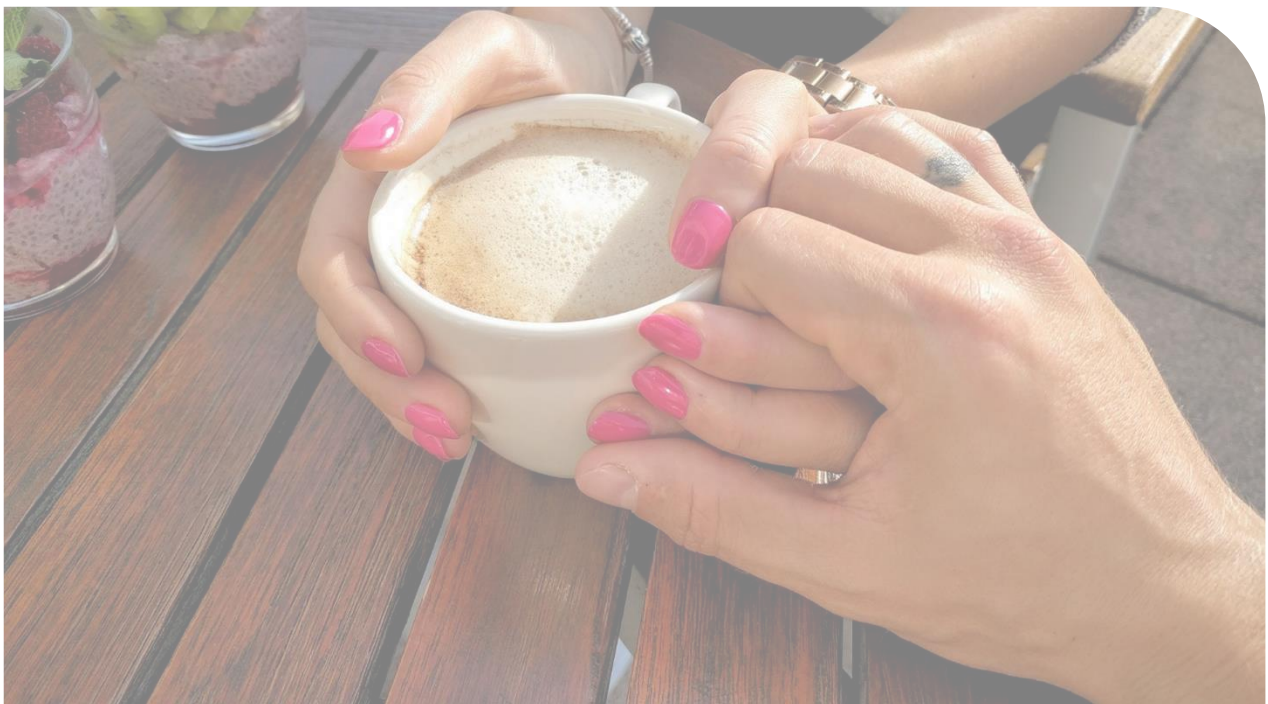


Factsheet Mantelzorg ondersteuning regio Haaglanden

Mantelzorg is het geven van onbetaalde hulp en zorg bij ziekte of beperking aan mensen uit de omgeving, bijvoorbeeld een partner, een ouder, een vriend of een buur. Vaak combineren mantelzorgers de zorg voor hun naasten met (vrijwilligers)werk, huishouden, het onderhouden van eigen contacten en eigen hobby's en interesses. Mantelzorg kan heel intensief zijn, vooral wanneer er steeds meer zorg nodig is, zoals het geval bij dementie. Hierdoor kan het voor de mantelzorger steeds moeilijker worden om naast de intensieve zorg ook nog tijd te vinden voor al die andere activiteiten. Daarnaast is mantelzorg vaak emotioneel zwaar. Er zijn diverse ondersteuningsmogelijkheden voor mantelzorgers. Deze factsheet geeft hiervan een beknopte weergave.



Lotgenoten contact

Het kan helpen om ervaringen uit te wisselen met mensen die in een vergelijkbare situatie zitten.

Alzheimer café

[Alzheimer Haaglanden | Alzheimer Nederland \(alzheimer-nederland.nl\)](#) [klik]

Mantelzorgcafé MOM (Leidschendam- Voorburg)

[Mantelzorgcafé \(bibliotheekaandevliet.nl\)](#)
[klik]

Een luisterend oor

Wilt u uw verhaal kwijt? Bij behoefte aan een luisterend oor is er de mantelkring en open je hart.

