



# Informatiegids

voor mensen met  
dementie en hun  
naasten

Den Haag, Leidschendam-  
Voorburg, Rijswijk, Wassenaar



Je kijkt me aan  
En door me heen  
De verte zichtbaar in je ogen  
Grijs verleden  
Lang verhaal  
Door het heden  
Teruggevlogen

Vroeger weer terug  
Vandaag zo ongrijpbaar  
Hoewel met een brug  
Soms even bereikbaar

Je kijkt me aan  
En door me heen  
We zitten hier samen  
En toch beiden alleen

Anne-Marije Maris



## Informatiegids voor mensen met dementie

Wat staat er in deze gids?

Wij hebben geprobeerd om alles in deze gids te zetten wat u moet weten over dementie.

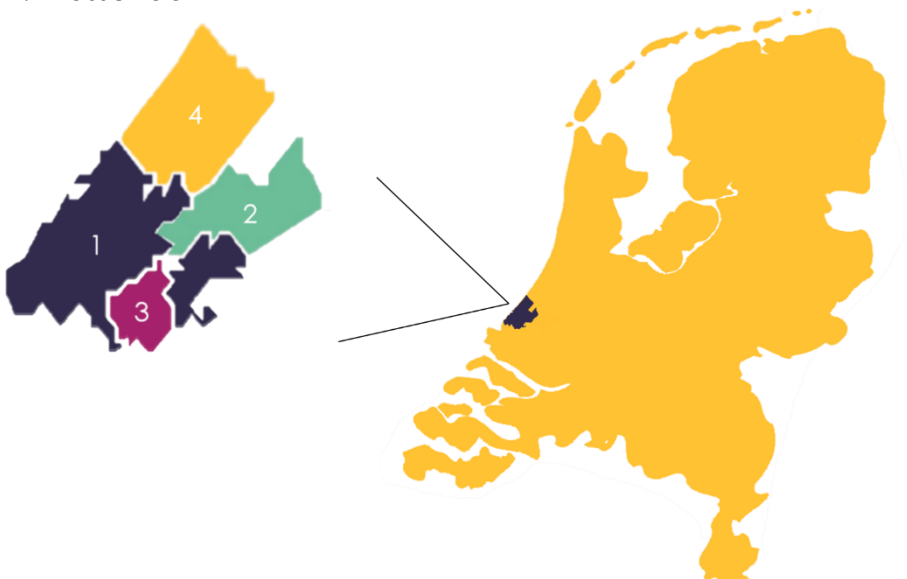
Deze informatiegids is geschreven door het Netwerk Dementie Haaglanden.

Als u iets mist of als er gegevens veranderd zijn, kunt u dit doorgeven aan [info@transmuralezorg.nl](mailto:info@transmuralezorg.nl).

Via bovenstaand e-mailadres is deze informatiegids ook gratis te bestellen.

We werken samen met organisaties uit deze gemeenten:

1. Den Haag
2. Leidschendam - Voorburg
3. Rijswijk
4. Wassenaar



# Inhoud

<b>1. Wat is dementie?</b>	<b>7</b>
<b>2. Wat kunt u doen bij een niet-pluis gevoel?</b>	<b>8</b>
<b>3. Diagnose</b>	<b>9</b>
<b>4. Zorgindicatie</b>	<b>10</b>
<b>5. Casemanagement dementie</b>	<b>12</b>
<b>6. Thuis wonen met dementie</b>	<b>14</b>
6.1 Hulp door de thuiszorg	15
6.2 Hulpmiddelen en aanpassingen in huis	17
6.3 Huishoudelijke hulp	20
6.4 Betekenisvolle activiteiten	22
6.5 Vrijwilligersorganisatie Buddy Netwerk	26
6.6 Auto- of motorrijden en dementie	27
<b>7. Mantelzorg</b>	<b>28</b>
7.1 Mantelzorgondersteuning	29
7.2 Respijtzorg	32
<b>8. Als thuis wonen niet meer gaat</b>	<b>35</b>
<b>9. De laatste levensfase</b>	<b>39</b>
<b>10. (Na)zorg voor mantelzorgers</b>	<b>41</b>
<b>11. Overige informatie</b>	<b>42</b>
11.1 Dementie bij specifieke doelgroepen	42



# 1. Wat is dementie?

Dementie zorgt ervoor dat de hersenen informatie niet goed meer kunnen verwerken.

