



Nieuwsbrief Wmo

Jaargang 11, nr 14. December 2020

Dag 2020, hallo 2021!

Voor u ligt al weer de laatste Wmo nieuwsbrief van dit jaar. Nog even en dan staan de feestdagen voor de deur. Zo aan het einde van het jaar kijken we meestal terug. Dit was wel een heel bijzonder jaar. En misschien heeft u dat gevoel ook wel. Het liefst neem ik maar snel afscheid van dit coronajaar 2020. En ga ik met goede moed en energie het nieuwe jaar 2021 in. Hopelijk een jaar waarin corona minder aan de orde is; en we onze weg wat makkelijker weer vinden.

Het afgelopen jaar was zwaar voor veel mensen. Zwaar omdat ze er vaak alleen voor stonden. Bezoek was niet altijd mogelijk of heel beperkt. Dan mis je echt die extra aandacht of die knuffel. De zorgverlening was anders. Veel is terecht gekomen bij de mantelzorgers. Ik heb al vaker gezegd dat ik heel veel bewondering heb voor de manier waarop zij zich inzetten om het leven van hun dierbaren, ook in deze tijd, makkelijker te maken.

Het zal u niet verbazen, in deze nieuwsbrief komen veel onderwerpen aan bod waarin corona een rol speelt. Op het moment dat ik dit voorwoord schrijf, is het nog niet duidelijk hoe de decembermaand zal zijn. Ik hoop echt dat we samen met onze familie/vrienden de feestdagen kunnen doorbrengen. Maar mocht dat door de maatregelen nog niet kunnen, dan hoop ik dat u omkijkt naar elkaar. Stuur een leuke kerstkaart of bel uw buurman of buurvrouw. Of misschien kunt u een boodschap voor hen doen. Alle kleine beetjes helpen en zorgen voor een lichtpuntje in hun dag!

Ik wens u hele fijne feestdagen en een heel gelukkig, gezond en voorspoedig 2021 toe!

Guido Rink
Wethouder Wmo



Voelt u zich somber of gespannen door het coronavirus?



Veel mensen voelen zich somber, gespannen of angstig door het coronavirus. Het helpt om af en toe een pauze te nemen; van uw werk, de drukte thuis of van de berichten over het virus. Onderstaande tips en hulplijnen kunnen helpen.

- Eet gezond, slaap en beweeg voldoende.
- Zorg voor structuur. Sta elke dag op dezelfde tijd op en plan uw dag.
- Volg niet al het coronanieuws. Ga alleen af op feiten en betrouwbare informatie, zoals van de Rijksoverheid, de Wereldgezondheidsorganisatie of het RIVM.
- Krop uw emoties niet op. Gebruik geen middelen zoals alcohol om met uw emoties om te gaan. Praten met mensen kan helpen. Als u er met uw omgeving niet uitkomt, zoek dan contact met een getrainde vrijwilliger of een hulpverlener. Als u psychische problemen heeft en deze erger worden, zoek dan hulp. Hiervoor kunt u altijd bij de huisarts terecht.

lees verder op pagina 2

Wie kan ik bellen?

Praatje met een maatje van Sedna:
0591-680 801

Voor als u even met iemand wilt praten. Op werkdagen van 9.00 -16.00 uur te bereiken.

De Luisterlijn: 0900-0767
(ook chat of email).

Voor wie behoefte heeft aan een luisterend oor.

7 dagen per week, 24 uur per dag.

Mind-Korrelatie: 0900-1450 of
06-13863803 (What's app)

Ook via chat en mail.

Voor hulp bij psychische of mentale problemen.

Op werkdagen van 9:00 tot 22:00 uur.

ADF Stichting: 0343-753 009

Hulplijn voor mensen met angst-, dwang- en fobieklachten.

7 dagen per week, van 9:00 tot 13.30 uur.

Het Rode Kruis: 070-4455888

Hulplijn voor mensen in quarantaine of thuisisolatie. 7 dagen per week, van 9:00 tot 21:00 uur.

113 zelfmoordpreventie: 0900-0113

Voor wie denkt aan zelfmoord of met iemand te maken heeft die daaraan denkt.

7 dagen per week, 24 uur per dag

Mantelzorgelijk: 088-505 43 31

Informatie en hulplijn voor mantelzorgers tijdens de coronacrisis.

Speciaal voor ouderen

ANBO: 0348-46 66 66

Voor ouderen die vragen hebben over het coronavirus of gewoon even een praatje willen maken.

7 dagen per week, van 9:00 tot 21:00 uur.

KBO-PCOB 030-340 06 00

Voor informatie of een luisterend oor.

Ook ouderen met een buitenlandse achtergrond kunnen hier terecht.

