

# MANTELZORGGIDS

Mantelzorgondersteuning  
in de gemeente Elburg



Deze mantelzorggids is sinds 2015 steeds in ontwikkeling geweest. Elk jaar hopen we een betere gids te kunnen presenteren. Deze gids is gemaakt in samenwerking met mantelzorgers, vrijwilligers, gemeente en zorgaanbieders. In deze gids gebruiken we je, jij en hij voor mantelzorgers, omdat dit de leesbaarheid vergroot.

De gids van 2022/2023, geeft meer aandacht aan het proces van mantelzorger zijn en wat dat betekent. Een schets van het leven van de mantelzorger. Aanpassingen die mantelzorgers in het leven hebben moeten maken door de situatie en acceptatie daarvan. De drempels om uiteindelijk om hulp te vragen als dit al gebeurt. Zelfzorg, zodat je de zorg om de ander kunt volhouden.

Het eerste deel gaat voornamelijk over deze onderwerpen.

In het tweede deel wordt uitgelegd wat respijtzorg is. Er is een overzicht te vinden met de vormen van respijtzorg die in Elburg, maar ook in de regio te vinden zijn. Van een gezellige ontmoetingsactiviteit voor mensen met een beperking, tot logeerszorg voor mensen met beginnende dementie.

Dit overzicht is samengesteld op basis van gegevens en omstandigheden, zoals ze eind oktober 2022 bekend waren of verwacht werden. Met name de situatie rondom het coronavirus en maatregelen hieromtrent kunnen sterk van invloed zijn op het aanbod of de uitvoering van de zorg- en hulpverlening. Het is daarom raadzaam om contact op te nemen met de desbetreffende organisatie om te informeren naar de actuele stand van zaken.

Deze gids is samengesteld door het Steunpunt Mantelzorg van Stichting WIEL.

Heb je vragen of opmerkingen over de inhoud?

Neem gerust contact op met Stichting WIEL: 0525- 681 212  
mantelzorg@wiel.nl | info@wiel.nl

# INHOUDSOPGAVE

## ALGEMENE INFORMATIE VOOR MANTELZORGERS

WIE IS DE MANTELZORGER? 4

ONDERSTEUNING VOOR DE MANTELZORGER 6

WAAROM DEZE HANDREIKING? 6

TIPS VOOR HET OVERDRAGEN VAN DE ZORG 6

REGELINGEN VOOR MANTELZORGERS 7

ZO VOORKOM JE OVERBELASTING 8

ONDERSTEUNING 10

VOORZIENINGEN ZONDER INDICATIE 13

VRIJWILLIGERSONDERSTEUNING 17

FORMELE ZORG 20

THUIZORG EN ZORG OP LOCATIE 22

ZORG VOOR KWETSBARE INWONERS 24

INTERESSANTE WEBSITES 26

# WIE IS DE MANTELZORGER?

## De identiteit van de mantelzorger

Een mantelzorger is iemand die zorgt voor een naaste met een chronische ziekte, beperking of verslaving. Deze zorg ontstaat door de persoonlijke relatie met deze naaste. Niet vanuit vrijwilligerswerk of een betaalde baan. Een mantelzorger kiest er niet perse voor om mantelzorger te worden, meestal overkomt het je gewoon. Je moeder krijgt dementie. Je vader heeft depressies. Je kind heeft autisme. Ook kinderen kunnen mantelzorger zijn. Zij zorgen misschien niet letterlijk voor een naaste, maar hebben zorgen om een naaste, of komen soms zelf zorg tekort. Bijvoorbeeld omdat een broer met ADHD veel aandacht vraagt van iedereen en de jonge mantelzorger loyaal aan ouders, niet lastig wil zijn en zichzelf wegcijfert.

Dan ben je dus mantelzorger. Wat betekent dit eigenlijk? Mantelzorger zijn is niet zoïets als een diagnose. Er is geen officieel formulier waarop staat dat je mantelzorger bent. Als je zorgt voor iemand die in Elburg woont, kun je je wel inschrijven bij Stichting WIEL als mantelzorger. Dan krijg je geregeld nieuwtjes uit Elburg, uitnodigingen voor activiteiten en je komt misschien in aanmerking voor de mantelzorgwaardering. Maar het is geen officiële status. Het woord "mantelzorger" gebruiken voor jezelf, zorgt er misschien wel voor dat je je meer bewust bent van je situatie. Op een positieve manier. Je bent een mantelzorger. Je zorgt vanuit liefde voor een naaste. Dit is soms moeilijk, maar vaak ook fijn en liefdevol. Door een naam te geven aan de rol die je hebt, krijgt het meer betekenis. Dat is niet iets om je voor te schamen, maar iets om voor uit te komen.

## Acceptatie

Soms is er een duidelijk begin van de mantelzorg te benoemen, bijvoorbeeld bij een ongeluk waarna een vader in een rolstoel zit. Soms is er sprake van een onduidelijk begin, bijvoorbeeld bij ouderdom en beginnende dementie. En het klinkt misschien een beetje zwaar, maar rouw maakt ook deel uit van mantelzorgers zijn. Want vaak heb je toekomstplannen, of een algemeen beeld van jezelf, de toekomst, samen met die ander. Plannen om je oude dag samen fietsend door te brengen. Onafhankelijk zijn van anderen. Het beeld van je kind die zelfstandig woont, werkt en leeft. Als dit toekomstbeeld niet uit kan komen, is dat verdrietig. Of het nu in één klap is gebeurd, of geleidelijk, de realisatie van het verlies van dat toekomstbeeld, komt een keer. Ook dit gegeven maakt mantelzorg zo zwaar: Het accepteren van een leven dat je je anders had voorgesteld.

## Zorgen voor je naaste is vanzelfsprekend én speciaal

In voor- en tegenspoed ben je getrouwd. Je hebt geloften en beloften gedaan en je houdt je eraan. Voor je kind zorgen, is niet meer dan logisch, ook al is er soms wel meer zorg nodig dan bij andere kinderen. Naastenliefde maakt het heel vanzelfsprekend om voor de ander te zorgen. Deze relatie maakt de mantelzorger oersterk en tegelijkertijd kwetsbaar. Hoe zit dat?

De relatie met elkaar zorgt ervoor dat je door het vuur gaat voor de ander. Dit betekent ook dat je soms te ver gaat in de zorg voor de ander en dit zo lang doet, dat het niet houdbaar is. Je houdt je sterk,

omdat dat moet. Als je de relatie met de ander niet perse wilt verbreken, blijf je in contact en automatisch zorg je dan voor de ander. Als je vanuit je belofte en levensvisie vindt dat jij de enige bent die voor je naaste moet zorgen, als je naaste vindt dat jij de enige bent die kan zorgen, dan wordt je beperkt in de keuzes die je kunt maken. Ben jij echt de enige, of zijn er meer mogelijkheden? En wat gebeurt er als je wegvalt? Wie zorgt er dan voor je naaste? Al zou je maar je enkel verstuiken, hoe moet het dan met de zorg?

## Zelfzorg voor de mantelzorger

Als je goed zorgt voor jezelf, kun je beter zorgen voor de ander. Je kunt meer aan, bent stressbestendiger en je bent ook vrolijker voor degene voor wie je zorgt. Dus behalve dat het zoeken naar ondersteuning heel praktisch van aard kan zijn, is het ook een mogelijkheid om ruimte te maken voor zelfzorg. Een wandeling met een vriend, een dagje op familiebezoek of de vaste avond naar je koor. Deze momenten maken onderdeel uit van zelfzorg en zijn broodnodig. Om dit te organiseren is er ondersteuning nodig. Daar gaat deze gids over. In deel 2 kun je meer lezen over de mogelijkheden voor ondersteuning in Elburg.

## ONDERSTEUNING VOOR DE MANTELZORGER

Je kunt alleen goed voor een ander zorgen als je ook goed voor jezelf zorgt. Even ontspannen en tijd voor jezelf is daarbij belangrijk. Dit kan een uurtje sporten, een avondje voor jezelf maar ook bijvoorbeeld dagbesteding of logeeropvang voor degenen voor wie je zorgt zijn. Dit wordt ook wel respijt of respijtzorg genoemd. Delen van de zorg begint met het bespreekbaar maken.

