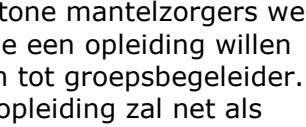
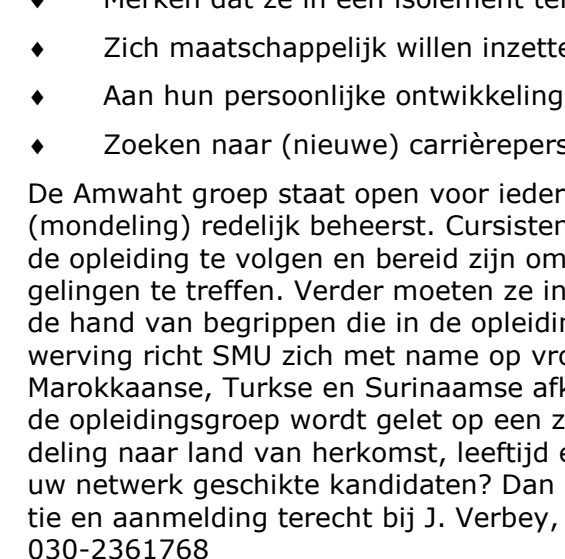


Dit is de digitale nieuwsbrief over mantelzorg in Utrecht. Deze nieuwsbrief is bedoeld voor professionals in de zorg, het welzijnswerk, bij gemeentes en andere non-profitorganisaties. Het Lokaal kenniscentrum (LKC) van het Steunpunt Mantelzorg Utrecht en de gemeente Utrecht willen met deze nieuwsbrief kennis en ervaring verspreiden en zo de ondersteuning aan mantelzorgers bevorderen.



AMWAHT 2013



Steunpunt Mantelzorg Utrecht (SMU) gaat in 2013 allochtone mantelzorgers werven die een opleiding willen volgen tot groepsbegeleider. Deze opleiding zal net als voorheen van start gaan onder de naam AMWAHT: Allochtone Mantelzorgers Werken aan Hun Toekomst. Cursisten die het certificaat halen, kunnen bij verschillende organisaties aan

de slag als groepswerker. De opleiding is bedoeld voor allochtone (ex-) mantelzorgers die:

- ◆ Merken dat ze in een isolement terechtkomen
- ◆ Zich maatschappelijk willen inzetten
- ◆ Aan hun persoonlijke ontwikkeling willen werken
- ◆ Zoeken naar (nieuwe) carrièreperspectieven

De Amwaht groep staat open voor iedereen die de Nederlandse taal (mondeling) redelijk beheerst. Cursisten moeten gemotiveerd zijn om de opleiding te volgen en bereid zijn om daarvoor in het privéleven regelingen te treffen. Verder moeten ze in staat zijn tot zelfreflectie aan de hand van begrippen die in de opleiding worden aangereikt. Bij de werving richt SMU zich met name op vrouwelijke mantelzorgers van Marokkaanse, Turkse en Surinaamse afkomst. Bij de samenstelling van de opleidingsgroep wordt gelet op een zekere evenredigheid in de verdeling naar land van herkomst, leeftijd en opleidingsniveau. Zijn er in uw netwerk geschikte kandidaten? Dan kunnen zij voor meer informatie en aanmelding terecht bij J. Verbey, j.verbey@stichtingstade.nl, tel. 030-2361768

Mantelzorgers van mensen met een verslaving

Stichting Coke van Jou

is een steunpunt en kenniscentrum voor partners, familie en vrienden van verslaafden. De organisatie biedt een kosteloos een professioneel hulpaanbod aan en werkt daarbij samen met een groot netwerk van zorginstellingen. Coke van Jou doorbreekt de cirkel waarin derbaren van verslaafden soms belanden en helpt ze hun eigen leven terug te krijgen. Daarnaast wil de stichting het taboe doorbreken dat nog altijd rust op leven met een verslaafde. Voorlichting staat hoog op de agenda. De stichting heeft een website met forum, een chatbox en geeft online advies. Daarnaast vinden open dagen plaats, worden lotgenotenbijeenkomsten, zelfhulpgroepen en workshops georganiseerd en geeft Coke van Jou juridische en psychische ondersteuning.