Er zijn ruim 50 soorten dementie.

De ziekte van Alzheimer komt het meest voor.

Vasculaire dementie, fronto-temporale dementie (FTD) en Lewy body dementie komen daarnaast ook veel voor.

## Wat merkt u als u dementie heeft?

Als u dementie heeft kunt u merken dat u simpele dagelijkse taken minder goed kunt uitvoeren.

U kunt bijvoorbeeld moeite hebben met het betalen van rekeningen, u weet niet meer welke dag het is of u vergeet afspraken.

De meest voorkomende klachten zijn:

- vergeetachtigheid;
- moeite hebben met dagelijkse handelingen;
- vergissen in de tijd en de plaats;
- moeite hebben met praten en het volgen van gesprekken;
- kwijtraken van spullen;
- verandering in uw gedrag;
- moeite hebben met zicht;
- onrust;
- moeite hebben met uw hobby's of sport;
- moeite hebben met het inschatten van situaties.

## Meer informatie

Op de website van Alzheimer Nederland kunt u meer informatie vinden over dementie.

W <https://www.alzheimer-nederland.nl/dementie>



## 2. Wat kunt u doen bij een niet-pluis gevoel?

Het is normaal om wel eens vergeetachtig te zijn.

Vooral als u ouder wordt.

U kunt ongerust worden als u merkt dat u niet meer goed op namen kunt komen, vergeetachtig bent of als het warrig is in uw hoofd.

Het kan ook voorkomen dat uw familie of vrienden merken dat u zich anders gedraagt.

U kunt het gevoel hebben dat er iets niet klopt.

Of uw familie en vrienden kunnen het gevoel hebben dat er iets niet-pluis is.

Vaak begint het vermoeden op dementie met een niet-pluis gevoel.

Het is belangrijk om hierover te praten met uw familie en vrienden.

Het is ook belangrijk om uw zorgen te bespreken met uw huisarts.

### De Geheugentest

U kunt op de website van Alzheimer Nederland de Geheugentest doen.

U kunt de resultaten van deze test meenemen naar uw huisarts.

**W** <https://www.alzheimer-nederland.nl/geheugentest>





### 3. Diagnose

Het is belangrijk om de diagnose dementie vast te stellen. U heeft dan recht op hulp en ondersteuning, bijvoorbeeld door een casemanager dementie.

#### Een gesprek met uw huisarts

De huisarts begint met een aantal vragen om uw geheugen te testen.

Ook zal de huisarts andere oorzaken van uw klachten onderzoeken.

Het kan zijn dat uw huisarts ook met uw familie of vrienden wil praten.

Als uw huisarts denkt dat u dementie heeft kan uw huisarts zelf de diagnose stellen of hij/ zij stuurt u door naar een specialist.

#### Doorverwijzing naar een specialist

Als uw huisarts twijfelt kunt u doorgestuurd worden naar een specialist, bijvoorbeeld naar:

- een ouderenarts die u thuis bezoekt;
- de geheugenpoli van het ziekenhuis;
- afdeling neurologie van het ziekenhuis;
- afdeling ouderen van een GGZ-instelling;
- een psychiatrisch centrum.

Hier worden uitgebreidere onderzoeken gedaan door middel van vragen en opdrachten.

#### Kosten

Het stellen van een diagnose door de huisarts wordt vergoed door uw zorgverzekering.

Als de diagnose wordt gesteld door een specialist betaalt u hier mogelijk voor vanuit uw eigen risico.

## 4. Zorgindicatie

Om zorg vergoed te krijgen is voor een aantal zorgvragen een indicatie nodig.

