



De MANTELZORGHUB

Project van én voor mantelzorgers



Europees Landbouwfonds
voor Plattelandsontwikkeling:
Europa investeert
in zijn platteland



VLAAMSE
LAND
MAATSCHAPPIJ



INCUBATE, EMPOWER, HARVEST

MANTELZORG

- Het opnemen van de zorg voor een naaste die omwille van een beperking, ziekte of ouderdom hulp nodig heeft
- Zorg voor een kind, partner, ouder, kennis, buur,...
- Langdurig en onbetaald
- Emotionele band



UITDAGINGEN VAN MANTELZORGERS

- **Altijd beschikbaar zijn** voor de zorgbehovende(n)
- Het **alleen staan** in de zorg, het ontbreken van hulp van vrienden of familie
- Het wispelturig karakter van de zorgbehovende(n) (agressiviteit, woede-uitbarstingen, mood swings, vergeetachtigheid, waanideeën, enz.)
- Slaapstoornissen door een hoge bezorgheidsgraad, nooit gewet zijn, steeds alert moeten
- **Zelf positie** sterk en vrie
- **Mentale we**
- De **gepaste i**
- **Nooit wegk**
- Het **huishou**
- **Sociale cont**
- **Eenzaamhe**
- Plaats vinde
- Administrati
- **Opvang** (avonds, nachts, weekends, op reis gaan, enz.) om zelf eens weg te kunnen
- Het aankleden, wassen, verplaatsen en verzorgen van de partner
- **Tijd voor jezelf** vrijmaken, het tekort aan vrije tijd
- **Financieel** rond kunnen blijven komen
- De zorgbehovende(n) gelukkig en mentaal gezond houden
- Vrees voor de toekomst wanneer men zelf zorgbehovende zou worden
- Het **zware verantwoordelijkheidsgevoel**

Mantelzorgers hebben nood aan:

- Tijd voor zichzelf
- Erkenning
- Toegankelijke informatie
- Lotgenotencontact
- Het uitwisselen van kennis en ervaringen

De MANTELZORGHUB

HET ALOMVATTENDE MANTELZORGPAKKET



MANTELZORGCAFE

DOEN



**MANTELZORG-
COLLEGE**

LEREN & INNOVEREN



**ONLINE
PLATFORM**

COMMUNITY CREËREN
& INFORMEREN

HET MANTELZORGCAFE





DE MANTELZORGCAFES

- We creëren een **gemeenschap** van mantelzorgers die maandelijks samenkomt
 - Mantelzorgers kunnen andere mantelzorgers leren kennen
 - **Thema's en ontspannende activiteiten** in samenwerking met mantelzorgers: jullie bepalen alles mee!
 - De output (presentaties e.d.) wordt verwerkt op de website (presentaties, tips & tricks)
-
- **Waarom?** Niet iedereen weet dat zij/hij mantelzorger is!
 - Iedere mantelzorger is welkom in de mantelzorgcafés: jong of oud, los van ziekte of beperking van de zorgbehoevende, premie of geen premie, enz.
 - **Doelstelling:**
 - **Erkenning** voor de mantelzorger

De MANTELFLUISTERAAR

— MANTELZORGCAFÉ —
Brugge

HET PRAATCAFE VOOR ZORGDRAGERS
VAN HULPBEHOEVENDEN



. amet, consectetur adipiscing elit. Sed
enim facilisis cursus. Donec diam tellus,
iaculis interdum enim. Fusce quam sapien,
um purus at, bibendum tincidunt odio. Aliquam
efficitur mauris feugiat tincidunt. Praesent id ex
lobortis quam vel, scelerisque massa. Mauris lobortis
eleifend augue, sit amet gravida lectus aliquet sed.

SCHRIJF JE IN OP
WWW.MANTELZORGCAFE.BE

De
MANTELHAVEN

— MANTELZORGCAFÉ —
Nieuwpoort

HET PRAATCAFÉ VOOR PERSONEN
DIE ZORGEN VOOR EEN NAASTE

DE PALTO

— MANTELZORGCAFÉ —
Arbit

HET PRAATCAFÉ VOOR PERSONEN
DIE ZORGEN VOOR EEN NAASTE

De
PARDESSUS

— MANTELZORGCAFÉ —
Diksmuide

HET PRAATCAFÉ VOOR PERSONEN
DIE ZORGEN VOOR EEN NAASTE

De
DE RAMMELEIRE

— MANTELZORGCAFÉ —
Oudenaarde

HET PRAATCAFÉ VOOR PERSONEN
DIE ZORGEN VOOR EEN NAASTE

MANTELKOMPAS

— MANTELZORGCAFÉ —
Londerzeel

HET PRAATCAFÉ VOOR PERSONEN
DIE ZORGEN VOOR EEN NAASTE

Den
ERDBISM

— MANTELZORGCAFÉ —
Hoogstraten

HET PRAATCAFÉ VOOR PERSONEN
DIE ZORGEN VOOR EEN NAASTE

!DROPS



De
MANTELFLUISTERAAR
— MANTELZORGCAFÉ —
Brugge



!DROPS



De
LUISTERBLOEM
— MANTELZORGGCAFÉ —
Veurne



25 jaar
dienstencentrum
de Zonnebloem
Veurne
De Zonnebloem draagt zorg voor de buurt!