STICHTING
coke van jou
Steunpunt en kenniscentrum voor partners, familie en vrienden van verslaafden

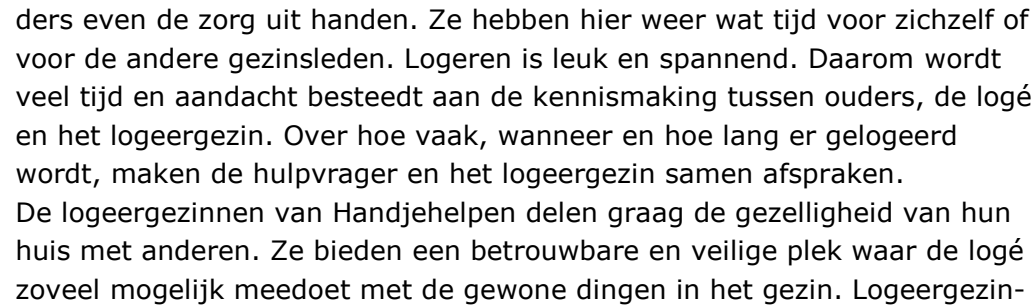
alcohol
drugs
pukken
andere, el...

Meer informatie? Neem dan contact op met Stichting Coke van Jou – Utrecht. Mail naar wschaap@victas.nl of tbellemakers@victas.nl of bel 030-2340034. Je kunt ook terecht op www.cokevanjou.nl.

Even op adem komen

De zorg voor een kind met een beperking kan heel intensief zijn. Als hulpverlener kom je soms bij gezinnen thuis waarvan je denkt: 'Wat zou het fijn zijn als deze mensen even op adem kunnen komen.'

Handjehelpen biedt logeeropvang aan kinderen en jongeren met een beperking of met een autisme spectrumstoornis in de gemeente Utrecht.



'Onze zoon heeft autisme. Een per maand gaat hij een nachtje logeren en hij geniet ervan! Wij ook. Onlangs zijn we voor het eerst sinds jaren weer eens samen uit eten geweest. Ik vond het erg spannend om met de logeeropvang te beginnen, maar heb er geen moment spijt gehad.'

Een vast en vertrouwd gezin waar het kind af en toe logeert, neemt de ouders even de zorg uit handen. Ze hebben hier weer wat tijd voor zichzelf of voor de andere gezinsleden. Logeren is leuk en spannend. Daarom wordt veel tijd en aandacht besteedt aan de kennismaking tussen ouders, de logé en het logeergezin. Over hoe vaak, wanneer en hoe lang er gelogeed wordt, maken de hulpvrager en het logeergezin samen afspraken.

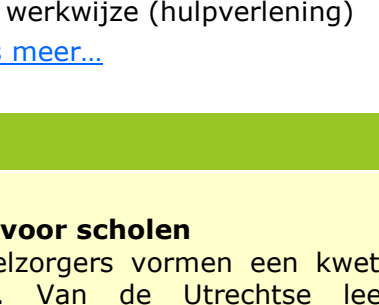
De logeergezinnen van Handjehelpen delen graag de gezelligheid van hun huize met anderen. Ze bieden een betrouwbare en veilige plek waar de logé zoveel mogelijk meedoet met de gewone dingen in het gezin. Logeergezinnen zijn géén vervanging van professionele hulpverlening maar een aanvulling. De opvang van een logeergezin is te vergelijken met hulp van familie, vrienden en burens. Om gebruik te maken van logeeropvang is geen indicatie of verwijzing nodig.

