

Bent u een regelmaatje of zoekt u een regelmaatje?

Hebt u een luisterend oor en bent u een praktisch organisatietalent? Bent u mantelzorger en heeft u te maken met regeltaken die (te)veel van uw energie vragen? U kunt misschien als regelmaatje aan de slag of er is mogelijk een regelmaatje die u kan ondersteunen. Deze ondersteuning wordt geboden in de gemeenten Dordrecht, Zwijndrecht en Papendrecht.

Getrainde vrijwilligers

Mantelzorgers zijn door hun zware taak soms moeilijk in staat om het overzicht te bewaren en raken daardoor steeds meer overbelast. In sommige situaties kan het eigen netwerk ondersteuning bieden. Er zijn ook situaties waarin dit niet mogelijk en/of wenselijk is. Een regelmaatje is een getrainde vrijwilliger die een luisterend oor en praktische steun kan bieden om zo als mantelzorger beter in balans te komen en te blijven.

Overzicht

Het regelmaatje komt bij de mantelzorger thuis en helpt het overzicht terug te krijgen en te bewaren. Hij/zij denkt mee en heeft een luisterend oor. Hij pleegt een noodzakelijk telefoontje of bereidt met de mantelzorger een gesprek voor. Ook het invullen van formulieren of het samen wegwerken van de stapel post die is blij-

ven liggen kan gedaan worden. Dit doet u door op afspraak eens in de zoveel tijd langs te gaan. De regelmaatjes worden begeleid en ondersteund door een coördinator van MEE (Dordrecht en Zwijndrecht) of van BWI (Papendrecht).

Tweedaagse training

Om goed te kunnen starten in deze functie vragen wij de vrijwilligers om deel te nemen aan een tweedaagse training. In het voorjaar heeft de eerste groep vrijwilligers de training gevolgd. Op dit moment zijn tien regelmaatjes gekoppeld aan diverse mantelzorgers. In het najaar start een nieuwe tweedaagse training. De data staan gepland op maandag 25 september 2017 en maandag 2 oktober 2017.

Meer informatie of aanmelden

Voor meer informatie en/of aanmelden als regelmaatje of mantelzorger kunt u voor Dordrecht of Zwijndrecht contact opnemen met één van de consultants via het Servicebureau van MEE via T 078-7508900 of per email servicebureau@meedrechtsteden.nl. Voor Papendrecht kunt u contact opnemen met Monique Aertssen van BWI op 078-6154741 of per email m.aertssen@bwi-papendrecht.nl. Wilt u daarbij vermelden of u belt als regelmaatje of mantelzorger en in welke plaats u woont?

Goedkope rijbewijskeuring senioren

Senioren, chauffeurs met rijbewijs C/D/E en overige automobilisten die voor verlenging van hun rijbewijs moeten worden gekeurd, kunnen hiervoor terecht bij de RijbewijskeuringsArts.

Senioren, chauffeurs met C/D/E rijbewijs en overige automobilisten die voor verlenging van hun rijbewijs door een arts moeten worden gekeurd, kunnen d.d. 5 oktober terecht in De Merwelanden, Haringvlietstraat 515. Schikt de datum u niet dan zijn er andere mogelijkheden in de regio.

Het tarief is € 35,00 voor senioren en € 55,00 voor chauffeurs tot 75 jaar met rijbewijs C/D/E.

Informatie

Voor informatie en een afspraak belt u tijdens kantooruren naar het landelijke afsprakenbureau van Regelzorg Rijbewijskeuringen: 088-2323300. U kunt ook zelf een datum plannen via www.regelzorg.nl.

Korting

Leden van CNV/ouderenbonden en/of thuiszorgorganisaties krijgen € 7,50 korting op bovengenoemde prijzen.

Let op: Het is niet mogelijk rechtstreeks



bij de locatie een afspraak te maken. Eigen verklaring

Voordat u naar de keuring gaat dient er eerst een Eigen Verklaring met Geneeskundig Verslag gekocht te worden. Veel gemeenten verstrekken geen keuringsformulieren (Eigen Verklaring met Geneeskundig Verslag) meer en verwijzen naar mijn.cbr.nl (inloggen met DigiD).

De Eigen Verklaring is echter ook verkrijgbaar bij Regelzorg en kost € 41,00.

