

WEGWIJZER MANTELZORG

WESTERVOORT

Zorgt u langdurig en onbetaald voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende persoon uit uw omgeving?
Dan bent u een van de 4 miljoen mantelzorgers die Nederland rijk is.

De Wegwijzer Mantelzorg biedt antwoorden op vragen die kunnen spelen bij mantelzorgers. De wegwijzer wijst u de weg naar organisaties of informatiebronnen die u verder kunnen helpen. Daarnaast krijgt u een beeld van wat er allemaal is op het gebied van mantelzorg.

ONDERSTEUNING, ADVIES EN INFORMATIE

SERVICEPUNT MANTELZORG

Het servicepunt Mantelzorg draagt zorg voor ondersteuning aan mantelzorgers van alle leeftijden en in verschillende situaties. Het ondersteunt bij het creëren van een situatie waarin mantelzorgers zo lang mogelijk hulp kunnen bieden zonder overbelast te raken. De diensten zijn zowel gericht op individuele mantelzorgers als op verenigingen, scholen, werkgevers, leerlingen en medewerkers die thuis intensief zorgen voor een naaste en daarbij in de knel komen.

T 0316-282032 (09.00-12.30)

E dienstencentrum@mikado-welzijn.nl

www.mikado-welzijn.nl/onzediensten/servicepunt-mantelzorg

HET GOED VOOR ELKAAR TEAM WESTERVOORT

Het Goed Voor Elkaar Team Westervoort is het aanspreekpunt voor alle vragen op het gebied van zorg, ondersteuning, opvoeding, jeugd en werk.

Zij ondersteunen u bij uw hulpvraag zodat u zo zelfstandig mogelijk kunt wonen en kunt blijven meedoen in de maatschappij. Neem bij vragen over bijvoorbeeld het aanpassen van uw woning, hulp bij het huishouden, het aanvragen van een rolstoel of vervoer op maat contact op met het team. Maar ook als u zich neerslachtig voelt of advies wilt bij opvoedvragen kunt u contact opnemen met het Goed Voor Elkaar Team Westervoort.

T 026-3179911

E goedvoorelkaar@westervoort.nl

Bezoekadres:

Kulturhuis De Nieuwhof, Rivierweg 1 Westervoort

Neem ook een kijkje op de website

www.goedvoorelkaardeliemers.nl voor meer informatie, maar ook voor nieuws en een overzicht van de activiteiten.

THUISZORGORGANISATIES

Veel Thuiszorgorganisaties bieden advies en ondersteuning aan voor de mantelzorgers van cliënten waarvoor zij actief zijn. Heeft u hulp van een thuiszorg organisatie? Dan is het de moeite waard om ook te informeren naar wat ze voor u als mantelzorger kunnen betekenen.

HET DIENSTENCENTRUM

Als mantelzorger kunt u misschien wel wat (praktische) hulp gebruiken. Wanneer u in uw eigen kennissenkring of buurt geen hulp kunt vinden, kunt u gebruik maken van vrijwilligersdiensten. Neem dan contact op met het Dienstencentrum.

In het Dienstencentrum werken vrijwilligersorganisaties uit Westervoort en Duiven samen.

Bij het Dienstencentrum zijn veel vrijwilligers actief. Ze denken met u mee en wijzen u de weg. U kunt bij hen terecht voor mantelzorgondersteuning, vervoer, thuisadministratie (inzicht geven en ordenen), samen koken, klusje in en om het huis, coaching voor jongeren, opvoedondersteuning, er-op-uit etc.

Ook wanneer u aan een activiteit wil meedoen of gezelschap zoekt kunt u contact opnemen met het Dienstencentrum. Het telefoonteam van het Dienstencentrum is ondergebracht bij Mikado Welzijn, Huis van Droo, Fuutstraat 50 Duiven.

U kunt elke werkdag met al uw vragen terecht bij het Dienstencentrum (09.00-12.30)

T 0316-282032

E dienstencentrum@mikado-welzijn.nl

www.mikado-welzijn.nl/onzediensten/dienstencentrum/

MANTELZORGMAKELAARS

Mantelzorgmakelaars kunnen mantelzorgers veel regeltaken uit handen nemen, bijvoorbeeld bij het aanvragen van PGB, hulpmiddelen, WMO voorzieningen of het invullen van formulieren.