Komt u bij gezinnen voor wie logeeropvang ondersteuning kan bieden? Kijk voor meer informatie op www.handjehelpen.nl of neem contact op met projectleider Danielle van Helden logeeropvang@handjehelpen.nl of bel 030-2632956)

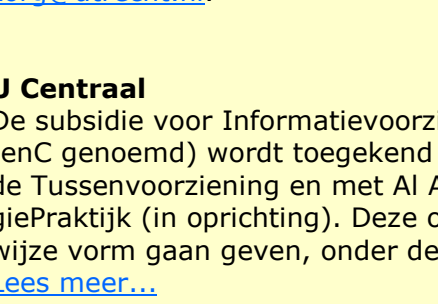
Zorg voor mantelzorgers op Agora 2013

Agora is een (netwerk)congres voor alle

eerstelijnszorgverleners in Midden-Nederland. Dit jaar vindt het congres plaats op 12 februari a.s. in Stadion Galgenwaard. In een afwisselend programma ligt de nadruk op de vele rollen die mensen als zorgverlener hebben. Mariska Hoencamp, werkzaam bij het Steunpunt Mantelzorg Utrecht, verzorgt samen met Rose-Marie van Berkel van Raedelijk tijdens Agora het minicollege *Zorg voor mantelzorgers*. Uitgangspunt van dit college is dat mantelzorgondersteuning een integraal onderdeel moet zijn van de werkwijze (hulpverlening) door alle professionals in zorg en welzijn. [Lees meer...](#)



En verder...



Vragenlijst voor scholen

Jonge mantelzorgers vormen een kwetsbare groep. Van de Utrechtse leerlingen op het VO is 26% mantelzorgers. De online vragenlijst die de gemeente heeft ontwikkeld voor het VO en MBO geeft inzicht aan directie en zorgcoördinatoren in de situatie van jonge mantelzorgers op hun school. De papieren versie van de vragenlijst is nu ter inzage te vinden op [deze website](#). Nadat de vragenlijst is ingevuld is het voor de school mogelijk om een rapport te downloaden waarin de uitkomsten zichtbaar zijn. Meer weten? Of de online-tool op uw school uitzetten? Mail naar mantelzorg@utrecht.nl.

U Centraal

De subsidie voor Informatievoorziening en Cliëntondersteuning (vanaf nu IenC genoemd) wordt toegekend aan Stichting Stade, in samenwerking met de Tussenvoorziening en met Al Amal, Handjehelpen, Present Utrecht en RegiePraktijk (in oprichting). Deze organisaties zullen IenC op innovatieve wijze vorm gaan geven, onder de nieuwe naam 'U Centraal' (in oprichting). [Lees meer...](#)

Werkconferentie 2013

Op 4 oktober organiseerde het Lokaal kenniscentrum van het Steunpunt Mantelzorg Utrecht (SMU) samen met de Gemeente Utrecht een praktijkgerichte werkconferentie over mantelzorgondersteuning. Diverse workshops en thematafels inspireerden de circa 60 aanwezige professionals tot veel discussie en uitwisseling van ervaringen. Het Lokaal Kenniscentrum heeft in overleg met de Gemeente dan ook besloten om in september 2013 voor de tweede maal een werkconferentie voor professionals te organiseren. De aankondiging van deze conferentie ontvangt u t.z.t. per mail. Bovendien zullen wij u via deze Nieuwsbrief en op onze websites op de hoogte houden.



Brandbrief

Eind vorige jaar stuurde het Solgu samen met gehandicaptenplatforms uit de vier grote steden een brandbrief naar de Tweede Kamer. Ze maken zich grote zorgen over de cumulatieve effecten van een aantal maatregelen uit het regeerakkoord. 'Het regeerakkoord gaat ervan uit dat ouderen en mensen met een beperking langer thuis kunnen wonen, daarbij minder een beroep doen op zorg en ondersteuning en meer afhankelijk worden van hulp uit hun eigen omgeving. Dit roept grote zorgen op: toenemende eenzaamheid van mensen die onvoldoende zelfredzaam zijn, isolement en verwaarlozing en overbelaste mantelzorgers...' [Hier](#) leest u de volledige tekst van de brief.

Agenda

Het Steunpunt Mantelzorg en andere Utrechtse organisaties organiseren diverse activiteiten voor mantelzorgers. Zo zijn er deserpengroepen en bijeenkomsten over diverse praktische en financiële onderwerpen. Ook ontmoeten mantelzorgers elkaar tijdens bijvoorbeeld een NAH-Café, een Alzheimer Café, bij het Longpunt of in het Inloophuis. Kijk [hier](#) voor de actuele agenda.