Respijtzorg is een tijdelijke overname van mantelzorgtaken, zo heeft de mantelzorgertijd om andere dingen te doen. Deze zorg kan overgenomen worden door beroepskrachten of vrijwilligers. Je kunt de zorg thuis ontvangen, maar ook buitenshuis. Thuis bestaat de zorg bijvoorbeeld uit het spelen met een gehandicapt kind of het gezelschap houden van iemand met dementie. Vindt de zorg buitenshuis plaats, dan gaat degene voor wie je zorgt bijvoorbeeld naar een opvang- of logeerverzorging.

Welke zorg je kiest hangt af van je wensen en de wensen van degene voor wie je zorgt. Voor bepaalde vormen van zorg zijn indicaties mogelijk en soms vergoedt de zorgverzekeraar ook een aantal uur opvang.

## WAAROM DEZE HANDREIKING?

Veel mantelzorgers maken nog geen gebruik van respijtzorgvoorzieningen die in de gemeente (vaak kosteloos) worden aangeboden. Mantelzorgers kunnen wel de behoefte hebben aan respijtzorgvoorzieningen, maar weten niet goed wat organisaties hen te bieden hebben.

Deze handreiking "Mantelzorggids Elburg", is gemaakt om je op een compacte manier inzicht te geven in de respijtzorgmogelijkheden in de gemeente Elburg.

## TIPS VOOR HET OVERDRAGEN VAN DE ZORG

**Draag je als mantelzorgert de zorg tijdelijk over aan een ander? Dan spelen er mogelijk vragen door je hoofd als 'zal het wel goed gaan?' of 'wat moet ik allemaal regelen?'**

**Hieronder vind je tips die bij de overdracht kunnen helpen.**

### **Verzamel en geef tips**

Terwijl je voor je naaste zorgt, bedenken je waarschijnlijk veel dingen die voor de vervanger belangrijk zijn om te weten. Bijvoorbeeld over de verzorging of het eten. Schrijf deze tips op zodra je eraan denkt en geef ze door aan de vervanger.

### **Ga van te voren kijken**

Gaat je naaste naar een locatie buitenshuis? Neem dan van te voren samen een kijkje bij deze voorziening. Als je je er concreet iets bij kunt voorstellen, wordt het gemakkelijker om je erop voor te bereiden.

### **Laat weten wat je zoekt**

Ga in gesprek met de organisatie waar je de vervangende zorg aanvraagt. Geef duidelijk aan wat de situatie van je naaste is en welke zorg en ondersteuning er nodig is. De organisatie kan dan gericht zoeken naar de persoon of instelling die het beste bij je naaste past.

### **Wat als degene voor wie je zorgt niet wil?**

Het kan lastig zijn om je naaste ervan te overtuigen dat je even tijd voor jezelf nodig hebt. Jouw zorg is immers heel vertrouwd. Maar tijd voor jezelf is uiteindelijk ook goed voor beiden, omdat je zo nieuwe energie opdoet. Laat eventueel een familielid, vriend of huisarts met je naaste praten. Bemiddeling door iemand die je beiden vertrouwt, werkt in veel gevallen goed.

# REGELINGEN VOOR MANTELZORGERS

## De vijf belangrijkste regelingen voor mantelzorgers

Als mantelzorgers kun je op  
verschillende manieren  
ondersteuning krijgen:

### 1. Financiële regelingen

Een aantal verzekeraars vergoedt vanuit de aanvullende verzekering de kosten van vervangende mantelzorg, een mantelzorgcursus of een mantelzorgmakelaar. Zorgkosten die je maakt voor bijvoorbeeld je partner, kind of ouders mag je aftrekken van de belasting.

### 2. Ondersteuning vanuit Wmo

Met behulp van de Wet maatschappelijke ondersteuning kunt je verschillende mantelzorgtaken uit handen geven aan iemand anders. Via de Wmo kun je bijvoorbeeld een boodschappenservice of huishoudelijke hulp regelen voor je naaste. Maar ook vervangende mantelzorg, als je met vakantie wilt of meer tijd voor jezelf nodig hebt. Hulp vanuit de Wmo vraag je in Elburg aan bij het Sociaal en Financieel Trefpunt. Kijk bij het kopje "Ondersteuning".

### 3. Ondersteuning vanuit WLZ

Heeft degene die je verzorgt, blijvend 24 uur per dag zorg of toezicht nodig? Of lijkt het je beter dat je dementerende vader of moeder verhuist naar een zorginstelling? Dan kun je bij het Centrum indicatiestelling zorg (CIZ) langdurige zorg aanvragen vanuit de WLZ.

### 4. Verlofregelingen

Als je een betaalde baan hebt, kunt je bijzonder verlof opnemen om mantelzorgwerk te doen. Er zijn 3 mogelijkheden:

- Calamiteitenverlof: als je plotseling vrij moet nemen vanwege een dringende situatie thuis.
- Kortdurend zorgverlof: betaald verlof om korte tijd voor iemand te zorgen. Bijvoorbeeld als je vader na een operatie thuis wat extra hulp nodig heeft.
- Langdurend zorgverlof: onbetaald verlof om langere tijd voor iemand te zorgen, bijvoorbeeld een zieke partner.

# ZO VOORKOM JE OVERBELASTING

Hoe verlies je jezelf niet in de zorg voor een ander? Je voorkomt dat je overbelast raakt door goed voor jezelf te zorgen en tijd vrij te maken. Hoe doe je dat?

## Zes tips om overbelasting te voorkomen

### 1. Deel je zorgen

Als je taken uitbesteedt, houd je tijd over voor jezelf. En voorkom je dat het voelt alsof je er helemaal alleen voor staat. Je kunt hulp vragen aan familieleden, vrienden of andere bekenden. Voel je je eenzaam, dan kan contact met andere mantelzorgers helpen. Zij begrijpen je situatie en geven je steun en praktische tips. Lotgenoten bij je in de buurt vind je onder andere via het Steunpunt Mantelzorg van WIEL.

### 2. Durf hulp te vragen

Een beroep doen op een ander is lastig. Omdat je dan moet toegeven dat je het niet alleen redt en anderen zien hoe je je echt voelt. Omdat je niemand tot last wilt zijn of bang bent dat mensen die je helpen iets terug verwachten. Maar meestal zijn mensen juist blij als ze iets kunnen doen. Laat je omgeving weten dat je hulp nodig hebt.

### 3. Sta stil bij hoe je de zorg ervaart

Het is goed om zo nu en dan stil te staan bij je situatie. Door erover te praten met iemand die je vertrouwt. Of door op te schrijven hoe je je zorgtaken ervaart. Zet op een rij wat je goed vindt gaan en welke problemen je tegenkomt. Bijvoorbeeld: 'Ik ben blij dat ik wat terug kan doen' maar 'Ik moet altijd sterk zijn en doorzetten en moet er helemaal voor de ander zijn'. Door jouw situatie rustig en bewust te overdenken, krijg je inzicht in hoe je je voelt. En of de zorg te zwaar voor je wordt.

### 4. Werk samen met zorgprofessionals

In de zorg voor een ander werk je samen met professionele zorgverleners. Van de thuiszorg, het ziekenhuis of een andere instelling. Goed afstemmen wie wat doet en hoe je elkaar kunt aanvullen, verlicht de zorg. Vraag om informatie als je iets niet weet of kan. En vertel zorgverleners wat zij moeten weten over jouw naaste.



*Tip: Vraag of gemaakte afspraken vastgelegd kunnen worden in een zorgplan. Zo is en blijft duidelijk welke zorg de professionals geven en wat jouw taken zijn.*

## 5. Bewaak je grenzen

De druk op jou als mantelzorger kan in de loop van de tijd groeien doordat de zorg zich beetje bij beetje uitbreidt. Je kunt dan zonder het door te hebben over jouw grens gaan. Jouw persoonlijke grenzen kennen en bewaken is belangrijk. Sta stil bij wat je wel en niet prettig vindt en hoever je wilt gaan in de zorg voor jouw naaste. Geef aan als iets of iemand jouw grens voorbij gaat. 'Nee' zeggen mag. Jouw normen en waarden doen ertoe en je hebt recht op respect van je naaste.