Zorgverzekeraars vergoeden soms een deel van de kosten die een mantelzorgmakelaar in rekening brengt. Een overzicht van gecertificeerde mantelzorgmakelaars is te vinden op www.bmzm.nl



WEGWIJZER MANTELZORG

MEZZO, DE LANDELIJKE VERENIGING VOOR MANTELZORGERS EN VRIJWILLIGERSZORG

Mezzo is er voor vragen van mantelzorgers. De Mantelzorglijn van Mezzo geeft informatie, biedt een luisterend oor en heeft veel praktisch voorlichtingsmateriaal o.a. het Financieel zakboekje: de financiële regels op een rij!

Op de website van Mezzo vindt u een vergelijkingsoverzicht van zorgverzekeraars en de vergoedingen waarvoor mantelzorgers in aanmerking kunnen komen.

Het vergelijkingsoverzicht is opgesteld door de consumentenbond.

Contactgegevens Mezzo

T 0900 2020496 (09.00-13.00)

E mantelzorglijn@mezzo.nl

W www.mezzo.nl

TIJD VOOR JEZELF

RESPIJTZORG

Respijtzorg is de tijdelijke en volledige overname van zorg met als doel de mantelzorger een adempauze te geven. Mantelzorgers houden het namelijk langer vol als zij af en toe de zorg uit handen geven en zelf nieuwe energie op doen.

Respijtzorg thuis:

Om de mantelzorger te ontlasten, houden de vrijwilligers van de Bezoek en Opvang Service (BOS), de zorgvrager (partner, vader, moeder, of kind) thuis gezelschap. Hierdoor krijgt de mantelzorger de mogelijkheid om iets voor zichzelf te doen.

BOS (via het Dienstencentrum)

T 0316-282032 (09.00-12.30)

E <mailto:dienstencentrum@mikado.nl>

Respijtzorg buitenhuis:

De zorgvrager kan gebruik maken van een zorghotel of zorgboerderij, logeerkamer, gastgezin, aangepast vakantieverblijf, dagopvang, tijdelijke opname in verpleeghuis, dag- of nachtopvang in zorgcentrum, ontmoetingscentrum voor mensen met dementie, kinderdagcentrum etc.

Ook dit kan de mantelzorger ontlasten.

Informatie over het overdragen van mantelzorgtaken, zorgaanbieders en financiering vindt u op

www.respijtwijzer.nl.

LOTGENOTENCONTACT

Door het jaar heen worden verschillende activiteiten voor mantelzorgers georganiseerd. Naast ontspanning staat ook het met elkaar in gesprek gaan centraal. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met het Dienstencentrum.

T 0316-282032 (09.00-12.30)

E dienstencentrum@mikado-welzijn.nl

WAARDERING

DAG VAN DE MANTELZORG

Door het hele land heen worden op de jaarlijkse Dag van de Mantelzorg activiteiten georganiseerd om mantelzorgers in het zonnetje te zetten.

Ook in Westervoort vieren we deze dag .

Meer informatie www.mikado-welzijn.nl/onzeDiensten/servicepunt-mantelzorg/

MANTELZORGCOMPLIMENT

Elke gemeente heeft een budget beschikbaar waarmee ze mantelzorgers een blijk van waardering geven. Dat kan bijvoorbeeld een financiële tegemoetkoming zijn of een mantelzorgpas die korting geeft. Als degene waarvoor u zorgt in Westervoort woont kunt u in de periode september/december deze waardering bij de gemeente Westervoort aanvragen. Meer informatie is in deze periode terug te vinden op www.westervoort.nl

ONLINE ONDERSTEUNING

HANDIGE WEBSITES

Er zijn diverse websites die ondersteuning en informatie bieden.

www.regelhulp.nl

Regelhulp is een digitale wegwijzer van de overheid voor iedereen die op zoek is naar zorg of ondersteuning. Het bevat informatie op het gebied van zorg, welzijn, opvoeden en opgroeien en sociale zekerheid.

www.mirro.nl

Als mantelzorger loopt u een verhoogd risico op overbelasting. Deze website biedt u handvatten tegen overbelasting. Ook ter preventie als u zelf aan de slag wilt.

www.mantelzorgpower.nl

Dit platform ondersteunt werkende mantelzorgers met informatie en inspiratie, herkenning en erkenning. Maar ook met tips en oefeningen waarmee u zelf aan de slag kunt gaan. Mantelzorg is zorgen voor een ander maar zorg ook goed voor uzelf.

www.rechtspraak.nl

soms is het nodig om een bewindvoerder en/of mentor aan te stellen. Op deze website vindt u hierover meer informatie.

Alle activiteiten en documenten vallend onder 1^e hulp bij mantelzorg zijn een initiatief van Mikado Welzijn

1e hulp bij
mantelzorg