Deze zorg is geregeld in verschillende wetten.

De Zorgverzekeringswet, de Wet Maatschappelijke ondersteuning en de Wet Langdurige Zorg worden in dit hoofdstuk kort uitgelegd.

### Zorgverzekeringswet (ZVW)

Wat is de Zorgverzekeringswet?

Iedereen die in Nederland woont of werkt heeft recht op zorg.

Dit is geregeld in de Zorgverzekeringswet.

Hier valt uw basis zorgverzekering en eventueel uw aanvullende zorgverzekering onder.

Hier valt bijvoorbeeld ook de wijkverpleging onder.

Wijkverpleging is zorg die u thuis kunt ontvangen.

Wie kan de indicatie stellen?

Voor wijkverpleging vanuit de Zorgverzekeringswet heeft u een indicatie nodig.

Een wijkverpleegkundige kan u helpen bij het opstellen van een indicatie.

### Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO)

Wat is de Wet Maatschappelijke Ondersteuning?

De Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) regelt hulp en ondersteuning, zodat u zo lang mogelijk zelfstandig thuis kunt wonen.

Hulp die geregeld kan worden vanuit de WMO is bijvoorbeeld:

- Huishoudelijke hulp;
- Dagopvang of dagbesteding;
- Hulp bij vervoer;
- Aanpassingen in uw woning, bijvoorbeeld een traplift.

Voor hulp en ondersteuning vanuit de WMO geldt een eigen bijdrage.

U kunt deze bijdrage berekenen via het CAK.

U kunt meer informatie vinden via de website of via de QR-code.

**W** [www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl)



### Wie kan de indicatie stellen?

De gemeente is verantwoordelijk voor de WMO.

U kunt zelf een WMO-indicatie aanvragen via het WMO-loket van uw gemeente.

Vervolgens vindt een gesprek plaats met een WMO-consulent van de gemeente.

De WMO-consulent bepaalt of u in aanmerking komt voor een WMO-indicatie.

### Wet Langdurige Zorg (WLZ)

#### Wat is de Wet Langdurige Zorg?

Bij langdurige (intensieve) zorg kunt u een WLZ-indicatie krijgen.

Vanuit de WLZ kan u (verpleeghuis)zorg thuis krijgen, maar u kunt hiermee ook in een verpleeghuis wonen.

Voor zorg vanuit de WLZ geldt een eigen bijdrage.

U kunt deze bijdrage berekenen via het CAK.

U kunt meer informatie vinden via de website of via de QR-code.

**W** [www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl)



### Wie kan de indicatie stellen?

Voordat een WLZ-indicatie aangevraagd kan worden, moet u aan een aantal voorwaarden voldoen.

Vervolgens wordt de aanvraag en beoordeling gedaan door het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ).

U kunt meer informatie vinden via de website of via de QR-code.

**W** [www.ciz.nl](http://www.ciz.nl)



## 5. Casemanagement dementie

Als de diagnose dementie bij u is vastgesteld kan dit veel vragen oproepen.

Een casemanager dementie kan u hierbij helpen.

Een casemanager dementie is een vaste hulpverlener voor degene met dementie en de mantelzorger die u kan helpen bij zaken rondom dementie.

Een casemanager dementie kan u ook helpen om zo lang mogelijk veilig thuis te blijven wonen.

Als u de diagnose dementie heeft gekregen, heeft u recht op hulp van een casemanager dementie.

### Wat doet een casemanager dementie?

Uw casemanager dementie kan u helpen en ondersteunen vanaf de niet-pluis fase totdat u wordt opgenomen in een verpleeghuis of totdat u overlijdt.

Een casemanager kan u:

- informatie geven over dementie;
- advies geven bij het maken van keuzes;
- helpen bij problemen waar u tegenaan loopt;
- helpen bij het aanvragen van zorg.

Uw casemanager komt op afgesproken tijden bij u op bezoek.

Buiten deze momenten kunt u uw casemanager bellen met vragen.