Jouw grenzen kunnen op verschillende manieren overschreden worden:

- Psychisch: je naaste vraagt te veel van je en manipuleert je om hulp te geven die je niet kan of wil geven.
- Lichamelijk: de zorg is fysiek te zwaar voor je.
- Verbaal: jouw naaste kwetst u met ongewenste opmerkingen.
- Materieel: jouw naaste gebruikt zonder te vragen jouw spullen of beschadigt ze.

*Tip: Vind je het lastig om jouw grenzen aan te geven? Probeer er dan achter te komen wat je tegenhoudt. En bespreek dit met een vriend, vriendin of familielid of vraag het steunpunt Mantelzorg om advies.*

## 6. Zorg dat je weer energie krijgt

Mantelzorg is topsport. Je hoeft je niet schuldig te voelen dat je het even niet meer ziet zitten. Wel is het belangrijk dat u snel weer uit deze situatie komt. Doe net als de topsporter en:

- Eet gezond en gevarieerd
- Beweeg voldoende
- Zoek momenten van ontspanning

Je zult zien dat je weer energie krijgt om er tegenaan te kunnen.

# ONDERSTEUNING

Een eerste stap naar zorgen voor jezelf en de zorg voor je naaste praktisch organiseren? Bij de diverse ondersteuningsmogelijkheden hiernaast, kun je terecht met al jouw vragen.

## ALGEMENE ONDERSTEUNING

### **Sociaal en Financieel Trefpunt**

0525-682 211

(op werkdagen 9.00-12.30 uur)

[vraag@sociaaltrefpunt.nl](mailto:vraag@sociaaltrefpunt.nl)

Inloop momenten:

### **MFC Aperloo**

Stadsweg 27

8084 PH 't Harde

Elke donderdag: 15.00-16.00 uur

### **Wijkontmoetingscentrum't Huiken**

Lange Wijden 33

8081 VS Elburg

Elke woensdag en vrijdag: 10.00-12.00 uur

Voor vragen over wonen, werk, welzijn, inkomen en zorg, cliëntondersteuning en over je buurt. Medewerkers van MEE, Stimmens, Gemeente (WMO en Participatie) en van Stichting WIEL staan je graag te woord.

## STEUNPUNT MANTELZORG

### **Stichting WIEL**

Lange Wijden 33a

8081 VS Elburg

0525 – 681 212

[mantelzorg@wiel.nl](mailto:mantelzorg@wiel.nl)

[www.wiel.nl](http://www.wiel.nl)

Steunpunt Mantelzorg van Stichting WIEL kan helpen bij het in kaart brengen van je situatie, draagkracht en draaglast. Bij Steunpunt Mantelzorg kunt je je verhaal kwijt. Samen met de mantelzorgconsulent wordt er gekeken naar je situatie, daarnaast kunt je ook ondersteuning, advies en informatie krijgen. Ook worden periodiek bijeenkomsten georganiseerd voor mantelzorgers, waar een bepaald thema besproken wordt. Het steunpunt mantelzorg ondersteunt ook informele en formele zorgorganisaties, scholen en andere instellingen in het omgaan met (jonge) mantelzorgers.

## CLIËNTONDERSTEUNING

Cliëntondersteuning biedt informatie, advies en ondersteuning bij vragen over zorg, welzijn en wonen. Cliëntondersteuners kunnen ook bemiddelen bij klachten en problemen. Je kunt ondersteuning vragen op allerlei terreinen, zoals onderwijs, jeugdzorg, werk, inkomen, zorg, wonen en welzijn.

De cliëntondersteuner helpt je bij het oplossen van je problemen en/of het regelen van hulp. Het doel is dat je daarna weer zelf verder kunt.

### Stimenz

Via Sociaal Trefpunt:  
0525 – 682 211  
(op werkdagen 9.00-12.30 uur)  
vraag@sociaaltrefpunt.nl

Algemeen:  
088 – 784 6464  
info@stimenz.nl  
www.stimenz.nl

Stimenz levert diensten en kennis om te zorgen dat mensen zelfredzaam zijn en goed en prettig kunnen wonen en leven. Samen met inwoners, vrijwilligers, gemeenten en netwerkpartners bouwen we aan sociale samenhang en een prettige leefomgeving in wijken, dorpen en buurten.

Soms komt u er even niet meer uit. De vragen over het werk, financiën, wonen, in uw relatie of met de opvoeding van uw kinderen worden u teveel. Stimenz biedt hulp en begeleiding aan mensen met problemen, vragen. Samen met u gaan we op zoek naar een manier waarop u het beste uw vraag kunt oplossen. Wij hebben goed zicht op de mogelijkheden. Hierin ligt onze kracht. Om uw vraag aan te pakken kijken we onder andere naar samenwerking met een vrijwilliger, hulp uit de eigen omgeving of samenwerking met andere organisaties. Samen bedenken we de oplossing die past bij uw vraag. U kunt zich direct bij Stimenz

melden. De hulpverlening is kosteloos en een doorverwijzing van een huisarts of andere hulpverleningsinstantie is niet nodig.

### Wmo Cliëntondersteuning door MEE

055-526 9200 of 06-1214 7158  
m.bosch@meeveluwe.nl  
www.meeveluwe.nl  
i.vandijk@meeveluw.nl  
06-30998585

De cliëntondersteuners van MEE weten veel over leven met (licht) verstandelijke, zintuiglijke of lichamelijke beperkingen, maar ook over chronische ziekten, niet-aangeboren hersenletsel of bijvoorbeeld autisme. Ook ouderen of bijvoorbeeld mensen met psychische klachten kunnen bij hen terecht. Deze cliëntondersteuning is onafhankelijk, gratis en er is geen doorverwijzing nodig.

### Stichting WIEL

#### Inzet Vrijwillige Ouderenadviseur

Lange Wijden 33a  
8081 VS Elburg  
0525-681 212  
info@wiel.nl

Een vrijwillige ouderenadviseur is een vrijwilliger met kennis van thema's in het sociale domein.

Een ouderenadviseur (VOA) is een getrainde vrijwilliger die mensen helpt om in de gemeente Elburg de weg te vinden bij vragen over bijvoorbeeld wonen, zorg, welzijn, vervoer of financiën.

Op verzoek van de oudere met een vraag, komt de ouderenadviseur thuis op bezoek, nemen zij tijd om te horen wat de vraag is en kunnen zij advies en voorlichting geven.

Voor verdere informatie: Marjon van Rooij-Vermeegen, telefoon: 06-29163098 of marjon.van.rooij@wiel.nl

## De telefoonster

De telefoonster bestaat uit een aantal inwoners die het fijn vinden om op een afgesproken tijdstip gebeld te worden en een aantal vrijwilligers die naar deze inwoners bellen.

Soms vindt iemand het fijn om elke dag even gebeld te worden, bijvoorbeeld aan het begin van de dag. Of juist één keer per week op zondagmiddag, omdat die middag altijd zo lang duurt.

Een aantal vrijwilligers ingeroosterd in een helder schema verzorgen deze telefoongesprekken-naar-wens.

Voor verdere informatie: Miep van Enk, telefoon: 0525-683458 of [miepvandenk@kpnmail.nl](mailto:miepvandenk@kpnmail.nl)

Deze cliëntondersteuning is gratis.

