



Mantelzorg nieuwsbrief oktober 2019

Beste mantelzorger,

U heeft zojuist de nieuwsbrief ontvangen voor de maanden oktober, november en december. Bij Welzijn Rijswijk staat deze maanden het thema 'Blijf in Beweging' centraal. Hierbij denken we vaak aan lichamelijke beweging, zoals sport, maar in beweging blijven is veel meer! Dit doe je ook door bijvoorbeeld je hersenen te trainen en nieuwe dingen te proberen om je horizon te verbreden. Op welke manieren blijft u in beweging?

Als mantelzorger is het belangrijk om in beweging te blijven. Het zorgen voor uw naaste(n) en uw eigen ontspanning moet zo goed mogelijk in balans zijn, zodat u het mantelzorgen goed kunt volhouden. In deze nieuwsbrief staan tal van dingen die u kunnen helpen om in beweging te blijven, wie weet zit er iets voor u tussen.

Als u vragen heeft over ons aanbod of over uw mantelzorgsituatie, neem dan contact op met één van de mantelzorgconsulenten via mantelzorg@welzijn-rijswijk.nl of 070-757 92 00.

Wij wensen u allen een prettige herfst en alvast fijne feestdagen toe!

Hartelijke groet,
de mantelzorgconsulenten van Welzijn Rijswijk



In deze nieuwsbrief:

- Agenda oktober, november december 2019
- Themabijeenkomst: ontmoet uw huis van de toekomst
- Voorstelling Rijswijks Jeugd Theater
- Dag van de Mantelzorg 2019
- Samenwerkingsproject: de Compaan
- Vegro: hulpmiddelen in huis
- Parkeervergunning voor mantelzorgers 2020
- Blog: Je zorgen maken vreet energie
- Cursus Mindfulness 2020
- Dagje Welzijn Najaar 2019
- Persoon Gebonden Budget

Heeft u tips, opmerkingen of ideeën voor onze nieuwsbrief? Laat het ons weten!



Lisette Elgershuizen, Manon van Oostenbrugge, Talitha Nobbe en Wallie van Yperen

Agenda oktober, november en december 2019

Muziekmiddagen

Een gezellig middagje uit voor mantelzorgers, samen met degene voor wie u zorgt, en voor senioren. Ontmoet, klets, dans en geniet! Niets moet, alles mag!

zaterdag 5 oktober
zaterdag 23 november
zaterdag 21 december - Kersteditie

Wijkcentrum Stervoorde
Dr. H.J. van Mooklaan 1, Rijswijk
14.00 tot 15.30 uur
Aanmelden niet nodig

Koffie inloop voor mantelzorgers

Gun uzelf even tijd om, onder het genot van een kopje koffie of thee, ervaringen of tips uit te wisselen met andere mantelzorgers.

Dinsdag 1, 15 & 29 oktober
Dinsdag 12 & 26 november
Dinsdag 10 & 24 december

Bibliotheek aan de Vliet
Generaal Eisenhowerplein 101, Rijswijk
10.00 tot 11.30 uur
Aanmelden niet nodig

GGZ-Gespreksgroep

Zorgt u voor iemand met GGZ-problematiek? Wilt u hierover praten en vind u het fijn om kennis en ervaringen te delen? Kom dan naar de GGZ-gespreksgroep.

Dinsdag 12 november

Wijkcentrum Het Oude Raadhuis,
Laan Hofrust 4, Rijswijk
Van 19.00 tot 20.30 uur
Aanmelden:
mantelzorg@welzijn-rijswijk.nl
of 070- 757 92 00

Alzheimercafé Rijswijk



Het Alzheimercafé is een ontmoetingsplek voor mensen met dementie, hun partners, familieleden, vrienden, vrijwilligers en overige geïnteresseerden.