Er kan gesproken worden in de eigen taal.

Op werkdagen van 9:00 tot 17:00 uur.

Wekelijkse- of tweewekelijkse beldienst van De Zilverlijn: aanmelden via:
088-344 20 00

Ouderen die behoefte hebben aan een praatje, worden gebeld.

Zelfhulpprogramma's

Diverse GGZ instellingen bieden zelfhulpprogramma's aan; op:

- www.wijzijnmind.nl/corona staat een overzicht van vormen van steun in coronatijd.
- www.heyhetisoke.nl staat informatie over angst en depressie.
- www.loketgezondleven.nl van het RIVM staan adviezen over het coronavirus en mentale gezondheid.
- www.mentaalvitaal.nl staan tips en online therapie.

(Overige) informatie en hulp (in de gemeente Emmen)

Op de website van de gemeente Emmen staat actuele informatie over corona in de gemeente Emmen. Op de website: www.emmenmaakhetmee.nl vindt u diverse (bewoners) initiatieven zoals de boodschappen aan huis service van Dorp en Zorg.



Maakt u zich zorgen?

Als u zich zorgen maakt over uw eigen ondersteuning of van iemand in uw directe omgeving, neem dan contact op met uw zorgaanbieder.

Athomefirst: 088-321 01 55

Dokter

Schoonmaakorganisatie: 0591-631 186

Cosis: 088-878 92 00

Thalia Thuiszorg: 0591-745 044

Sedna: 0591-680 800

(voor o.a. mantelzorgers)

Actie Passie voor Mantelzorg, nog tot eind dit jaar

Diverse Emmense ondernemers, hebben dit jaar een speciale actie voor mantelzorgers: 'Passie voor Mantelzorg'. De actie loopt tot eind december.

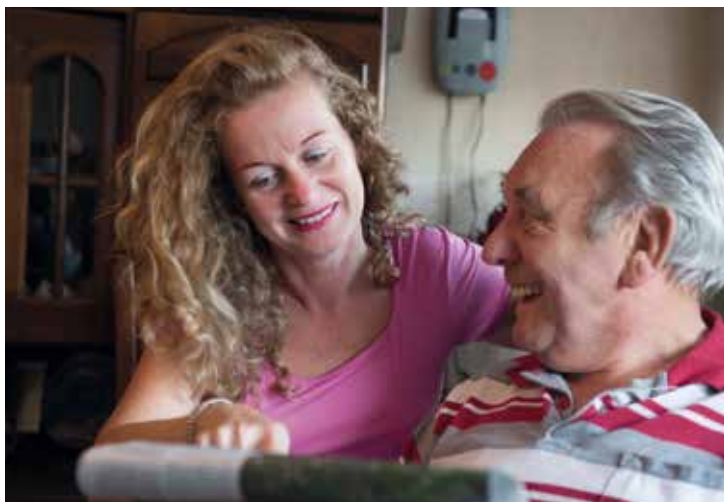


Korting of andere actie

Mantelzorgers die dit jaar een mantelzorgcompliment hebben ontvangen, hebben een 'passie' (pasje) gekregen. Hiermee kunnen ze bij verschillende winkeliers in de gemeente Emmen gebruik maken van een korting of een andere actie. Op de website www.passievoormantelzorg.nl vindt u meer informatie.

Hulp en ondersteuning aan inwoners

Het is belangrijk dat inwoners van de gemeente Emmen de zorg en ondersteuning krijgen die zij nodig hebben; ook tijdens deze coronacrisis. Het coronavirus legt echter een enorme druk op de zorg. Van zorgaanbieders wordt meer dan ooit flexibiliteit verwacht om zorg te blijven leveren. Zij stellen alles in het werk om daar waar het kan hulp en ondersteuning te blijven bieden.



Zorgaanbieders hebben echter ook te maken met zieke medewerkers, mensen die in quarantaine moeten etc. Het is dan ook lastig om voldoende mensen te vinden om uitgevallen collega's te vervangen. Het kan zijn dat hulp en ondersteuning in dat geval (tijdelijk) wordt bijgesteld. Dit gaat altijd in overleg met u. Ondersteuning die absoluut nodig is, gaat zoveel mogelijk door (in de normale of een aangepaste vorm).

Veilige zorg

We willen hierbij nog even extra benadrukken dat onze zorgaanbieders werken volgens de richtlijnen van het RIVM. De zorg die u ontvangt is dan ook veilig. Om te zorgen dat de meest kwetsbare mensen zo veilig mogelijk ondersteuning kunnen krijgen, willen we ook een dringend verzoek doen aan alle mantelzorgers. We vragen hen om de RIVM maatregelen in acht te nemen. Belangrijk voor u zelf, voor uw familie/bekende maar ook voor andere cliënten/deelnemers en medewerkers. Bij klachten blijf thuis en laat u testen. Als u bijvoorbeeld ziek bent of in quarantaine zit en niemand uw zorgtaken kan overnemen, kunt u vervangende mantelzorg krijgen.