## MANTELZORGMAKELAAR EN CLIENTONDERSTEUNING

### Thuis in Cliëntondersteuning - Nienke

Boekhout  
Postbus 101  
8260 AC Kampen  
085 - 004 83 77  
[Info@thuisinco.nl](mailto:Info@thuisinco.nl)  
[www.thuisinclientondersteuning.nl](http://www.thuisinclientondersteuning.nl)

De baas kunnen zijn over je eigen leven, daar hoort ook bij het kiezen van zorg en ondersteuning die bij je past. Een Cliëntondersteuner is een soort 'meedenker' die kan helpen bij het maken van deze keuzes. Jouw wensen staan daarbij centraal. Ons team van Clientondersteuners regelt zorgzaken voor jou (en jouw naasten/mantelzorgers) als je dat niet (meer) kunt. Thuis in Cliëntondersteuning is onafhankelijk en goed op de hoogte van de (lokale) mogelijkheden. Wij ondersteunen jou bij het vinden van passende zorg of begeleiding.

Neem voor meer informatie contact op met Thuis in Cliëntondersteuning. Informatie over de verschillende mogelijkheden kun je vinden op de website.

## WlzClientondersteuning.nl

085 – 303 2985  
(op werkdagen 8:30-17:30 uur)  
[info@wlzclientondersteuning.nl](mailto:info@wlzclientondersteuning.nl)  
[www.wlzclientondersteuning.nl](http://www.wlzclientondersteuning.nl)

Iedereen met een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft recht op onafhankelijke cliëntondersteuning. WlzCliëntondersteuning.nl heeft een contract met het zorgkantoor om deze ondersteuning te bieden. Zij ondersteunen cliënten en mantelzorgers met alle vragen rondom het regelen en de uitvoering van de langdurige zorg:

De cliëntondersteuners kunnen u informatie geven wat er mogelijk is met een Wlz-indicatie en u helpen bij praktisch alles wat er met een Wlz-indicatie samenhangt. Zij kunnen ondersteunen bij het aanvragen en inregelen van een Persoons Gebonden Budget (pgb), het vinden van de juiste zorgaanbieder, het schrijven van een ondersteuningsplan, het bemiddelen tussen cliënt en zorgaanbieder etc.

De cliëntondersteuners kijken, samen met u, wat in uw situatie de best mogelijke oplossing is bij het inzetten van zorg, waarbij te allen tijde geldt dat het belang van de cliënt voorop staat.

## VOORZIENINGEN ZONDER INDICATIE

Deze voorzieningen en diensten worden ook wel “Voorliggende voorzieningen” genoemd. U kunt er zonder indicatie gebruik van maken, ze zijn laagdrempelig en vaak kosteloos. Hieronder vindt u een greep uit de voorzieningen in de gemeente Elburg.

## ONTMOETING

Ontmoeting, creatieve activiteiten en sportactiviteiten kunnen allemaal voor de mantelzorger betekenen dat er even een moment van rust is.

### Wijkontmoetingscentra (WOC's)

#### Wijkontmoetingscentrum Jeanne d'Arc

Hertog Willemweg 3  
8084 VP 't Harde  
06 - 1363 1723  
jeannedarc@wzuveluwe.nl

In het wijkontmoetingscentrum Jeanne d'Arc zijn veel mogelijkheden om een activiteit bij te wonen. Elke drie maanden maken zij een nieuw programmaboekje (gratis af te halen in het wijkontmoetingscentrum) waarin zij nieuwe activiteiten zetten, maar ook het vaste programma staat hierin vermeld. Zo is er voor alle inwoners van 't Harde (jong en oud) de mogelijkheid om samen te gaan koffie drinken, schilderen, sjoelen, klaverjassen, bewegen, spelletjes spelen, eten en nog veel meer.

#### Wijkontmoetingscentrum 't Huiken

Lange Wijden 33  
8081 VS Elburg  
0525 - 681212  
margriet.nauta@wiel.nl

WOC 't Huiken is een ontmoetingsplek voor activiteiten, open inloop en vrijwilligerswerk, waar inwoners uit Elburg zich thuis voelen, elkaar ontmoeten en activeren, maar ook kunnen blijven meedoen in de samenleving. Naast een ruimte voor activiteiten kan er ook gebruik worden gemaakt van het ontmoetingsplein en de keuken van Kulturhus 't Huiken.

## **Wijkontmoetingscentrum**

### **Hart van Thornspic**

Thornspic 11  
8085 BW Doornspijk  
0525 – 662 669

a.pothoven@wzuveluwe.nl  
(coördinator welzijnsdiensten)

a.krupe@wzuveluwe.nl  
(coördinator zorg gerelateerde zaken)  
welzijndoornspijk@wzuveluwe.nl

Het wijkontmoetingscentrum Hart van Thornspic is een centrum waar mensen elkaar ontmoeten. De bibliotheek is er gevestigd en er is een klein winkeltje. De 55+ woningen van verhuurder UW-oon worden bewoond door cliënten van de WZU Veluwe, maar ook cliënten van samenwerkende zorgbegeleiders huren in het Hart van Thornspic. Heeft u interesse in wonen in Thornspic neem dan gerust contact met ons op via 0525-662669

De activiteiten binnen het wijkontmoetingscentrum zijn toegankelijk voor iedereen en worden inmiddels door steeds meer inwoners van Doornspijk en omgeving bezocht. Enkele activiteiten die o.a. worden georganiseerd zijn, koffieochtenden, koersbal, sjoelen, weeksluiting, de donderdagse ontmoetingsmiddag, patatmiddag en Thornspics Tafelen op elke laatste zaterdag van de maand. Stichting Vrienden Van organiseert met regelmaat een avondactiviteit.

## **Wijkontmoetingscentrum**

### **Het Nieuwe Feithenhof**

Nunspeterweg 7  
8081 BV Elburg  
0525 – 681 334  
WelzijnElburg@wzuveluwe.nl

Vanwege de situatie rond corona zijn er in ieder geval tot januari 2021 geen activiteiten in WOC Het Nieuwe Feithenhof. Mocht de situatie het toelaten dan

zijn senioren en buurtbewoners weer van harte welkom om deel te nemen aan verschillende activiteiten die georganiseerd worden. Voorheen waren dit bijvoorbeeld zangmiddagen, "meer bewegen voor ouderen", bingo's, oudhollandse spellenmiddagen en koersbal. Houd voor de actuele situatie de berichtgeving in de gaten of neem contact op met Het Nieuwe Feithenhof.

## **Wijkontmoetingscentrum De Voord**

Veldbloemenlaan 25  
8081 DL Elburg  
0525 – 680 402  
info@zorgverlening-hetbaken.nl

Als de omstandigheden rond het coronavirus het weer toelaten kunt u in wijkontmoetingscentrum De Voord gezellig een kopje koffie drinken en anderen ontmoeten. Hopelijk zullen er dan weer creatieve en educatieve activiteiten georganiseerd worden, waaraan u kunt deelnemen of als vrijwilliger een bijdrage leveren. U kunt hier (ook als mantelzorger) dan weer terecht voor ondersteuning, activiteiten en informatie. Samen met u gaan we op zoek naar uw wensen, behoeften, talenten en passies. Wat u zelf kunt doen, doet u zelf en waar u begeleiding bij nodig heeft, daarvoor kijken we samen naar de ondersteuning die u hierbij wenst.

Voor de actuele situatie kunt u contact opnemen met WOC De Voord of de berichtgeving in de gaten houden.

## **Buurtsportcoach**

### **Stichting WIEL**

0525 – 681 212  
andrea.voorn@wiel.nl  
of info@wiel.nl

De buurtsportcoaches van Stichting WIEL zetten zich onder andere in om senioren én mensen met een ervaren kwetsbaarheid in beweging te krijgen en te houden. Dit doen zij niet alleen, maar samen met verschillende organisaties en sportverenigingen in de gemeente Elburg. De buurtsportcoaches ondersteunen en bieden passend beweegaanbod, waarin plezier en elkaar ontmoeten centraal staan. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Andrea Voorn.