Elke maand kunnen bezoekers in alle openheid met elkaar praten over een leven met dementie onder leiding van een deskundige gespreksleider. De bijeenkomsten starten meestal met inleiding door een deskundige of de vertoning van een film, waarna de bezoekers ideeën, informatie en ervaringen kunnen uitwisselen. Alzheimer Nederland heeft meer dan 220 Alzheimer Cafés en enkele Alzheimer Theehuizen, waar de voorlichting in het Turks of Marokkaans wordt gegeven.

In Wijkcentrum Stervoorde is iedere laatste dinsdag van de maand het Alzheimer Café Rijswijk (met uitzondering van juli, augustus en december). De zaal is open vanaf 19.00 uur, het programma start om 19.30 uur. De avond duurt tot ongeveer 21.00 uur.

29 oktober: 'Ik weet het niet meer'

Een persoon met dementie aan het woord:
Wat betekent het om te horen dat je dementie hebt?
Wat merk je zelf aan de signalen?
Wat verandert er in je leven en hoe ga je ermee om?

26 november: 'De dag door met dementie'

Hoe komt iemand met dementie de dag door?
Wat kan behulpzaam zijn?
Hoe kan de partner en/of mantelzorger daarbij ondersteunen?

12 oktober: Themabijeenkomst 'ontmoet uw huis van de toekomst'

Of u als senior nu een koop- of een huurhuis heeft, of u nu kleiner wil gaan wonen of dat de uw huidige woning niet meer voldoet aan wat u nodig heeft, het is nooit te vroeg om hier over na te denken. Bent u ,of iemand die u kent, op zoek naar een sociale huurwoning, maar weet u eigenlijk niet zo goed waar u terecht kunt, dan bent u tijdens deze bijeenkomst aan het juiste adres!

Tijdens deze bijeenkomst wordt uitleg gegeven over hoe u als senior sociale huurwoningen kunt zoeken via de website van Woonnet Haaglanden. Er wordt gestart met een presentatie, waarna u alle ruimte krijgt om vragen te stellen.

Kent u een senior waarvan u denkt dat verhuizen een positieve invloed zou kunnen hebben op zijn of haar leven, maar weet u niet goed hoe u het gesprek hierover aan moet gaan? Dan kunt u terecht bij de medewerker van My Futures. Zij is gespecialiseerd in hoe u het gesprek over de toekomst kunt aangaan.

Deze bijeenkomst wordt georganiseerd door de gemeente Rijswijk, Rijswijk Wonen, Woonnet Haaglanden/Sociale Verhuurders Haaglanden, de Bibliotheek aan de Vliet en Welzijn Rijswijk in samenwerking met My Futures

Wanneer: 12 oktober 2019

Start: 11.00 uur, inloop vanaf 10.30 uur

Waar: Wijkcentrum Stervoorde, Dr. H.J. van Mooklaan 1, Rijswijk

Voor meer informatie:

Telefoonnummer: 070-757 92 00

e-mailadres: seniorenadviseur@welzijn-rijswijk.nl



Kunt u ons de weg naar Hamelen vertellen, meneer?

In oktober kunt u in de Rijswijkse Schouwburg weer genieten van het Rijswijks Jeugd Theater. Ze zullen op 16, 17 en 24 november de musical 'Kunt u mij de weg naar Hamelen vertellen, meneer' opvoeren. Deze musical, geschreven door Harrie Geelen met muziek van Joop Stokkermans, is een moderne bewerking van de beroemde gelijknamige televisieserie uit 1972 die heel Nederland aan de buis gekluisterd hield.

De kinderen van het stadje Hamelen worden door de rattenvanger meegelokt naar een wonderlijk land, vol koninginnen, heksen, prinses, dwergen en rijksambtenaren. De liedjes, die velen nog bekend in de oren zullen klinken, worden begeleid door een live orkest. Kortom: een feest voor jong en ouder...