Vervangende mantelzorg

Zorgprofessionals of (gespecialiseerde) zorgvrijwilligers kunnen een mantelzorger tijdelijk ontlasten. Dit heet respijtzorg. Er zijn verschillende vormen van respijtzorg. Neem voor informatie en advies hierover, contact op met Sedna. Ook als u overbelast bent, kan Sedna u helpen.

Wmo vervoer

De chauffeurs van Taxi Dorenbos staan iedere dag voor u klaar om u veilig naar uw bestemming te brengen. Helaas zijn er door de coronacrisis minder chauffeurs en voertuigen beschikbaar. Hierdoor kan Taxi Dorenbos niet altijd rijden zoals u dat gewend was.

De chauffeurs doen alles wat ze kunnen, maar moeten het ook doen met de mogelijkheden die er zijn. Hierdoor komt het soms voor dat u met een ander vervoermiddel moet reizen of dat aan u gevraagd wordt om uw reistijden (indien mogelijk) aan te passen. Voor u als klant kan dat heel vervelend zijn. Toch vragen we hiervoor uw medewerking.

Veilig reizen

Om veilig te kunnen reizen met een Wmo-taxi, gelden de volgende maatregelen:

- Heeft u klachten die wijzen op een mogelijke besmetting met het coronavirus? U kunt dan niet reizen. De chauffeur kan u bij zichtbare klachten weigeren.
- U moet een mondkapje dragen.
- De vervoerstijden van de Wmo-taxi zijn (vanaf 1 juli) van 06.00 tot 01.00 uur.
- Betaling kan via automatische incasso/machtiging, (bij voorkeur gepaste) contante betaling en indien aanwezig (contactloze) betaling.
- Reserveer uw reis graag 24 uur van tevoren.
- Reis zoveel mogelijk buiten de spits (van 7.00 tot 9.00 uur en van 14.00 tot 16.00 uur).



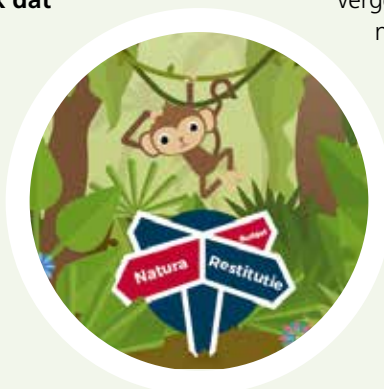
Het vervoer met Taxi Dorenbos is veilig en wordt uitgevoerd volgens de protocollen voor veilig zorg- en taxivervoer van het RIVM. Deze protocollen staan op de website: www.dvg.nl. De meest actuele informatie rondom vervoer staat op de site van Publiek Vervoer: www.publiekvervoer.nl.

Is uw zorgverzekering nog passend?

De gemeente Emmen vindt het belangrijk dat uw zorgverzekering past bij uw situatie. Dit noemen we een Zorgverzekering op Maat. Via www.poliswijzer.nl/emmen kunt u zorgverzekeringen vergelijken. Poliswijzer.nl ontwikkelde een speciale editie voor Emmen. Deze is door alle inwoners te gebruiken. De onafhankelijke vergelijker richt zich op zorgaanbieders in de regio Emmen.

Telefonische begeleiding

Inwoners met een inkomen tot 110% van de bijstandsnorm, bieden we hulp bij het invullen van de



vergelijker. Dit jaar kan dat in verband met de nieuwe coronamaatregelen helaas niet met een inlooppreekuur. In plaats daarvan is er een telefoonnummer dat inwoners kunnen bellen. Dit telefoonnummer is 050-211 14 55.

Overstappen

Wilt u nog overstappen? Als u voor 1 januari 2021 overstapt naar een andere zorgverzekering, dan zegt Poliswijzer uw oude zorgverzekering op.

Ook besparen op uw energierekening?

Hiervoor kunt u terecht bij www.gaslicht.com.

Deze Wmo nieuwsbrief is een uitgave van de gemeente Emmen.

De nieuwsbrief verschijnt 2 tot 3 maal per jaar en is bestemd voor cliënten met een Wmo-voorziening en andere geïnteresseerden.

Tekst
Eindredactie
Vormgeving

gemeente Emmen
team Communicatie, gemeente Emmen
team Communicatie, gemeente Emmen

Gemeente Emmen Postbus 30.001
7800 RA Emmen
Telefoonnummer: 14 0591
E-mail: gemeente@emmen.nl