## Ontmoetingsmiddag

### Wijkontmoetingscentrum 't Huiken

Lange Wijden 33  
8081 VS Elburg

Informatie en opgave:  
Stichting WIEL: 0525 – 681 212  
Het Bakken, Marian Dun:  
06 - 1285 9734 of via de receptie van De  
Voord: 0525 – 680 402

De ontmoetingsmiddag is een middag waarin voornamelijk senioren samenkomen (het is toegankelijk voor iedereen) om diverse activiteiten te doen, zoals creatieve activiteiten, een spel, iets lekkers klaar maken of een uitstapje maken. Er is begeleiding van Het Bakken en vrijwilligers van Stichting WIEL.

De ontmoetingsmiddagen vinden plaats in 't Huiken in Elburg waar mensen met of zonder indicatie komen. Een bijkomend effect van de ontmoetingsmiddagen is dat u, als mantelzorg, even op adem kunt komen. Deze middag is elke maandag van 14:00 tot 15:30 uur. Als u interesse heeft, kunt u contact opnemen met Stichting WIEL of Het Bakken. Voor vervoer kunt u een beroep doen op de MEMOVO. Hiervoor is een lidmaatschap vereist.

## OVERIGE VOORZIENINGEN

### Vervoer

#### MEMOVO

Reserveren via:  
0525 - 684 663  
Memovo@wiel.nl

Verdere informatie bij Stichting WIEL:  
0525 – 681 212

Deze vrijwilligersservice is beschikbaar voor senioren (55 jaar en ouder) en mensen met een beperking, die daardoor minder mobiel zijn. De MEMOVO-bussen rijden binnen de grenzen van de gemeente Elburg.

Om gebruik te maken van MEMOVO kunt u lid worden of (bij kortdurend gebruik) een strippenkaart aanschaffen bij Stichting WIEL.

#### Regiotaxi (ViaVé)

Reserveren via:  
088 – 655 7710  
[www.viave.nl/contact](http://www.viave.nl/contact)

ViaVé rijdt binnen de regio (tot ongeveer 25 kilometer). Er geldt een opstap- en kilometer-tarief. Iedereen kan gebruik maken van de ViaVé, ook zonder Wmo indicatie.

#### Valys (landelijke regeling)

Klantenservice: 0900 – 9630  
(op werkdagen 9.00-17.00 uur)  
Boeken reis: 0900 – 9630 of via Mijn Valys  
[www.valys.nl](http://www.valys.nl)

Valys rijdt landelijk en is alleen beschikbaar voor mensen die een mobiliteitsbeperking hebben, waardoor het reizen met openbaar vervoer (landelijk) niet meer kan. Mensen krijgen een kilometerbudget en mogen dat aantal kilometers per jaar tegen het lage tarief reizen. Daarna geldt een hoger tarief. Een pas aanvragen is noodzakelijk. Dit kan via de website.

## Maaltijden aan huis

Naast het aanbod van de wijkontmoetingscentra en wijkbuffetten op locatie zijn er verschillende mogelijkheden om thuis maaltijden te verkrijgen:

### Van Asselt

[www.slagerijvanasselt.nl](http://www.slagerijvanasselt.nl)  
0525 – 631 690

### Apetito

[www.apetito.nl](http://www.apetito.nl)  
0800 – 0 232 975

### Maaltijdservice

[www.maaltijdservice.nl](http://www.maaltijdservice.nl)  
0900 – 5 500 025

### Maaltijdservice de Voord

(via) [www.zorgverlening-hetbaken.nl](http://www.zorgverlening-hetbaken.nl)  
0888 -101 010

### Maaltijdservice WZU Veluwe

(via) [www.wzuveluwe.nl](http://www.wzuveluwe.nl)  
0578 – 763 708

### Uitgekookt

[www.uitgekookt.nl](http://www.uitgekookt.nl)  
085 – 0 406 065

### Foodconnect

[www.foodconnect.nl](http://www.foodconnect.nl)  
0888 – 101 010

### Thuis gekookt

[www.thuisgekookt.nl](http://www.thuisgekookt.nl)  
06 – 8344 7197

### Qualicateraar

[www.Qualicateraar.nl](http://www.Qualicateraar.nl)  
0578 – 623 959

## Boodschappen thuisbezorgservice

Tegen een kleine vergoeding kunt u de boodschappen thuis laten bezorgen door de volgende supermarkten. Let wel op de bestelvoorwaarden.

### Plus

[www.plus.nl](http://www.plus.nl)

### Jumbo

[www.jumbo.com](http://www.jumbo.com)

### Albert Heijn

[www.ah.nl](http://www.ah.nl)

## Bemiddeling in particuliere huishoudelijk hulp

### Home Works

[www.wittewerkster.nl](http://www.wittewerkster.nl)  
085-4444 090

### Schoonmaak Student

[www.schoonmaak-student.nl](http://www.schoonmaak-student.nl)  
088 – 4303 092

### Werksters.nl

[www.werksters.nl/elburg](http://www.werksters.nl/elburg)  
Het gaat hier om landelijke organisaties.

## Voorzieningen aan huis

Daarnaast zijn er ook een aantal voorzieningen die bij u thuis kunnen komen zoals de kapper, pedicure, tandarts, opticien, audicien, bloedprikken en diëtiste. Vraag voor informatie bij uw wijkverpleegkundige, hij/zij kent de sociale kaart en weet waar u moet zijn voor voorzieningen aan huis.



## VRIJWILLIGERS- ONDERSTEUNING

Bij de vrijwillige zorgorganisaties kunt u terecht zonder indicatie. Vaak bieden zij op maat gemaakte diensten en activiteiten aan die worden begeleid door vrijwilligers. Hier zijn geen of lage kosten aan verbonden, vaak hoeft u alleen de onkosten voor de vrijwilligers te betalen.

### Stichting ZorgSaam Elburg

Klokbekerweg 126  
8081 JJ Elburg  
06 – 5083 5300 (ma. t/m vr. 9.00-12.00 uur)  
info@zorgsaamelburg.nl  
www.zorgsaamelburg.nl

Vrijwilligers (maatjes) uit verschillende kerken en geloofsgemeenschappen bieden sociale en/of praktische ondersteuning aan kwetsbare mensen in een isolement en aan hun mantelzorgers. Het gaat om eenvoudige diensten, waarbij het bieden van een luisterend oor heel belangrijk is. De ondersteuning bestaat bijv. uit het brengen van een bezoekje, samen koffie drinken en naar buiten gaan, een boodschap met of voor iemand doen, een spelletje doen, samen iets leuks ondernemen, wandelen met rollator of rolstoel, een klusje in of om het huis en incidenteel (mee)rijden naar een ziekenhuis of instantie. De ondersteuning is kort- of langer durend en wordt gemiddeld 1x per twee weken geboden.

### Rode Kruis

Contactpersoon telefooncirkel:  
Mw. M. van Enk  
0525 - 683 458

Verdere informatie Rode Kruis:  
[www.nrkeo.nl](http://www.nrkeo.nl)

Het Rode Kruis Elburg en Oldebroek verleent noodhulp bij evenementen en wil zelfredzaamheid en kennis van de EHBO bevorderen bij de bewoners van de gemeentes Elburg en Oldebroek. Zij organiseren onder andere een contactcirkel, dit is een telefooncirkel om te voorkomen dat, wanneer er wat gebeurt, je niet dagen ongezien blijft. Daarnaast bieden zij workshops aan, die ingaan op onderwerpen als netwerk versterken of bezoek aan huis waar gelet wordt op: val-, inbraak- en brandpreventie.

## **Nederlandse Patiënten Vereniging (NPV) afdeling Elburg**

Secretariaat:  
Pluutstraat 78  
8081 MB Elburg  
npvafdelingelburg@solcon.nl

Coördinator:  
Nelleke Balfort  
0525 - 652 319  
wbalfort@klikSAFE.nl

De NPV-Vrijwillige Thuishulp is al 30 jaar actief in de gemeente Elburg. Een groep van ongeveer 30 vrijwilligers wordt regelmatig ingezet en doet dit werk vanuit hun christelijke achtergrond.

Zij ondersteunen bij het ouder worden en de beperkingen die daarbij horen, b.v. het begeleiden naar het ziekenhuis, hulp bij het boodschappen doen en wandelen.