za 16 november - 19:00 uur

zo 17 november - 14:00 uur

zo 24 november - 14:00 uur

Entree €18,00

De Rijswijkse Schouwburg

Generaal Spoorlaan 10, 2283 GM Rijswijk

Telefoonnummer: 070 - 336 00 77

e-mailadres: info@rijswijkseschouwburg.nl

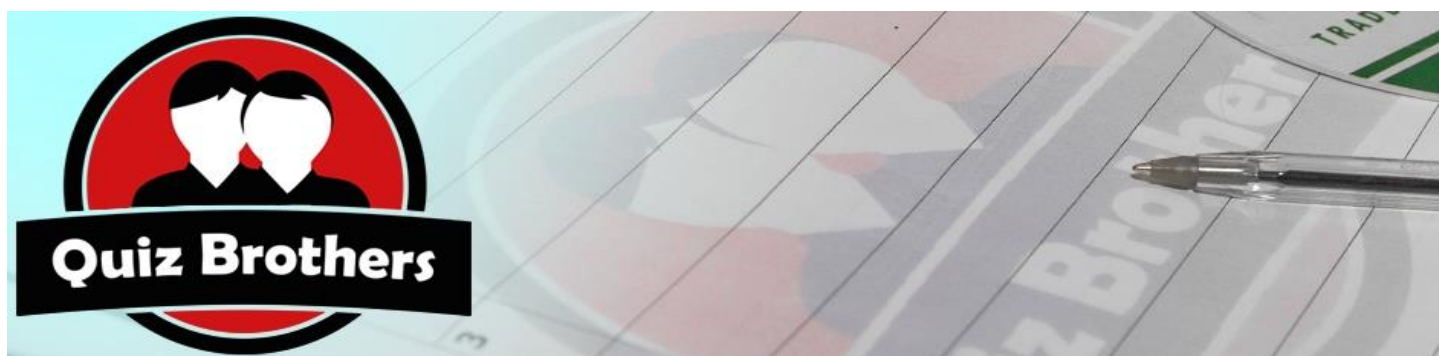


Dag van de Mantelzorg 2019

In het kader van de Dag van de Mantelzorg organiseren wij jaarlijks een gezellige middag om u te bedanken voor uw inzet en om u in het zonnetje te zetten. Dit jaar vieren wij de Dag van de Mantelzorg op zaterdag 9 november met een leuke pubquiz!

De pubquiz zal worden begeleid door de Quizbrothers. Deze drie broers organiseren al sinds 2014 pubquizen door heel Nederland. Door de persoonlijke benadering in combinatie met een goede dosis humor is het met de Quizbrothers altijd een feestje! Het doel is om alle deelnemers het naar de zin te maken. Er zijn meerdere rondes met verschillende onderwerpen en in welk team u ook zit, er is altijd wel iemand die het antwoord weet! Terwijl u in een gezellige sfeer uw hersens even goed laat kraken, kunt u ondertussen genieten van heerlijke luxe hapjes en drankjes en uiteraard van het gezellig samenzijn.

Komt u ook? Meld u aan via de folder, ook kunt u zich aanmelden via mantelzorg@welzijn-rijswijk.nl of 070-757 92 00



Welzijn Rijswijk start project met de Compaan, de seniorentablet!

Welzijn Rijswijk en Compaan zijn in opdracht van de Gemeente Rijswijk een samenwerkingsproject gestart. We bieden 50 zelfstandig wonende Rijswijkse senioren gratis een Compaantablet aan voor de duur van een half jaar. Na deze proefperiode is er de mogelijkheid om de Compaan over te kopen of terug te geven.

De Compaan is een tablet die speciaal is ontwikkeld voor senioren

Er zijn twee verschillende tablets waaruit gekozen kan worden. De Klassieke Compaan en de Compaan Connect. De Klassieke Compaan is gemaakt voor de deelnemer die geen ervaring heeft met tablets/smartphones of computers. De software op deze tablet is zo ontwikkeld dat je het niet kunt afsluiten, waardoor de tablet veilig is. Er kan bijvoorbeeld niet op verkeerde links worden geklikt. Ook zit er een stekker aan de tablet, zodat deze constant opgeladen is. De andere tablet, de Compaan Connect, is voor de deelnemer die op zoek is naar net wat meer gemak. Er kan gebruik gemaakt worden van de Compaan diensten, maar u kunt ook uw eigen Apps downloaden via de Compaan App-store.

