



Februari

Avondklok en mantelzorg

De avondklok heeft gevolgen voor mantelzorgers. Wanneer u genoodzaakt bent om tijdens de avondklok naar buiten te gaan om mantelzorg te verlenen, dan is dit toegestaan. Wel is het noodzakelijk dat u dan een Eigen verklaring avondklok bij u draagt. Meer hierover leest u op onze website: <https://bit.ly/396sLWq>

Vaccineren van mantelzorgers

Wij krijgen van veel mantelzorgers de vraag of het mogelijk is om eerder een vaccinatie te halen. Helaas hebben wij daar geen invloed op. De vaccinatiestrategie van de overheid is hierin bepalend. Deze is afhankelijk van o.a. goedkeuring, werking, levering en distributie van de vaccins en kan nog wijzigen. Het moment van de start van de vaccinatie van een (nieuwe) groep en het moment waarop een groep gevaccineerd is staat nog niet vast in de tijd. Op basis van ontwikkelingen en adviezen kan ook veranderen welke groep welk vaccin krijgt.

Thema van de maand: 4 februari Wereldkankerdag



Op 4 februari is het Wereldkankerdag. Uit de cijfers blijkt dat 1 op de 3 mensen ooit kanker kan krijgen. Daarom staan we in deze nieuwsbrief stil bij Wereldkankerdag en de mantelzorg. Zorgen voor iemand anders heeft veel mooie kanten: het kan voldoening geven en de band met de ander versterken. Tegelijkertijd kan het veel invloed uitoefenen op je eigen leven en soms ook erg zwaar zijn.

Als mantelzorger ben je niet alleen zorgverlener. Je bent ook partner, kind, vader of moeder, familielid of vriend. Heb je een betaalde baan, dan ben je daarnaast ook nog werknemer of collega. Je moet je zorg en aandacht dus verdelen. Dat is niet eenvoudig. Veel mantelzorgers merken dat de zorg lastig te combineren is met een baan, de zorg voor andere familieleden, opvoeding van kinderen, hobby's of met andere bezigheden. Ze komen vaak voor moeilijke keuzes te staan. Klik op <https://bit.ly/3sWDo68> en lees meer over het zorgen voor iemand met kanker.

Voor vragen of een luisterend oor kunt u ook altijd bij ons terecht.

Lifecoach Bravis Ziekenhuis

Bij het Bravis Ziekenhuis heeft elke patiënt met kanker een life coach

Wanneer de diagnose kanker is gesteld, breekt er voor de patiënt en diens naasten een moeilijke tijd aan. Men krijgt geestelijk en lichamelijk heel wat te verwerken. Door de lichamelijke gevolgen en spanningen kunnen er allerlei problemen ontstaan. Veel mensen hebben dan behoefte aan steun van anderen. Deze krijgt men vaak van familie en vrienden, maar ook het ziekenhuis biedt allerlei mogelijkheden.

Bij de start van het oncologie Centrum van het Bravis Ziekenhuis is de ondersteuning van patiënten en het bieden van een vast aanspreekpunt één van de belangrijkste uitgangspunten geweest.





Als je kanker krijgt, raakt dat niet alleen je lijf, maar heel je leven. Er komen zoveel vragen los: kan ik nog wel blijven werken, hoe gaat mijn partner reageren, wat betekent dit voor mijn kinderen?

In het Oncologie Centrum streeft men ernaar om niet alleen de best mogelijke behandeling tegen kanker te bieden, maar ook patiënten te ondersteunen op alle gebieden waar het hem/haar raakt.

Als patiënt van Bravis Oncologie Centrum krijgt men ondersteuning van een eigen life coach. Deze life coach is een gespecialiseerd oncologieverpleegkundige, die de patiënt tijdens zijn proces ondersteunt, informeert en een

vertrouwd aanspreekpunt is. Samen met de patiënt brengt zij ook in kaart wat er belangrijk is voor de patiënt; waarvoor u energie wilt hebben om te blijven doen en over welke dingen de patiënt zich zorgen maakt en dus energie kosten.