De vrijwilligers ondersteunen de mantelzorgers door op te passen bij zieke mensen, ouderen (met dementie) of mensen met een handicap. Ook zijn er vrijwilligers inzetbaar om hulp te bieden bij ernstige zieken en mensen in hun laatste levensfase. (Vrijwillige Terminale Hulp).

## **Humanitas Afdeling Noord-Veluwe**

Noord-veluwe@humanitas.nl  
Telefoonnummer 0622003910

Humanitas Noord-Veluwe helpt mensen weer grip te krijgen op hun leven, ongeacht hun cultuur, geloof of levensbeschouwing. Wij lopen een stukje op met iemand die er alleen voor staat, bieden een luisterend oor voor wie zich alleen voelt, leren iemand zijn eigen administratie weer op orde te brengen.

Zo krijgen mensen de regie weer terug over hun eigen leven. Alle activiteiten worden uitgevoerd door ruim 100 ervaren en deskundige vrijwilligers.

## **Zonnebloem**

Afdeling Elburg e.o.  
Hertog Eduardweg 1  
8084 VV 't Harde  
06 - 5433 2442  
secretariaatelburg@gmail.com

Afdeling 't Harde  
Mevr. H. Meester-Onrust  
Vale Ouwelaan 208  
8084JV 't Harde  
tel. 06-41338334  
zonnebloemtharde@gmail.com

Nationale Vereniging de Zonnebloem verrijkt het leven van mensen met een lichamelijke beperking door ziekte, handicap of leeftijd en dat van haar vrijwilligers door sociale en recreatieve activiteiten mogelijk te maken.

De Zonnebloem streeft naar een samenleving waaraan mensen met een lichamelijke beperking zorgeloos en vanzelfsprekend kunnen deelnemen. 'Zorgeloos' betekent hier dat iemand met een lichamelijke beperking niet gehinderd zou mogen worden door meer praktische zorgen dan ieder ander.

## **Elburgvoorelkaar**

Lange Wijden 33a  
8081 VS Elburg  
0525 – 681 212  
info@elburgvoorelkaar.nl  
www.elburgvoorelkaar.nl

Op Elburgvoorelkaar.nl komen vraag en aanbod bij elkaar. Denk hierbij aan oproepjes voor hulp bij boodschappen en in de tuin. Maar je kan ook een oproep plaatsen om samen met iemand te wandelen of iets anders om samen te doen. Naast een vraag stellen, kan je ook je talent aanbieden. Daarnaast kunnen organisaties hier hun vrijwilligersvacatures plaatsen.

## **Veluwse Wensambulance**

Vooronder 54  
8081 NM Elburg  
06 – 1846 7719 (kantooruren)  
info@veluwsewensambulance.nl  
www.veluwsewensambulance.nl

Stichting Veluwse Wens Ambulance maakt laatste wens ritten mogelijk voor mensen in hun (pre)terminale fase die niet lang meer te leven hebben en vaak enkel nog liggend vervoerd kunnen worden. Zij staan daarbij voor kwaliteit, comfort en professionaliteit.

## **Stichting Present**

Kantoortuin 't Huiken  
Lange Wijden 33  
8081 VS Elburg  
06 – 1344 6852

info@presentelburg.nl  
www.stichtingpresent.nl/elburg

We geloven dat mensen best bereid zijn om zich in te zetten voor de ander en de samenleving. De kloof tussen die bereidheid en het daadwerkelijk in actie komen is voor veel mensen (te) groot. Er is een brug, een verbindende schakel nodig. Present wil die schakel zijn.

Present slaat een brug tussen mensen die iets hebben te bieden en mensen die daarmee geholpen kunnen worden. Present biedt groepen vrijwilligers de gelegenheid zich in te zetten in eigen omgeving voor mensen die te maken hebben met armoede, een slechte gezondheid of een sociaal isolement.

## **Stichting Ontmoeting**

www.ontmoeting.org  
0341 - 456 356  
Marjan Polinder  
06 - 8151 6454  
mpolinder@ontmoeting.org

Vastgelopen mensen worden door Ontmoeting ondersteund om hun leven weer op orde te krijgen. We leren hen om weer op eigen benen te staan, relaties aan te gaan en te onderhouden en de juiste keuzes te maken. Zo krijgen ze weer perspectief in hun leven. Ontmoeting werkt met vrijwilligers en beroepskrachten in ontmoetingsnetwerken, ambulante begeleiding, dagactiviteiten, woonbegeleiding en meer.

## **Klushulp van Stichting WIEL en Present Elburg**

### **Stichting WIEL**

0525 – 681 212  
info@wiel.nl

Willeke Mekelenkamp  
06 – 2916 7674  
willeke.mekelenkamp@wiel.nl

### **Present Elburg**

Linda van der Meulen  
06-13446852  
info@presentelburg.nl

Aanmelden kan op:  
<https://www.wiel.nl/ buurt-en-wijk/klushulp/>

Klushulp is er voor bewoners van de gemeente Elburg die door omstandigheden zelf een klus in of om het huis niet gedaan krijgen. Voor hen kan klushulp het verschil maken, zodat ze er weer tegenaan kunnen.

## **Handige Helden**

www.handigehelden.nl  
info@handigehelden.nl  
085-7600 395

Landelijke organisatie voor klusjes in en om het huis tegen een kleine vergoeding.

## FORMELE ZORG

Formele zorg, is zorg door gediplomeerde, betaalde krachten. De zorg door deze professionals is betaalde zorg. Deze zorg wordt betaald vanuit één van onderstaande regelingen.

Hoe zit dit dan met vervangende zorg, zodat je als mantelzorger even de handen vrij hebt?

## **Vanuit de Wet maatschappelijk ondersteuning (Wmo)**

De Wmo richt zich op mensen die hulp nodig hebben om thuis te kunnen wonen. Bijvoorbeeld chronisch zieken, gehandicapten of mensen met een psychische aandoening. Zij kunnen via de Wmo onder andere huishoudelijke hulp, begeleiding of dagbesteding krijgen. In Elburg gaat dit via het Sociaal Trefpunt.

Vervangende zorg is mogelijk als de zorgvrager zelf ondersteuning krijgt vanuit de Wmo. In dat geval kan de mantelzorger respijtzorg aanvragen bij het Sociaal Trefpunt. Hiervoor geldt een eigen bijdrage van maximaal 19 euro per maand.

## **Vanuit de Wet langdurige zorg (Wlz)**

De Wet langdurige zorg is bedoeld voor mensen die permanent intensieve zorg en/of toezicht dichtbij nodig hebben. Denk daarbij aan mensen met een ernstige beperking of psychische stoornis. Ook zorg voor kinderen die een intensieve zorgvraag hebben en altijd afhankelijk zullen zijn van zorg valt onder de Wlz.

Vanuit de Wet langdurige zorg is kortdurend verblijf als vorm van respijtzorg mogelijk voor mensen met een volledig pakket thuis (vpt), modulair pakket thuis (mpt) of persoonsgebonden budget (pgb). Mensen die verblijven in een instelling hebben geen recht op respijtzorg via de Wlz.

## **Vanuit de Jeugdwet**

Kinderen met een beperking, stoornis of aandoening kunnen in aanmerking komen voor logeeropvang in een instelling. Men kan hiervoor een aanvraag doen bij de gemeente.

## **Door de Zorgverzekeraar van u of van de hulpvrager**

Verpleging en verzorging aan huis valt onder de Zorgverzekeringswet. De wijkverpleegkundige vervult daarbij een centrale rol.

Zorgverzekeraars kunnen in de aanvullende verzekeringen vergoedingen opnemen die voor mantelzorgers interessant zijn, zoals vergoedingen voor een mantelzorgmakelaar, respijtzorg of een logeerhuis.