Op beide tablets zijn er diverse mogelijkheden waaronder video-bellen, spelletjes spelen, nieuwsberichten lezen, foto's ontvangen en bekijken. Tevens is het mogelijk om iedere ochtend een pop-up te laten verschijnen waarop de deelnemer aangeeft hoe het met hem/haar gaat. Het antwoord kan worden verzonden naar de mantelzorger. Er is een speciaal portaal aanwezig voor de mantelzorgers. Hierop kan onderling worden gecommuniceerd in een veilige omgeving.



Kent u iemand die deze tablet zou kunnen gebruiken of wilt u meer informatie?

Neem dan gerust contact op met één van de projectleiders:

Lisette Elgershuizen: 06-16450177 of Marjolijne van Zuijlen: 06-55214019

Of kijk voor meer informatie op www.uwcompaan.nl

VEGRO: Hulpmiddelen voor thuis

Tegenwoordig blijven ouderen steeds langer thuis blijven wonen. Dat kan soms een uitdaging zijn. Wanneer u minder mobiel bent of u minder goed binnens- of buitenshuis kunt redden, biedt Vegro Expertisecentrum Hulpmiddelen een helpende hand.

Gratis thuisdemonstratie door de woonconsulent

Denkt u aan het kopen van een hulpmiddel dat uw zelfredzaamheid vergroot? Maar weet u niet zeker of een dergelijk hulpmiddel in uw huidige woonsituatie past? Maak dan een afspraak met de woonconsulent voor een gratis thuisdemonstratie. Door de demonstraties aan huis kunt u direct ondervinden hoe het is om een comfortfauteuil / sta-opstoel in huis te hebben of een ritje te maken op een scootmobiel. Natuurlijk krijgt u duidelijke uitleg en advies van de specialist.

De woonconsulent kan een demonstratie geven van onder andere de volgende hulpmiddelen: driewiel fietsen, rollators, rolstoelen, scootmobielen, sta-opstoelen, trippelstoelen, trapliften en tablets voor ouderen.

Voor meer informatie:

Telefoonnummer: 0900 - 2 88 77 66

website: www.vegro.nl



Al ruim 30 jaar expert in hulpmiddelen

Parkeervergunning voor mantelzorgers 2020

Op 1 januari 2020 gaan de nieuwe parkeervergunningen in Rijswijk in. Zo ook de 'Parkeervergunning Bewoners Mantelzorg'. Als u gebruikt maakt van deze parkeervergunning krijgt u normaliter van ons in december een nieuw bewijs van inschrijving toegestuurd. Deze zal u niet meer ontvangen.

De parkeervergunning kan sinds dit jaar vanaf half november 2019 worden verlengd bij de gemeente Rijswijk. U kunt de bestaande vergunning verlengen via het digitaal parkeerloket (<https://parkeren.rijswijk.nl>, inloggen met DigiD van de zorgvrager) of aan de balie van het stadhuis.

Wil u een kenteken van een nieuwe mantelzorg toevoegen aan een bestaande parkeervergunning? Dan heeft u wel een nieuw bewijs van inschrijving nodig. Mocht u geen mantelzorg meer zijn, wilt u ons dit dan zo spoedig mogelijk laten weten?

Maakt u (nog) geen gebruik van deze regeling?

Rijswijkse bewoners die in een betaald parkeergebied wonen en mantelzorg ontvangen, kunnen de Parkeervergunning Bewoners Mantelzorg aanvragen voor hun mantelzorgers bij de gemeente Rijswijk. Deze regeling is voor mantelzorgers die langer dan 3 maanden en meer dan 8 uur per week mantelzorg verlenen aan een naaste die in Rijswijk woont. Let op: de mantelzorg mag niet op hetzelfde adres als de zorgvrager. Om gebruik te maken van deze regeling moet de mantelzorg geregistreerd worden bij Mantelzorg Welzijn Rijswijk. Zij geven een 'Bewijs van inschrijving' als Mantelzorg af. Hiermee kan de bewoner de parkeervergunning aanvragen.