### Hoe krijgt u een casemanager dementie?

De arts die de diagnose heeft gesteld kan een casemanager dementie voor u inschakelen.

Dat kan de wijkverpleegkundige ook voor u doen.

Zij vragen dan een casemanager voor u aan bij een zorginstelling bij u in de buurt.

U moet hier wel eerst toestemming voor geven.  
U kunt ook zelf een casemanager aanvragen.  
Via onderstaande link of via de QR-code ziet u welke casemanagers er actief zijn in uw wijk.



**W** [www.transmuralezorg.nl/kennisbank/casemanagement-dementie](http://www.transmuralezorg.nl/kennisbank/casemanagement-dementie)

### **Kosten**

De kosten voor een casemanager worden vergoed vanuit de basisverzekering van de zorgverzekering.  
U hoeft hier dus niet voor te betalen.

Wanneer u een WLZ indicatie heeft, wordt de casemanager dementie vanuit de WLZ geregeld.

U betaalt dan een eigen bijdrage.

U kunt deze bijdrage berekenen via het CAK.

U kunt meer informatie vinden via de website of via de QR-code.

**W** [www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl)



## 6. Thuis wonen met dementie

Met de diagnose dementie kunt u thuis blijven wonen, totdat het thuis niet meer gaat.

Zolang het kan blijft uw leven zoveel mogelijk als voor de diagnose.

Helaas kan er een moment komen dat de dagelijkse bezigheden lastiger worden.

In dit geval kunt u hulp en ondersteuning krijgen, zodat u thuis kunt blijven wonen zolang dit mogelijk is.

Ook kan er bekeken worden hoe u uw dag betekenisvol kan indelen, bijvoorbeeld door middel van dagbesteding.



## 6.1 Hulp door de thuiszorg

Als u moeite krijgt met persoonlijke verzorging, zoals douchen en aankleden, kunt u thuiszorg aanvragen.

De wijkverpleegkundige van de thuiszorg kan veel voor u doen. Hij of zij kijkt samen met u welke hulp u thuis kunt krijgen.

### Waar kan de wijkverpleegkundige u mee helpen?

Naast medische zorg is het ook mogelijk om te praten over het ziek-zijn en de behandeling.

U kunt hulp krijgen bij:

- persoonlijke verzorging, zoals douchen en aankleden;
- verpleging, zoals het verzorgen van wonden;
- het geven van medicijnen.

U kunt ook vragen bespreken met de wijkverpleegkundige, zoals:

- Hoe moet het nu verder?
- Hoe kan ik mij zo goed mogelijk voorbereiden op wat er komen gaat?
- Waar, wanneer, waarvoor en van wie kan ik zorg en hulp krijgen?

### Thuiszorg aanvragen

U kunt contact opnemen met uw huisarts of de thuiszorgorganisatie van uw keuze.

Als u een casemanager dementie heeft, kan hij of zij u ook hierbij helpen.

### Wat gebeurt er na uw aanmelding?

Na aanmelding neemt de wijkverpleegkundige telefonisch contact met u op om een afspraak te maken bij u thuis.

De wijkverpleegkundige kan u meer vertellen over de kosten van de thuiszorg.

Deze worden meestal vergoed door uw basisverzekering van uw zorgverzekering.

## Thuiszorgorganisaties in de regio Haaglanden

In regio Haaglanden zijn de volgende thuiszorgorganisaties aangesloten bij het Netwerk Dementie Haaglanden:

### Amarosa

T 070 512 32 00

E [info@amarosa.nl](mailto:info@amarosa.nl)

### Stichting Thuiszorg Nescare

T 070 200 23 60

E [info@nescare.nl](mailto:info@nescare.nl)

### Cardia

T 070 800 88 88

E [klantenbureau@cardia.nl](mailto:klantenbureau@cardia.nl)

### Respect

T 070 306 91 70

E [info@respectzorg.nl](mailto:info@respectzorg.nl)

### Evita Zorg

T 070 314 16 00

E [info@evitazorg.nl](mailto:info@evitazorg.nl)