Om naast het luisterend oor en adviezen de beste ondersteuning te geven heeft het centrum twaalf leefgebieden benoemd. Dit zijn gebieden waar de ziekte vaak impact heeft, zoals emoties, je partner, je omgeving, je kinderen, werk, sporten. Voor de leefgebieden zijn een soort "toolboxes" ontwikkeld. Deze bevatten veel informatie, links naar websites en adressen waar patiënten terecht kunnen voor extra ondersteuning. Ook biedt het centrum zelf extra zorg op deze leefgebieden. Zo zijn een diëtiste, psycholoog, maatschappelijk werker, fysiotherapeut en revalidatiearts verbonden aan het centrum en is er een bedrijfsarts consultant oncologie waar patiënten terecht kunnen voor vragen en problemen op het gebied van werkhervatting. Maar er is ook een nauwe samenwerking met de inloophuizen voor mensen met kanker in Roosendaal en Bergen op Zoom e.o. Bij de inloophuizen kunnen patiënten terecht voor laagdrempelige informele ondersteuning en lotgenotencontact.

Op deze manier bundelt het oncologisch team de krachten om goede zorg en aandacht voor het leven bij elkaar te brengen.

<https://www.bravisoncologiecentrum.nl/video-bravis-oncologie-en-zrti>

Gesprek na diagnose

Je / jullie hebben een diagnose gekregen. Je wereld staat dan ineens 'op zijn kop'. Wat komt er allemaal op jullie af, wat kan je verwachten, hoe moet het dan? Dit zijn een paar voorbeelden van vragen die dan ineens heel belangrijk zijn. Het kan heel vanzelfsprekend zijn dat de persoon die de diagnose heeft gekregen zich andere vragen stelt dan de naaste (u als mantelzorger bv.) In de toekomst kunnen wederzijdse verwachtingen erg uit elkaar liggen, en dat kan tot vervelende of teleurstellende ervaringen leiden.



Met de methodiek 'gesprek na diagnose' gaat u samen in gesprek met een hulpverlener. Centraal staat de vraag "wat is de betekenis van de diagnose voor jou?" Op deze manier worden mogelijke verschillen in beeld gebracht en weet u dit van elkaar en wordt het bespreekbaar. Het is belangrijk om begrip te hebben voor elkaars situatie.

Deze gesprekken kunnen worden gevoerd door de huisarts de praktijkondersteuner en ook door de mantelzorgconsulenten. Voor meer informatie neem contact met ons op.

Activiteiten

Bijeenkomsten over vrijheid en veiligheid bij dementie

De Wet zorg en dwang (Wzd) regelt dat zorgmedewerkers niet zomaar zorg mogen geven waar iemand met dementie zich tegen verzet. De wet draait om vrijheid en veiligheid voor mensen met dementie. Ben jij mantelzorger van een naaste met dementie? En wil je weten wat de Wzd voor jou betekent? [Meld je dan aan](#) voor een online informatiebijeenkomst van Alzheimer Nederland.



Koffieleutje met gelegenheid tot zingevingsvragen

2020 was voor iedereen een 'bijzonder' jaar. Corona is sinds vorig jaar niet alleen meer een biermerk.

Wat heeft ú als mantelzorger allemaal meegemaakt?

Voelde u zich verloren – eenzaam – onbegrepen – gelukkig – tevreden?

We nodigen u uit om dit met ons te delen tijdens een 2-tal online bijeenkomsten;

Woensdag 10 februari

van 13:30 - 15:00 uur

Donderdag 11 februari

van 19:30 - 21:00 uur

Na aanmelden ontvangt u een uitnodiging met link waarmee u kunt inloggen middels Microsoft Teams. U hoeft niet in het bezit te zijn van dit computerprogramma, maar kunt ook gemakkelijk als gastdeelnemer inloggen. U kunt 1 of 2x deelnemen, wat u maar wilt. Geef uzelf op via: info@mantelzorgroosendaal.nl