Per 'Parkeervergunning Bewoners Mantelzorg' kunnen maximaal 5 kentekens van mantelzorgers geregistreerd worden. De mantelzorgers kunnen gelijktijdig parkeren met deze vergunning. De vergunning is alleen geldig in het parkeergebied waarvoor deze is aangevraagd.

Meer informatie over deze regeling vindt u op de website van de gemeente Rijswijk:

<https://www.rijswijk.nl/inwoners/producten/parkeervergunning-bewoners-mantelzorg>



Blog: Zorgen maken vreet energie



Geschreven door Marie op 2 juli 2019.

Bij mantelzorg hebben we het meestal over HET zorgen voor iemand. Wassen, dragen, aankleden, geld, wonen, WMO, verzekeringen etc. Maar hoe zit het eigenlijk met DE zorgen? Verdriet, hoop, vrees - kortom, de emoties.

Mijn man heeft een progressieve ziekte, waar artsen geen prognose aan kunnen geven en waar je niet aan overlijdt. Pijn is de belangrijkste uiting van deze ziekte. Pijn die maar lastig te bestrijden is. Dus slikt hij busladingen aan medicijnen. Samen met de neuroloog probeert hij de juiste balans in pijnbestrijding te vinden. Dat betekent veel experimenteren. En bij elk experiment is er inmiddels een soort vast patroon.

Het begint altijd met hoop. We proberen niet te hopen, want zonder hoop ook geen teleurstelling. Maar je doet er niks aan, de hoop nestelt zich altijd in je.

Dan zijn er de bijwerkingen. Nieuwe medicatie heeft de eerste dagen altijd bijwerkingen. Mijn man is altijd vrolijk, maakt zich weinig zorgen over zichzelf en zijn ziekte en geniet met volle teugen van het leven, ondanks alles. Maar slikt hij nieuwe medicijnen, dan wordt hij moe, misselijk en soms ook neerslachtig. Met andere woorden: je begint met een nieuw medicijn en voelt je gewoon bagger terwijl je geen flauw idee hebt of het nu wel gaat werken.

Hoop op verbetering van de ziekte hebben we niet. Dus is alle hoop gericht op elk nieuw medicijn, elke nieuwe behandeling. En het vreet aan je. Die hoop. En die bijwerkingen. Ligt hij weer een paar dagen in bed zich heel naar te voelen. Hij heeft geen trek, dus ik breng hem bakjes yoghurt en kook voor mezelf en eet alleen. Het maakt me verdrietig. Elke keer weer. Het went nooit.

Afgelopen weken is hij met een nieuw medicijn begonnen. Iets nieuws ontdekt, yes! Hoop! Het werkt bij ongeveer 25% van de patiënten.

De eerste week voelde hij zich vreselijk slecht. Intussen bleek ook dat de neurostimulator die in zijn rug is ingebouwd gereviseerd moest worden. Dus dat betekende een operatie. Dus nu ligt hij weer in bed, bij te komen van de narcose en de wond. En is hij begonnen met een verhoging van de nieuwe medicijnen. Dus weer bijwerkingen. Hoop. En tot nu toe eigenlijk alleen maar teleurstellingen. Niks werkt echt goed. De pijn blijft. De rolstoel blijft. De moeheid blijft.

We zijn gelukkig, genieten van het leven. Van de zon op de bladeren, van de vogels in de tuin, van een goed glas wijn en een mooi gesprek. Maar soms realiseer ik me: met heel kleine stapjes wordt het steeds wat slechter. En met heel kleine hapjes eet de ziekte aan ons leven. Aan wat er kan, hoe ver, hoe lang. Welke dromen zijn realistisch, wat moeten we opgeven, waar houden we onnozel lang aan vast of wat moeten we juist harder proberen.

