coronatijd te ondersteunen. Daarom ontvang je in deze mailing informatie over mantelzorg(ondersteuning) in tijden van corona.

## Mantelzorgers aanmelden kan gewoon!

Blijf vooral mantelzorgers aanmelden bij het Steunpunt Mantelzorg. Juist nu!

Via de telefoon bieden we mantelzorgers bemoediging en steun. Via speciale [mailingen](#) houden we hen op de hoogte van belangrijk nieuws over mantelzorg in coronatijd.

De [Hulpdienst van Humanitas](#) staat klaar voor aanvragen voor boodschappen en vervoer.

## Bereikbaarheid Steunpunt Mantelzorg

Ons team is bereikbaar voor informatie en consultatie. Zie [contactadressen Steunpunt Mantelzorg Humanitas](#).

Contact opnemen kan ook via 050- 312 60 00 (tijdens kantooruren ) of via [steunpuntmantelzorg.groningen@humanitas.nl](mailto:steunpuntmantelzorg.groningen@humanitas.nl)

## Terminale Zorg bereikbaar

Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) in de thuissituatie geeft zieken aanvullende ondersteuning, tijd en aandacht en helpt mantelzorgers te ontlasten.

Hospice Gasthuis Groningen is een kleinschalig bijna-thuis-huis waar iedereen op zijn eigen manier zijn laatste levensfase kan doorbrengen.

De [VPTZ](#) en [hospice Gasthuis Groningen](#) zijn gewoon bereikbaar en actief. Vanzelfsprekend zijn er maatregelen getroffen om deelnemers, gasten, vrijwilligers en beroepskrachten te beschermen.

## Coronatesten en beschermingsmiddelen voor mantelzorgers

Per 18 mei is het voor mantelzorgers die thuis zorg verlenen aan kwetsbare mensen mogelijk zich te laten testen op Covid-19. Dat meldt MantelzorgNL op haar website. [Lees meer](#).

Mantelzorgers kunnen vanaf 18 mei in bepaalde gevallen ook beschermingsmiddelen krijgen: mondkapjes, handschoenen, brillen en schorten. Hoe je aan deze beschermingsmiddelen komt en onder welke voorwaarden, wordt eind van deze week bekend. MantelzorgNL is gevraagd de berichtgeving hierover te verzorgen. Houd daarom de website en social media kanalen van MantelzorgNL in de gaten. Ook vind je op deze website de laatste informatie over corona en de richtlijnen van het RIVM. Ga naar [MantelzorgNL](#)

## Richtlijn mantelzorgondersteuning

Voor mantelzorgers die het in deze coronatijd niet meer redden heeft het Ministerie van VWS met MantelzorgNL een Richtlijn mantelzorgondersteuning opgesteld. Zie ook het artikel [Mantelzorgladder op MantelzorgNL](#). De [Richtlijn mantelzorgondersteuning van de Rijksoverheid](#) kun je hier downloaden.

## Corona: pittige tijd voor jonge mantelzorgers

Jonge mantelzorgers zijn kinderen en jongeren t/m 24 jaar die opgroeien met een familielid dat chronisch ziek of gehandicapt is, een psychische aandoening of verslaving heeft. De activiteiten voor jonge mantelzorgers bij Humanitas kunnen niet doorgaan. 'Maar er zijn wel andere dingen mogelijk', vertelt Jacquélien Hartholt, projectcoördinator Jonge Mantelzorgers (JMZ): 'Het contact gaat nu digitaal, via (video)bellen of WhatsApp. Vrijwilligers krijgen tips hoe ze digitaal contact kunnen houden. Bijvoorbeeld om samen TikTok-dansjes te oefenen of allebei een bananenbrood te bakken en dan via Skype het resultaat te delen. Eén vrijwilliger schrijft nu ouderwets brieven met een jonge mantelzorger.' Ook nu kunnen nieuwe jonge mantelzorgers aangemeld worden. Jacquélien neemt dan telefonisch contact op en kan een vrijwilliger koppelen aan een jonge mantelzorger. JMZ is ook bereikbaar voor een luisterend oor of om mee te denken waar nodig. [Lees meer over JMZ](#), bel/app (06-13 65 37 92) of mail: [jmz.groningen@humanitas.nl](mailto:jmz.groningen@humanitas.nl)

## Wist je dat

... ruim veertig vrijwilligers namens het Steunpunt Mantelzorg mantelzorgers bellen?  
... dit mooie contacten oplevert? Soms eenmalig zodat mensen even hun verhaal kunnen doen.  
Soms koppelen we een mantelzorger aan een belmaatje voor regelmatig belcontact.

### *Ervaring van mantelzorger Ton:*

*'Als je mantelzorger bent, voel je aan den lijve hoe intens de gevolgen van de coronacrisis zijn. Een tijdje geleden werd ik gebeld door iemand van het Steunpunt Mantelzorg. Of ik nog ondersteuning nodig had. Ik heb toen gezegd dat het niet nodig was. Maar ik vond het wel geweldig attent dat ik toen gebeld werd. Dat heeft me de moed gegeven om nu wél om hulp te vragen.'*

## Hoe combineer je werk en mantelzorg in tijden van corona?

Zoveel mogelijk thuis blijven en afstand houden van kwetsbare groepen om de verspreiding van het coronavirus in te dammen. Dat is het advies.

Veel werkende mantelzorgers hebben het zwaar met (thuis)werk & mantelzorg. Werk&Mantelzorg geeft tips hoe werknemer en werkgever samen om kunnen gaan met de situatie. Bekijk de factsheet ['Hoe combineer je werk en mantelzorg in tijden van corona?'](#)

## Websites met handige tips voor mantelzorgers

Tips en handige websites vind je op onze [website](#)

## Heb je vragen?

Heb je vragen? Wil je advies? Neem dan gerust contact met ons op.

Met vriendelijke groet,  
Vrijwilligers en beroepskrachten van het Steunpunt Mantelzorg

Steunpunt Mantelzorg Groningen | Bereikbaar via Humanitas 050-312 60 00 op werkdagen van 9.00-17.00 uur, vrijdag tot 16.00 uur

[steunpuntmantelzorg.groningen@humanitas.nl](mailto:steunpuntmantelzorg.groningen@humanitas.nl) | [www.humanitasgroningen.nl](http://www.humanitasgroningen.nl)

Wil je deze mailing niet meer ontvangen: [steunpuntmantelzorg.groningen@humanitas.nl](mailto:steunpuntmantelzorg.groningen@humanitas.nl)