### Liefs Thuis

T 085 800 09 30

E [info@liefsthuis.nl](mailto:info@liefsthuis.nl)

### Florence

T 070 413 10 00

E [info@florence.nl](mailto:info@florence.nl)

### Stichting Eykenburg

T 070 750 70 00

E [info@eykenburg.nl](mailto:info@eykenburg.nl)

### Home Instead Den Haag

T 070 345 71 50

E [info.denhaag@homeinstead.nl](mailto:info.denhaag@homeinstead.nl)

### Stichting Johannahuis

T 070 512 45 00

E [info@vanommerenpark.nl](mailto:info@vanommerenpark.nl)

### Home Instead Haaglanden Zuid en Oost

T 085 876 87 94

E [info.hzo@homeinstead.nl](mailto:info.hzo@homeinstead.nl)

### WoonZorgcentra Haaglanden

T 070 756 16 00

E [klantenservice@wzh.nl](mailto:klantenservice@wzh.nl)

### HVP Zorg

T 070 311 43 11

E [info@hvpzorg.nl](mailto:info@hvpzorg.nl)

### Haagse Wijk- en Woonzorg

T 070 379 50 00

E [info@hwwzorg.nl](mailto:info@hwwzorg.nl)





## 6.2 Hulpmiddelen en aanpassingen in huis

Veel mensen willen het liefst zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen, ondanks handicap, ouderdom of ziekte.

Soms worden dagelijkse activiteiten, zoals lopen, douchen of naar het toilet gaan lastiger.

Hulpmiddelen zoals een rolstoel, douchestoel of poststoel kunnen helpen om zo lang mogelijk zelfstandig thuis te blijven wonen.

Bij de thuiszorgwinkel kunt u hulpmiddelen lenen, huren of kopen.

Uw zorgverzekeraar weet welke regels er zijn voor de hulpmiddelen en kan u hierover informeren.

Zij weten ook waar u een hulpmiddel kunt krijgen.

Soms betaalt u een eigen bijdrage voor een hulpmiddel.

Dit wordt bepaald door uw zorgverzekeraar.

### Contactgegevens regio Haaglanden

Voor vragen kunt u ook contact opnemen met de klantenservice van:

**Vegro**

T 0900 288 77 66

**Medipoint**

T 088 102 01 00

### Uw woning veilig en makkelijk in gebruik

U kunt geleidelijk minder goed in staat zijn om de dagelijkse activiteiten uit te voeren.

Het is daarom verstandig om met uw familie of vrienden te bekijken hoe uw woning veilig gemaakt kan worden.

U kunt bijvoorbeeld kijken naar:

- Zijn er drempels of snoeren waar u over kunt vallen?
- Staan er veel overbodige spullen in uw woning?
- Zijn er scherpe hoeken of randen?

## Ergotherapie

Een ergotherapeut kan u helpen om de dagelijkse activiteiten nog zoveel mogelijk zelf te kunnen doen.

De behandeling van een ergotherapeut kan bestaan uit:

- advies over het aanpassen van uw woonomgeving (handgrepen, drempels etc.) en in te zetten hulpmiddelen (grijpers, rollator);
- oefenen met dagelijkse activiteiten;
- leren op een bepaalde manier uw dagelijkse activiteiten te doen;
- voorlichting geven aan uw familie en vrienden.

U kunt een ergotherapeut aanvragen via uw huisarts of wijkverpleegkundige.

Meestal wordt deze hulp vergoed door uw zorgverzekering.

## Handige hulpmiddelen

Er zijn steeds meer apparaten en gebruiksvoorwerpen die het u zo makkelijk mogelijk kunnen maken om zolang mogelijk thuis te blijven wonen.

Denk bijvoorbeeld aan:

- telefoons met weinig knoppen;
- anti-slipkommen;
- rollator met een zitje;
- strijkijzers met een licht gewicht;
- medicijndispensers;
- personenalarmering;
- zorg- en stofzuigerrobots.