En wat doet die ziekte stilletjes in dat lichaam? En wat doen al die medicijnen? En wat is te verdragen voor hem? Het zijn vragen die ik me zo vaak stel dat ik het niet eens meer door heb. Ik maak me zorgen. Meer dan nodig, maar ik kan het niet uit zetten. Overall waar ik ben, bij alles wat ik doe, denkt altijd een deel van mij aan hem. Of het op dat moment goed met hem gaat. Of het goed blijft gaan. Of de dingen die we in de toekomst plannen, wel realistisch zijn. Mag ik toekomstplannen maken? Ik blijf het doen. Als we een plan waarmaken, geeft dat enorm veel voldoening, dat wel! Dus we gaan door. Maar ik hoop echt dat ik kan leren me minder zorgen te maken. Want dat vreet energie. (Bron: Mantelzorg NL)



Cursus Mindfulness 2020

In februari 2020 start er weer een cursus Mindfulness voor mantelzorgers.

Als mantelzorgers bent u vaak druk bezig met het zorg bieden aan een ander, er is dan weinig ruimte en tijd voor uzelf. Regelmatig een moment van rust nemen en aandacht geven aan uzelf is van groot belang om het zorgen vol te kunnen houden. Daar kan mindfulness u goed bij helpen!

Mindfulness vergroot uw zelfinzicht. Leven met aandacht maakt u meer bewust, het helpt u te ontspannen, het geeft energie en bevordert uw gezondheid. Onderzoeken wijzen uit dat mindfulness effectief is bij klachten ten gevolge van stress.

De cursus leert u om zich niet mee te laten slepen door onrustige gedachten en spanningsvolle situaties.

Op woensdagmiddag 29 januari is er om 13.30 uur een introductiebijeenkomst in Wijkcentrum Stervoorde voor alle aanmeldingen en belangstellenden. Daarin wordt gericht uitleg gegeven over Mindfulness en kunt u aan de hand van enkele oefeningen ervaren of het bij u past.

Cursusleidster: Joke van Marrewijk
www.jokevanmarrewijk.nl

Wanneer?

Woensdagmiddagen van 13.30 tot 15.30 uur

Cursusdata:

5 februari
12 februari
26 februari
4 maart
11 maart
18 maart
en 25 maart



Locatie:

Wijkcentrum Stervoorde
Dr. H.J. van Mooklaan 1, 2286 BA Rijswijk
Sportzaal

Kosten:

€25,00 per persoon

Aanmelden:

mantelzorg@welzijn-rijswijk.nl of 070-757 92 00.
Voor vragen over de cursus kunt u bellen met een van de mantelzorgconsulenten.

Er zijn 14 plaatsen beschikbaar, VOL = VOL

Dagje Welzijn: editie najaar 2019

In de zomer vonden er allerlei activiteiten voor senioren plaats onder de nieuwe naam: Dagje Welzijn. Het was weer een groot succes! Mede hierdoor is besloten om ook in het najaar een aantal activiteiten te organiseren. Er worden in de maanden november en december vijf activiteiten georganiseerd.

De Country & Christmas Fair in Haarzuilens en het Kerstcircuit in Ahoy Rotterdam staan onder meer op de agenda. Haal de brochure vanaf begin oktober op in wijkcentra Stervoorde en Het Oude Raadhuis. Wees er snel bij, want vol = vol!

Heeft u als eens deelgenomen aan een activiteit van Dagje Welzijn? Dan krijgt u de brochure toegestuurd.

Voor meer informatie:

Telefoonnummer: 070 - 757 92 00

e-mailadres: dagjewelzijn@welzijn-rijswijk.nl



Dagje Welzijn



Persoons Gebonden Budget(PGB)

Wilt u zelf bepalen van wie u zorg krijgt? En ook waar en wanneer? Dat kan met een persoonsgebonden budget (pgb). Hoe u een pgb aanvraagt hangt af van de regeling waar u onder valt.