# THUISZORG EN ZORG OP LOCATIE

## Icare Verpleging en Verzorging

**Wijkteam 't Harde**  
Oldenboschweg 15  
0522 – 279 675

**Wijkteam Elburg**  
Paterijstraat 3b  
0522 – 277 198

**Wijkteam Doornspijk**  
0522 – 277 189

Icare biedt verpleging en verzorging bij mensen thuis. De zorg is afgestemd op uw persoonlijke omstandigheden en thuissituatie. We overleggen met u welke zorg haalbaar is, noodzakelijk is en wenselijk is. Het dienstenaanbod van Icare is veelzijdig. Van het helpen opstaan tot complexe verpleegkundige handelingen. Van thuisbegeleiding om het dagelijks leven weer op de rit te krijgen, tot zorg aan mensen met dementie thuis of zorg in de laatste levensfase.

### Zorg thuis

Wij zijn 24 uur per dag beschikbaar voor ongeplande en geplande zorg en personenalarmering.

Icare biedt ondersteuning bij ziektebeelden zoals COPD, CVA, Parkinson, diabetes, dementie, reuma, oncologie, wondzorg en het verzorgen van een stoma. Icare ondersteunt ook mantelzorgers, biedt begeleiding in ziekteproces, activeert richting activiteiten, geeft cursus ziekenverzorging thuis, organiseert partner/familiegroepen dementie, begeleidt naar dagopvang, verwijst door naar andere

disciplines (fysiotherapie, ergotherapie of naar glazenwasser, was- en strijkservice enz.), heeft een casemanager dementie en voert familiegesprekken.

### Hulpmiddelen

Om langer zelfstandig te kunnen blijven wonen, kunt u een beroep doen op de praktische producten en diensten en handige hulpmiddelen van Ledenvereniging Espria. Hierbij kunt u denken aan huishoudelijke hulp, hulpmiddelen lenen of huren of de klussendienst. De wijkteams kunnen u helpen bij het aanvragen van hulpmiddelen: bijvoorbeeld pluskoffer met technische hulpmiddelen om uit te proberen (rookmelders, personenalarmering, enz.) of Medipoint uitleenartikelen.

## WZU Veluwe Thuiszorg

### Thuiszorg WZU Veluwe Cliëntservicepunt:

(0578) 76 37 08  
clientservicepunt@wzuveluwe.nl  
www.wzuveluwe.nl  
Bereikbaar: ma. t/m vr. 08:30 - 17:00 uur.

Voor spoedeisende zorgvragen ook buiten deze tijden.

### Woonzorgcentra WZU Veluwe

#### Locatie Mariposa

Sportlaan 16  
8084 VB 't Harde  
(0525) 65 35 53  
receptie.mariposa@wzuveluwe.nl

#### Locatie Het Nieuwe Feithenhof

Nunspeterweg 7  
8081 BV Elburg  
(0525) 68 13 34  
receptie.feithenhof@wzuveluwe.nl

WZU Veluwe biedt zorg aan huis en heeft een aantal locaties waar zij zorg bieden. Ook voor kortdurende zorg, bijvoorbeeld na een ziekenhuisopname of ter ontlasting van een mantelzorger. Zorg aan huis

kan bestaan uit huishoudelijke ondersteuning, persoonlijke verzorging, intensieve nachtzorg, verpleging, palliatieve zorg, wondverzorging, medicatie en personenalarmering. Ook voor dagbesteding of de maaltijdservice kunt u een beroep doen op WZU Veluwe.

WZU Veluwe heeft in Hart van Thornspic speciaal voor mantelzorgers en zorgprofessionals een Skillslab opgezet. Het Skillslab is een oefen- en leeromgeving, met vier hoog-laagbedden en oefenpoppen. De verzorgende of mantelzorgers oefent vaardigheden in een ontspannen sfeer onder deskundige begeleiding waardoor de cliënt bij de zorgverlening niet onnodig wordt belast.

### **Zorgverlening Het Baken**

Locatie De Voord:

Veldbloemenlaan 25

8081 DL Elburg

0525 - 680 402

info@zorgverlening-hetbaken.nl

Woonzorgcentrum De Voord biedt plek aan 60 mensen met dementie, 35 mensen met een somatische aandoening en 30 revalidatieplekken. Daarnaast biedt deze locatie ondersteuning met Dagbegeleiding. De Dagbegeleiding is een combinatie van individuele en groepsactiviteiten. Er is mogelijkheid om gebruik te maken van behandeling vanuit uw zorgverzekering. Dagbegeleiding is er voor cliënten met somatisch klachten (lichamelijke beperking of ziekten), psychogeriatrische klachten (geheugenproblemen) en gerontopsychiatrische problemen (psychische problemen). Met Dagbegeleiding zorgt u ervoor dat familie en/of mantelzorgers tijdelijk wordt ontlast.

Ook voor kortdurende opname kunt u bij De Voord terecht. Mantelzorgers kunnen informatie opvragen rondom de zorg voor hun naaste. Hierbij valt te denken aan medische vragen omtrent de verzorging,

gedragsverandering, voeding, indicaties, enzovoorts.

### **RST Zorgverleners**

www.rstzorg.nl

Verpleging en Verzorging

0342 - 787 704

Huishoudelijke Hulp

0342 – 422 324

Als mantelzorgers krijgt u veel op uw bordje. U draait uw eigen gezin, werkt misschien buiten de deur en draagt de zorg voor een ziek familielid. Al deze dingen bij elkaar kunnen soms onevenredig zwaar worden. Bij RST Zorgverleners begrijpen wij deze moeilijke situatie. Op een gegeven moment is het dan verstandig om een deel van de zorg uit handen te geven aan professionals. Mensen die er op medisch vlak alles aan doen om uw geliefde een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven te geven. Zodat u de ruimte krijgt die u zelf ook nodig heeft om weer op te laden.

RST Zorgverleners heeft als doel om cliënten zo lang mogelijk zelfstandig te laten functioneren. Dat betekent dat wij het zorgplan altijd in nauwe samenspraak met de cliënt of zijn of haar familieleden opstellen. Daarbij geven wij de mantelzorgers zoveel mogelijk ruimte om mee te denken in het zorgproces.

Naast mantelzorgondersteuning kunnen wij ook respijtzorg en structurele vervangende zorg bieden.

RST Zorgverleners is een professionele zorgorganisatie met een christelijke identiteit. Iedereen die ons nodig heeft, bieden wij kwalitatief hoogstaande zorg. Cliënten kunnen onder andere bij ons terecht met zorgvragen op het gebied van verpleging en verzorging, huishoudelijke hulp en dagbesteding.

Op dit moment (oktober 2020) biedt RST Zorgverleners alleen Huishoudelijke Hulp en Kraamzorg in de gemeente Elburg.

## ZORG VOOR KWETSBARE INWONERS

### **MEE Veluwe**

055 - 526 9200

[info@meeveluwe.nl](mailto:info@meeveluwe.nl)

[www.meeveluwe.nl](http://www.meeveluwe.nl)

Heeft u een vraag over (zelfstandig) wonen of samenleven met iemand met een beperking? Leren en werken? Of bijvoorbeeld over regels en geldzaken?

Wilt u graag dat iemand met u meegaat naar een gesprek, met de gemeente, het Sociaal Trefpunt of bijvoorbeeld het UWV? Dat iemand u helpt bij het doen van een aanvraag? Samen met u bekijkt welke mogelijkheden er voor u zijn in wet- en regelgeving? Met u op zoek gaat naar passende zorg, een zorgorganisatie of u ondersteunt bij ontevredenheid? Of gewoon iemand die alles eens samen met u op een rijtje zet, en vanuit uw belang bekijkt welke mogelijkheden er zijn in uw situatie?

Voor al dit soort vragen kunt u bij MEE terecht. Op alle gebieden. Voor uzelf of voor iemand in uw omgeving. De consultant van MEE helpt u op weg met informatie of advies. Hij of zij kijkt samen met u wat er nodig is om verder te komen en kent de weg. De consultant kijkt mee vanuit uw belang en is gratis en zonder doorverwijzing.

De cliëntondersteuners van MEE weten veel over leven met beperkingen. (Licht) verstandelijke, zintuiglijke of lichamelijke beperkingen. Maar ook chronische ziekten, niet-aangeboren hersenletsel of bijvoorbeeld autisme. Ook ouderen of bijvoorbeeld mensen met psychische klachten kunnen bij hen terecht.



