

Wat zijn de kosten?

Veel respijtvorzieningen kosten geld. Soms vergoedt de verzekering vormen van respijt, bijvoorbeeld Handen in Huis of logeeropvang in Respijthuis Alkmaar.

Vraag ernaar bij uw verzekering. Voor dagopvang kunt u bij de gemeente terecht om te mogelijkheden in kaart te brengen.

En er zijn gespecialiseerde vrijwilligers die gezelschap bieden aan de persoon waar u voor zorgt. Zo kunt u er een paar uurtjes tussenuit. Het is ook mogelijk om een vacature te plaatsen voor een vrijwilliger, dat kan via HulpDichtbij van Vrijwilligerspunt.

De situatie vraagt om maatwerk

Iedere situatie is anders en de behoeften van mantelzorgers verschillen. Deze folder geeft daarom geen pasklaar antwoord op wat er allemaal mogelijk is. Er zijn bijvoorbeeld mogelijkheden voor logeeropvang of dagopvang.

Bijvoorbeeld bij een zorgboerderij of een zorginstelling.

Ook is er de mogelijkheid om via Handen in Huis voor minimaal drie dagen iemand in huis te vragen, zodat u op vakantie kunt.

Op de website van het Kennisplatform Mantelzorg West-Friesland (www.ikzorg.nu) is een uitgebreid overzicht van aanbod en organisaties ('Zoek hulp' bij mantelzorg). Wanneer u zoekt op de term 'respijt', dan krijgt u een overzicht van de mogelijkheden.

Persoonlijk gesprek

Weet u niet hoe u de zorg kunt delen? Of weet u niet zo goed welke hulp het beste bij u past? Dan kunt u contact opnemen met de medewerkers Wmo van de gemeente Drechterland. Aan een gesprek zijn geen kosten verbonden. U kunt een afspraak met de Wmo consulent maken via telefoonnummer (0228) 352 352.

U mag ook binnenlopen tijdens de inloopspreekuren tussen 09.00 en 12.00 uur op dinsdag en donderdag. U kunt zich dan melden bij de balie in het gemeentehuis.



Respijtmogelijkheden

Informatie voor mantelzorgers in Drechterland

Tel. 088 - 00 75 000
www.meewering.nl



11.2017

Tel. 088 - 00 75 000
www.meewering.nl

MEE & de Wering

Mogelijkheden om zorg te delen met anderen

Zorgt u voor een naaste? Vindt u het lastig om de zorg te delen? Wilt u eigenlijk even vrijaf?

Er zijn mogelijkheden om de zorg te delen met anderen.

Voor iemand zorgen is meestal een dankbare taak, maar het kan ook een zware taak zijn. De hulp en ondersteuning van de mantelzorger is vaak lange tijd nodig.

Wanneer u mantelzorger bent heeft dat invloed op uw eigen leven. U moet de zorg combineren met uw eigen werk, huishouden en sociale activiteiten.

Wanneer u tijd voor uzelf wilt, dan is er iemand nodig die de zorg over neemt. Wilt u de zorg delen, maar weet u niet hoe? In deze folder geven we beknopte informatie over de mogelijkheden.

Even vrijaf

Even ontspannen en tijd voor uzelf is belangrijk. Dit kan een uurtje sporten of een avondje voor uzelf zijn. Door er even tussenuit te gaan heeft u rust of doet u nieuwe energie op. Op die momenten is er iemand nodig (of een vorm van opvang) voor degene voor wie u zorgt. Dit wordt ook wel respijt of respijtzorg genoemd.

Delen van de zorg begint met het bespreekbaar maken.

Wat is er mogelijk?

Er zijn verschillende manieren om de zorg met anderen te delen. Dit kan met mensen om u heen, zoals familie en vrienden.

U kunt ook de hulp van vrijwilligers of zorgverleners inschakelen. Af en toe of met regelmaat. Bij u thuis of buitenshuis.



Welke zorg u kiest hangt af van uw eigen wensen en de wensen van degene voor wie u zorgt.

In gesprek over zorg delen

U wilt het beste voor de persoon waar u voor zorgt. Het is fijn om de zorg met anderen te kunnen delen. Soms weten mensen niet zo goed wat ze voor u, of de persoon waar u voor zorgt, kunnen doen.

Soms helpt het om mensen te vragen om iets voor u te doen. Want regelmatig zeggen mensen: "Als ik iets voor je kan doen, laat het me weten". Ontzettend aardig dat mensen aanbieden om te helpen, maar wat kunnen ze doen? Als mensen willen helpen, moet u vaak zelf aangeven welke hulp u nodig heeft. En dat is ingewikkeld.

Het kan gebeuren dat de mensen om u heen niet kunnen helpen. Dan kunt u hulp vragen aan de vrijwilligers die actief zijn in Drechterland. Zo is er een boodschappen- en klussendienst.

Handige links

- Gemeente Drechterland
www.drechterland.nl
(Zorg & ondersteuning)
- Mantelzorg West-Friesland
www.ikzorg.nu
- HulpDichtbij
www.hulpdichtbij.nl
- Handen in Huis
www.handeninhuis.nl
- WonenPlus en Wering Steunpunt Gespecialiseerde vrijwilligers
www.meewering.nl
- Tijd voor jezelf
Tijdvoorjezelf.mezzo.nl