[Online activiteiten - Mantelkring.nl](#) [klik]

De mantelkring en Open je hart

Verbindt mantelzorgers met elkaar in wandelingen, via telefoon en met activiteiten: 088 – 78 78 988

[Den Haag - OpenJeHart](#) [klik]



Wegwijs in zorg & ondersteuning

Er is een breed aanbod van zorg en ondersteuning voor mensen met dementie en ook voor mantelzorgers. Maar waar kunt u het beste terecht met uw specifieke vraag?

De casemanager dementie en mantelzorgmakelaar zijn er om met u te kijken naar de best passende oplossingen.

Casemanager dementie

Vanaf het moment dat de diagnose Dementie is vastgesteld door de arts, kunt u een casemanager dementie aanvragen. De casemanager blijft het hele dementie-traject aan uw naaste gekoppeld tot eventuele verhuizing naar een verpleeghuis. De casemanager is expert op gebied van dementie en helpt u niet alleen met de zorg en vragen op dit moment, maar denkt ook proactief mee over de toekomst.

Voor een overzicht van casemanagers dementie in uw omgeving; zie de lijst op de website Geheugensteunpunt.nl:

<https://www.geheugensteunpunt.nl/casemanager-dementie/> [klik]

Mantelzorgconsulenten

Elke gemeente heeft mantelzorgconsulenten. Zij zijn goed op de hoogte van de mogelijkheden voor mantelzorgondersteuning in uw gemeente. Via de volgende websites kunt u in contact komen met een mantelzorgconsulent en meer lezen over wat er voor mantelzorgers geregeld is in uw gemeente.

Den Haag: <https://denhaagmantelzorg.nl/> [klik]

Leidschendam-Voorburg: <https://www.mantelzorglv.nl/> [klik]

Rijswijk: <https://www.welzijn-rijswijk.nl/mantelzorg/> [klik]

Wassenaar: <https://smowassenaar.nl/> [klik]

Mantelzorgmakelaar

Soms kan een aanvullende mantelzorgmakelaar een oplossing bieden. Deze kijkt met u mee naar uw behoefte en zoekt daarop passende ondersteuning. De mantelzorgmakelaar is tijdelijk, waar de casemanager dementie langdurig betrokken blijft en veel samenwerkt met andere zorgverleners die bij u(w naaste) betrokken zijn. <https://www.bmzm.nl/zoek-mantelzorgmakelaar/> [klik]



Respijt

Respijt is het ontzorgen van de mantelzorg door de zorg voor de persoon met dementie (tijdelijk) over te nemen. Er zijn vele vormen van respijt mogelijk:

Vrijwilliger/maatje – vaste vrijwilliger die bijvoorbeeld op pad gaat met uw naaste of juist thuis blijft met uw naaste zodat u op pad kan.

Betaald maatje – vrijwilligers zijn schaars, er zijn diverse partijen die een maatje bieden tegen een financiële vergoeding.

Ontmoetingscentra – laagdrempelige voorziening in de wijken, u en/of uw naaste kan langsgaan voor een kopje koffie, activiteiten, informatie en steun.

Dagbesteding – een plek waar uw naaste op vaste dagen in de week naar toe kan gaan om met andere mensen in contact te blijven en activiteiten te doen. Hiervoor is een indicatie vanuit de gemeente nodig.

(Tijdelijke) opname – als het thuis echt niet meer gaat is het in sommige gevallen mogelijk om een (tijdelijke) opname in een verpleeghuis te kiezen.

Logeerhuis (beperkt beschikbaar) – logeerhuizen zijn beperkt beschikbaar en zijn alleen geschikt als uw naaste niet dwaalt. Hier kan uw naaste een paar nachten overnachten.

Praktische websites

<https://www.geheugensteunpunt.nl/>

(regionale pagina over zorgaanbod bij dementie)

<https://www.dementie.nl/>

(landelijke informatieve pagina over dementie)

<https://www.mantelzorg.nl/>

(landelijke belangenvereniging voor mantelzorgers)

Sociale kaarten van de gemeenten:

Den Haag:

<https://socialekaartdenhaag.nl/ak-subject/casemanagement-dementie/>

Leidschendam-Voorburg:

<https://www.socialekaartlv.nl/Rijswijk/>

Wassenaar:

<https://www.digitale-socialekaart.nl/wassenaar>