Rijksoverheid

Zorg in natura of persoonsgebonden budget

Een persoonsgebonden budget (pgb) is een geldbedrag waarmee u zelf zorg of hulp inkoopt. U kunt dan kiezen welke zorg u krijgt en van wie. Wilt u geen pgb? Dan krijgt u zorg in natura: uw gemeente, zorgkantoor of zorgverzekeraar kiest een zorgaanbieder voor u. U hoeft zelf weinig meer te regelen.

Voor zorg in natura zijn vaak contracten afgesloten met zorgaanbieders. Met een pgb kunt u bijvoorbeeld zelf mensen inhuren voor thuiszorg. De zorg moet wel voldoen aan voorwaarden. De Sociale Verzekeringsbank (SVB) houdt bij wat u betaalt aan de zorgaanbieder(s). U moet alleen wel oppassen dat u niet over uw budget heen gaat.

Hoe vind ik het juiste pgb?

Er zijn 4 soorten pgb's. Waar u moet zijn, hangt af van de zorg die u nodig heeft. Voor het aanvragen van een pgb heeft u een indicatie nodig voor zorg of ondersteuning.

Pgb voor de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

Voor ondersteuning bij het huishouden en begeleiding in het dagelijks leven (ook dagbesteding en logeeropvang). Heeft u een indicatie voor de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)? Dan kunt u zelf bepalen wie u - of uw kind - verzorgt met een persoonsgebonden budget (pgb). U vraagt een pgb voor Wmo aan bij uw gemeente. Uw gemeente bekijkt welke hulp u nodig heeft. En beoordeelt of u de hulp zelf kunt inkopen met een Wmo-budget.

Pgb voor de Wet langdurige zorg (Wlz)

Voor langdurige en intensieve zorg thuis. Heeft u een indicatie voor de Wet langdurige zorg (Wlz)? Dan kunt u zelf bepalen wie u - of uw kind - verzorgt met een persoonsgebonden budget (pgb). U vraagt een pgb Wlz aan bij het zorgkantoor. In elke regio is één zorgkantoor. Uw zorgverzekeraar weet bij welk zorgkantoor u moet zijn.

Pgb voor wijkverpleging (zorg uit Zvw)

Heeft u een indicatie voor wijkverpleging of verpleging en verzorging voor jeugd? Dan kunt u zelf bepalen wie u - of uw kind - verzorgt met een persoonsgebonden budget (pgb). U vraagt dit aan bij uw zorgverzekeraar.

Hoe regel ik zorg met mijn pgb?

Voldoet u aan de voorwaarden? Dan stuurt de gemeente, het zorgkantoor of de zorgverzekeraar u een toekenningsbeschikking of een toekenningsbericht. Hierin staat dat u een pgb krijgt. En hoe hoog uw budget is. U maakt afspraken met 1 of meer zorgverleners over de zorg die u nodig heeft. Deze afspraken legt u vast in een zorgovereenkomst. De SVB heeft verplichte zorgovereenkomsten (SVB.nl). Dit zijn contracten die u moet gebruiken. U dient de rekeningen in bij de SVB of bij uw zorgverzekering. De SVB beheert uw budget voor de Wmo, Jeugdwet en de Wlz en betaalt in uw opdracht uw zorgverleners. Heeft u een pgb van de zorgverzekering? Dan kunt u de salarisadministratie ook uitbesteden aan de SVB. Maar dat hoeft niet.

Hoe eindigt mijn pgb?

Wilt u uw persoonsgebonden budget (pgb) stoppen? Neem dan contact op met de organisatie van wie u uw pgb krijgt. Heeft u uw pgb stopgezet? Dan moet u ook de zorgovereenkomst met uw zorgverlener(s) stoppen. Dit moet u schriftelijk doen. Ook moet u dit via een wijzigingsformulier aan de SVB doorgeven. Houd hierbij rekening met een opzegtermijn. Uw gemeente, zorgkantoor of zorgverzekeraar kan uw pgb ook stoppen. Ook als u dat niet wilt. Bijvoorbeeld als u niet meer aan de voorwaarden voldoet. Of als u zich niet aan de regels houdt. (Bron:Rijksoverheid)