Vier maanden vooraf

De verwerking en beoordeling van de Eigen Verklaring door het CBR kan tot drie maanden in beslag nemen. Geadviseerd wordt om ten minste vier maanden voor het verlopen van de geldigheid van het rijbewijs een afspraak te maken voor een keuring.

Mantelzorg

In heel Nederland wordt op en rond donderdag 10 november 2017 specifiek aandacht besteed aan zorgende familieleden, ofwel de mantelzorgers, tijdens de landelijke Dag voor de Mantelzorg.

Zij zorgen voor een ander die thuis of in een instelling verblijft, bijvoorbeeld een partner die een hersenbloeding heeft gehad, een kindje met een vorm van autisme of een dementerende moeder. Deze zorg varieert van praktische hulp, regelzaken, hulp bij lichamelijke verzorging of emotionele steun en woordvoerder zijn.

Blijk van waardering

Mantelzorgers doen dit uit liefde, gewoonte of omdat het zo gegroeid is. Ze zijn betrokken, loyaal en nemen vaak veel zorg op zich. Daarom verdienen zij een extra blijk van waardering voor alles wat zij doen voor een ander.

In het zonnetje

Dit jaar is het landelijke thema: Mantelzorg doe je samen! Welzijnsorganisaties, zorginstellingen, kerken, verenigingen, werkgevers en gemeenten in heel Nederland organiseren iets leuks of inspirerends. Een dag waarop mantelzorgers in het zonnetje gezet worden!

Verwenweek

MEE Mantelzorg zal in Dordrecht een Verwenweek organiseren in week 45: van 6-10 november. Verschillende organisaties uit de stad bieden in die week leuke en ontspannende activiteiten aan. De verwenweek zal feestelijk geopend worden met een brunch, waarin wethouder Lambrechts het officiële startsein geeft. Daarnaast organiseren we een kanjermiddag voor jonge mantelzorgers (6-21 jaar) en bieden hen een leuk kadootje aan (aanmelden kan t.z.t via de website: www.meemantelzorg.nl <<http://www.meemantelzorg.nl>>).

Partnercursus autisme

Bent u partner van een man met (mogelijk) autisme, dan is deze cursus iets voor u. Het omgaan met iemand met autisme kan ingewikkeld en verwarrend zijn. U ervaart ongewoon en soms ook verontrustend gedrag van uw partner. Hoe kunt u hiermee omgaan, steun geven en goed voor uzelf zorgen?

U leert in deze cursus meer over autisme, krijgt inzicht in de problemen die hiermee gepaard gaan en de gevolgen hiervan op uw relatie. U krijgt handvatten en tips om met uw eigen gevoelens om te gaan, de omgang met uw partner en de communicatie te verbeteren.

Start cursus

De cursus start bij voldoende aanmelding op woensdag 11 oktober van 9.30 tot 11.30 uur. Inloop is vanaf 9.15 uur. Volgende bijeenkomsten zijn op 25 oktober, 8 en 22 november, 6 december, 17 en 31 januari, 14 en 28 februari, 14 maart en 9 mei. Inwonsters van Dordrecht kunnen deelnemen. De cursus wordt gegeven in Wijkcentrum Staart-West, Maasstraat 25, 3313 GE Dordrecht.

Informatie en/of aanmelden

Direct aanmelden of andere vragen? Neemt u contact op met het Servicebureau van MEE op T 078-7508900 of servicebureau@meedrechtsteden.nl.

Extra groep

Wilt u meedoen, maar is de cursus al gestart, komt dit tijdstip u niet goed uit of woont u in een andere gemeente? Ook dan kunt u contact met ons opnemen. Bij veel aanmeldingen starten we een extra groep.

Horloge-Batterijen



Los gekocht: €3,50
Met inzetten: €4,95

Ook voor uw horlogebandjes

Leder: €8,95
Metaal: €11,50

Gratis gemonteerd

Ted Bogers

Vogelplein 40
Tel. 078 - 613 94 64
tedbogers@gmail.com
www.tedbogers.nl

Uw adres voor Fysiotherapie en Manuele therapie op de Staart!

PRAKTIJK PLEIN 40-45

U kunt bij ons ook zonder verwijzing een afspraak maken.

Behandelingen zijn mogelijk in de praktijk, in de behandelruimte van "Zorgcentrum de Merwelanden" en indien nodig bij u thuis.

Voor meer informatie kunt u terecht op www.praktijkplein4045.nl

Plein 1940-1945 nr. 1A, 3313CV Dordrecht.

Tel. 078-6135927