## **GGz Centraal**

Voor vragen of advies:

0341 - 566 301

[zorgbemiddeling@ggzcentraal.nl](mailto:zorgbemiddeling@ggzcentraal.nl)

GGz Centraal is een organisatie voor specialistische geestelijke gezondheidszorg in het midden van het land. Wij bieden diagnostiek, behandeling, begeleiding, preventie en voorlichting aan mensen met psychische, psychiatrische en/of psychosociale problematiek.

## **Kwintes**

0800 - 6500 600

[teamnoord-veluwe@kwintes.nl](mailto:teamnoord-veluwe@kwintes.nl)

Kwintes biedt ambulante begeleiding voor mensen met psychische en/of psychosociale kwetsbaarheden. Ken je iemand met psychiatrische problemen, of maak je je zorgen over iemand die te kampen heeft met eenzaamheid of een onveilige woon-situatie? Voor ons is niets vreemd. Wij kijken samen met deze persoon naar wat wel mogelijk is. Wij bieden begeleiding en ondersteuning die past, afgestemd op wat deze persoon nodig hebt.

## **InteraktContour**

Postbus 128

8070 AC Nunspeet

0341 - 255 777

[info@interaktcontour.nl](mailto:info@interaktcontour.nl)

InteraktContour is er voor mensen die problemen ervaren als gevolg van hersenletsel, na bijvoorbeeld een beroerte, ongeluk of hersentumor. Hersenletsel verandert hun leven en dat van hun naasten; terug naar werk of school lukt vaak niet en thuis is alles anders.

Toch is er altijd iets mogelijk. Dáár richt InteraktContour zich op, met gespecialiseerde zorg en ondersteuning. Cliënten

en hun naasten boeken resultaten op het gebied van leven, wonen en werken. InteraktContour biedt daarvoor behandeling, begeleiding, dagbesteding en 24-uurs zorg in Oost- en Midden-Nederland.

## **'s Heeren Loo**

0800 – 3555 555 (landelijk nummer)

Elburg hoort bij regio Oost Nederland

's Heeren Loo helpt mensen met een verstandelijke beperking en/of andere beperking hun leven in te vullen zoals zij dat zelf willen. Van jong tot oud, in bijna heel Nederland. 's Heeren Loo biedt dagbesteding, begeleid wonen en ambulante begeleiding.

## **Careander**

0341 - 467 820

[info@careander.nl](mailto:info@careander.nl)

Careander ondersteunt mensen met een verstandelijke beperking op het gebied van wonen, werken, of dagbesteding en vrije tijd. Dat doen zij vanuit de protestants christelijke visie dat ieder mens uniek en waardevol is. Dichtbij de cliënten, in hun maatschappelijke omgeving, geven zij de ondersteuning vorm, in samenspraak met de cliënten. Careander is te vinden in diverse plaatsen op de Veluwe, waaronder ook gemeente Elburg.

## **Philadelphia**

033 - 7602 000

[info@philadelphia.nl](mailto:info@philadelphia.nl)

Philadelphia ondersteunt door heel Nederland mensen met een beperking en helpt zo iedereen om het beste uit zichzelf te halen. Philadelphia biedt woonbegeleiding, intensieve zorg en ambulante begeleiding. Ook is er logeeropvang, dagbesteding en talentontwikkeling mogelijk bij Philadelphia.

## INTERESSANTE WEBSITES

### **[www.elburgwijzer.nl](http://www.elburgwijzer.nl)**

Deze digitale sociale kaart is het overzicht van organisaties die hulp, zorg, advies en activiteiten bieden in de gemeente Elburg. De sociale kaart biedt tevens achtergrondinformatie over wat de hulp, de zorg of het advies inhoudt.

### **[www.cjgelburg.nl](http://www.cjgelburg.nl)**

Website met informatie voor jongeren en ouders.

### **[www.mantelzorg.nl](http://www.mantelzorg.nl)**

Website van de landelijke vereniging voor iedereen die zorgt voor een naaste.

### **[www.wehelpen.nl](http://www.wehelpen.nl)**

Met wehelpen.nl kun je aangeven dat je best een keer iemand een handje wilt helpen. Of laten weten waar je hulp bij kunt gebruiken. Ook kun je samen met bekenden via de website tijdelijk of wat langer zorgen voor een ander.

### **[www.wehelpenhersenletsel.nl](http://www.wehelpenhersenletsel.nl)**

Als een naaste hersenletsel heeft opgelopen, staat je wereld even stil. Tegelijkertijd moeten er 101 dingen geregeld worden. En gaat het dagelijks leven 'gewoon' door. We helpen je graag op weg. Want zorgen voor een naaste hoef je niet alleen te doen.

### **[www.huppla.nl](http://www.huppla.nl)**

Maak een netwerk aan van mensen die iets kunnen en willen betekenen. Op deze manier is het makkelijker om hulp te vragen en praktischer om te zien wat er voor hulp nodig is.

## **Werk**

### **[www.werkenmantelzorg.nl](http://www.werkenmantelzorg.nl)**

Werk & Mantelzorg heeft de ambitie om samen met werkgevers en andere partijen een mantelzorgvriendelijk arbeidsklimaat in Nederland te creëren. Zo blijft de combinatie van werk met mantelzorgtaken mogelijk, nu en in de toekomst.

## Praktische hulp

### [www.hulpmiddelenwijzer.nl](http://www.hulpmiddelenwijzer.nl)

Vaak zijn mensen onbekend met hulpmiddelen die er zijn om het dagelijks leven makkelijker te maken, of wordt er lang gezocht naar het juiste hulpmiddel voor hun situatie. Onafhankelijk kenniscentrum Vilans biedt hier een uitkomst in.

### [www.geheughulp.nl](http://www.geheughulp.nl)

Website met producten en ideeën voor structuur, verduidelijking, veiligheid en welbevinden ter bevordering van de zelfredzaamheid.

## Ontspanning

### [www.allegoedsvakanties.nl](http://www.allegoedsvakanties.nl)

Allegoeds biedt vakanties aan voor mantelzorgers en hun zorgvragers, ouderen en beginnend dementerenden (evt. met begeleider) over het hele land. Tijdens deze vakanties staan aandacht, autonomie en gezelligheid centraal.

### <http://www.atlasvanzorgvakantie.nl/mantelzorg-en-vakantie>

Website met handige informatie, tips en initiatieven voor vakantie als mantelzorger en zorgvrager. Ook voor respijtzorg tijdens je vakantie staat hier handige informatie.

### [www.hetvakantiebureau.nl](http://www.hetvakantiebureau.nl)

Website met vakanties voor u als mantelzorger met uw zorgvrager, eventueel met hulp voor uw zorgvrager en vakanties voor uw zorgvrager.

## Zorg

### [www.handeninhuis.nl](http://www.handeninhuis.nl)

Vervangende hulp voor een langere tijd door vrijwilligers. Via de ziektekostenverzekering kunt u de zorg over laten nemen voor minimaal 3 aaneengesloten dagen.

### [www.regelhulp.nl](http://www.regelhulp.nl)

Website met actuele en betrouwbare informatie op het gebied van zorg, welzijn, opvoeden, opgroeien en sociale zekerheid. Regelhulp biedt zowel landelijke informatie als informatie uit uw eigen gemeente.

### [www.zorgsite.nl](http://www.zorgsite.nl)

De ShareCare Zorgsite is een handig hulpmiddel voor het organiseren van zorg rondom een zorgvrager.

### [www.nlvoorelkaar.nl](http://www.nlvoorelkaar.nl)

Online marktplaats voor vrijwillige en professionele hulp.

### [www.zorgvoorbeter.nl](http://www.zorgvoorbeter.nl)

Website met informatie over zorg.

### [www.gezondheidsplein.nl](http://www.gezondheidsplein.nl)

Website waar u terecht kunt met diverse vragen over zorg, zorg in combinatie met mantelzorg en andere vragen over de mantelzorg.

