



**Brabantse Uitkeringsgerechtigden Samen  
Burgerkracht Uit Samenwerking.**  
Brabantse Koepelorganisatie BUS, Hoefstraat 175, 5014 NK Tilburg  
Contacten: per e-mail: [info@debus.nl](mailto:info@debus.nl) en voor info: web: [www.debus.nl](http://www.debus.nl)

---

### **Dit doet een Steunpunt Mantelzorg**

Mantelzorgers zijn erg belangrijk voor de mensen die zij helpen en voor de samenleving. Tegelijkertijd kunnen mantelzorgers zelf ook wel wat steun gebruiken. Voor een luisterend oor én voor praktische hulp en ondersteuning die men ook goed kan gebruiken. Vanuit de gemeente zijn er Steunpunten Mantelzorg in het leven geroepen en kunnen mantelzorgers daar terecht voor advies, hulp en ondersteuning. Ook kunnen mantelzorgers terecht bij MantelzorgNL, de landelijke vereniging voor mantelzorgers.

Gemeenten zijn verplicht om mantelzorgers te ondersteunen. Dit staat in de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo), Mantelzorgers helpen kwetsbare mensen, bijvoorbeeld bij, het doen van boodschappen, huishoudelijk werk en administratieve taken. Daarnaast beiden ze een luisterend oor en werken ze mee om de kwetsbare mensen zoveel als mogelijk is in de samenleving te blijven meedoen. Als de zorg intensiever is verlenen zij ook verzorgende en verpleegkundige taken. De hulp die ze verlenen kan behoorlijk zwaar zijn. Om te helpen deze zorg vol te houden biedt de gemeente ondersteuning aan. Iedere mantelzorger kan gebruik maken van de hulp van een Steunpunt Mantelzorg. U hoeft er als mantelzorger niet voor te betalen en u hoeft er ook geen indicatie voor aan te vragen. Het hulpaanbod en de manier waarop dit is georganiseerd verschilt per gemeente.

#### **Luisterend oor:**

Worden de problemen waar u als mantelzorger tegenaan loopt u te veel? Heeft u het gevoel dat u er alleen voorstaat? OF maakt u zich zorgen over de persoon voor wie u zorgt? Dan kan het helpen om erover te praten met bv. een mantelzorgconsulent van uw gemeente.

Er zijn gemeenten die ook een bijeenkomst organiseren voor lotgenotencontact onder de mantelzorgers, is zoiets nog niet in uw gemeente stel het heeft zeker een grote meerwaarde voor de mantelzorger. Door bijeenkomsten te organiseren kan het zo maar zijn dat mantelzorgers in contact komen met collega mantelzorgers die voor dezelfde problemen staan of met dezelfde ziekteproblemen van doen hebben en dat graag eens willen uitwisselen met ervaringsdeskundigen onder de mantelzorgers. Ervaringen uitwisselen, ervaringen delen en samen werken aan nieuwe ideeën.

#### **Praktische hulp:**

Heeft u moeite met alle zaken die geregeld moeten worden voor iemand die hulp nodig heeft? Bijvoorbeeld: aanvragen van een Wmo-voorziening, invullen van formulieren van het zorgkantoor, of het leggen van contacten met de wijkteams. Daarvoor kan de mantelzorger terecht bij een mantelzorgmakelaar. Een Steunpunt Mantelzorg heeft vaak een Mantelzorgmakelaar in dienst of in haar verwijstraject zitten. Het Steunpunt Mantelzorg kan u helpen bij het zoeken naar een vrijwilliger die u als mantelzorg kan bijstaan, waar u op terug kunt vallen voor taken die u zelf niet goed aan kan. Het kan ook iemand zijn die wat taken overneemt in de zin van, te gaan wandelen, boodschappen doen of klussen in en om het huis. Als dit goed wordt geregeld heeft u als mantelzorger wat meer uw handen vrij en kunt u op adem komen.

#### **Cursussen en workshops:**

Een Steunpunt Mantelzorg organiseert vaak cursussen en/of workshops van één of meerdere bijeenkomsten. Cursussen waar het vooral gaat om hoe u als mantelzorger het best kunt functioneren.

Deze zijn vaak gratis, als er kosten mee zijn gemoeid dan is BUS van mening dat de gemeente hierover dient op te draaien. De mantelzorger is niet meer weg te denken in ons zorgveld.

**Zo vindt u het Steunpunt Mantelzorg:**

Ga naar het Wmo-loket en vraag waar u het Steunpunt Mantelzorg kunt vinden en wanneer deze bereikbaar is om als mantelzorger een gesprek aan te gaan.

U kunt ook googelen naar Steunpunt mantelzorg gemeente .....

Opgemaakt: Tilburg, 07.03.2023

Bestuur BUS