!DROPS



De LUISTERSCHHELP
— MANTELZORGCAFÉ —
Koksijde

K Sociaal Huis
Gemeente Koksijde





HET MANTELZORGCOLLEGE

- **Waarom?** Mantelzorgers en professionals willen graag bijleren rond bepaalde thema's zoals EHBO, valpreventie, praktische hulpmiddelen voor mantelzorgers en hun zorgbehoevende, zelfzorg en veerkracht,...
- Plaats voor informatie over thema's of praktische oefeningen die mantelzorgers zelf kiezen
- Uitwisselings-en opleidingsdag voor professionals
- **Lerend netwerk:** leren van elkaar en van professionals

ONLINE PLATFORM

Website

- Informatie (uit de cafés), activiteiten, nieuws, chat,...
- Elkaar terugvinden en uitwisselen
- www.mantelzorghub.be / www.mantelzorgers.be



De
LUISTERBLOEM

De
MANTELFLUISTERAAR

De
LUISTERSCHHELP

De
MANTELSCHHELP

— MANTELZORGCAFÉ —
Oostende

WAAR EN WANNEER?

De Mantelschelp vindt elke vierde dinsdag van de maand plaats op verschillende locaties:

**FEESTELIJKE OPENINGSRECEPTIE
+ 'WAAR HEB JE ALS MANTEL-
ZORGER RECHT OP?'**

DI 25.06.2019 (18.00-20.30 uur)
Oud Hospitaal, Amsterdamstraat 61

**HET MOET NIET ALTIJD SERIEUS
ZIJN! ONTSPANNING VERZEKERD
TIJDENS DEZE LACHSESSIE
VOOR MANTELZORGERS**

DI 23.07.2019 (14.00-16.30 uur)
De Blomme, Chrysantenstraat 30

**STRANDWANDELING OF
ALTERNATIEF BIJ REGENWEER**

27.08.2019 (18.00-20.30 uur)
Start aan Ter Yde, Duinenstraat 172

**MANTELZORGVRIENDELIJK
REIZEN**

DI 24.09.2019 (14.00-16.30 uur)
De Ballon, Mansveldstraat 9

**RECHT OP EEN WAARDIG
LEVENSEINDE**

DI 22.10.2019 (18.00-20.30 uur)
De Boeie, Kerkstraat 35

**DANSFEEST
VOOR MANTELZORGERS**

DI 26.11.2019 (14.00-16.30 uur)
Ter Yde, Duinenstraat 172

SAMENWERKING PER GEMEENTE

Bestaande lokale mantelzorginitiatieven en -activiteiten worden samengebracht in een stakeholdersgroep. Deze groep exploreert De Hub en bekijkt mogelijke samenwerkingen. Samen wordt het beschikbare aanbod aan initiatieven in kaart gebracht, worden ervaringen uitgewisseld en worden knelpunten en kansen onderzocht. Uit deze groep kunnen zo nieuwe mantelzorginitiatieven ontstaan die complementair zijn met het mantelzorgcafé en het lokale aanbod.

Mantelzorgers geven aan dat ze vaak niet goed weten waar ze terecht kunnen met vragen en zorgen. Beschikbare ondersteuning blijft zo soms buiten het bereik van degenen die het nodig hebben. De Mantelzorghub wordt gecoördineerd vanuit één persoon bij de stad of gemeente die het mantelzorgcafé opvolgt, de communicatie verzorgt en het online platform beheert.



Om de duurzaamheid van het mantelzorginitiatief te garanderen, ligt de focus binnen dit project volledig op de mantelzorgers zelf. Geïnteresseerde mantelzorgers worden verzameld in een kerngroep die de naam, vorm, inhoud en thema's van hun lokale mantelzorgcafé mee bepaald. Daarnaast neemt deze groep verantwoordelijkheden op om het café mee te runnen, in samenwerking met de coördinator.

Bij het starten van een nieuwe, lokale Mantelzorghub is er nood aan begeleiding met kennis en ervaring. Dat bewijzen de talrijke mantelzorginitiatieven die moeilijk opgestart geraken of snel weer verdwijnen. Door jarenlange ervaring in het werken met mantelzorgers, ontwikkelde IDROPS deze kennis en ervaring rond het thema. Met een korte - maar intensieve - begeleiding, zorgt IDROPS ervoor dat de andere betrokken partijen finaal zelf in staat zijn om De Mantelzorghub verder te dragen.



Europees Landbouwfonds
voor Plattelandsontwikkeling
Europa investeert
in zijn platteland



VLAAMSE
LAND
MAATSCHAPPIJ



Oostende
DE STAD
AAN ZEE



INCUBATE, EMPOWER, HARVEST

Kom op 
tegen Kanker

follow us: WWW.IDROPS.ORG
[IDROPS_TWEET](#) / [IDROPSLABS](#) / [IDROPS_INSTA](#)