## Websites met meer informatie

U kunt op de website van hulpmiddelenwijzer verschillende voorbeelden vinden van handige gebruiksvoorwerpen.

U kunt ook de QR-code scannen voor meer informatie.



**W** [www.hulpmiddelenwijzer.nl](http://www.hulpmiddelenwijzer.nl)

U kunt op de website van technologie voor thuis voorbeelden en informatie vinden over technologie of (slimme) hulpmiddelen.

Bij verschillende uitleenpunten in Den Haag kunt u kosteloos voor 3 maanden een (slim) hulpmiddel lenen.

Dit kan u helpen om veiliger en zelfstandiger in uw eigen vertrouwde omgeving te blijven wonen.

Ook kunt u de iZi-ervaarwoning bezoeken om erachter te komen welke hulpmiddelen u hierbij zouden kunnen ondersteunen.

Meer informatie hierover is te vinden via onderstaande website.

**W** [www.technologievoorthuis.nl](http://www.technologievoorthuis.nl)

U kunt ook de QR-code scannen voor meer informatie.



### 6.3 Huishoudelijke hulp

Het schoon en leefbaar houden van uw huis kan u veel energie kosten.

Een huishoudelijke hulp kan u hierbij helpen als u dit niet (helemaal) zelf meer kunt.

U kunt zelf een huishoudelijk hulp in de arm nemen.

Maar u kunt huishoudelijke hulp ook aanvragen via de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) of de Wet Langdurige Zorg (WLZ).

De hulp vanuit de WMO kunt u aanvragen via de gemeente waarin u woont.

De hulp vanuit de WLZ kunt u aanvragen bij het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ).

Een casemanager dementie of wijkverpleegkundige kan u helpen bij het aanvragen van de huishoudelijke hulp.

Als u huishoudelijke hulp krijgt via de WMO of de WLZ, betaalt u een eigen bijdrage.

De eigen bijdrage wordt berekend door het CAK.

U kunt meer informatie vinden via de website of via de QR-code.

**W** [www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl)



## Contactgegevens van de gemeenten

Gemeente Den Haag

T 14 070

W [www.denhaag.nl/nl/zorg-en-ondersteuning/ondersteuning-bij-uw-huishouden](http://www.denhaag.nl/nl/zorg-en-ondersteuning/ondersteuning-bij-uw-huishouden)



Gemeente Leidschendam – Voorburg

T 14 070

W [www.lv.nl/huishoudelijke-ondersteuning](http://www.lv.nl/huishoudelijke-ondersteuning)



Gemeente Rijswijk

T 14 070

W [www.rijswijk.nl/hulp-bij-wonen-en-gezondheid](http://www.rijswijk.nl/hulp-bij-wonen-en-gezondheid)



Gemeente Wassenaar

T 14 070

W [www.wassenaar.nl/wet-maatschappelijke-ondersteuning-wmo](http://www.wassenaar.nl/wet-maatschappelijke-ondersteuning-wmo)



## 6.4 Betekenisvolle activiteiten

Er zijn verschillende activiteiten en uitjes die worden georganiseerd voor mensen met dementie die nog zelfstandig wonen.

U kunt hier naartoe als u behoefte heeft aan bijvoorbeeld:

- meer structuur;
- meer begeleiding;
- een zinvolle dagbesteding;
- contact met leeftijdsgenoten.

### Dagopvang, dagbesteding of dagbehandeling

Bij dagopvang en dagbesteding ligt de nadruk op gezelligheid en ontspanning.

Er wordt bijvoorbeeld samen gekookt, koffie gedronken, gegeten en spelletjes gedaan.

Bij dagbehandeling is er niet alleen tijd voor activiteiten, maar kan er ook ruimte zijn voor uw medische behandeling.

Bij de dagbehandeling zijn gespecialiseerde verzorgenden en verpleegkundigen aanwezig.

### Zorgboerderijen

Een zorgboerderij is een vorm van dagopvang.

Op een zorgboerderij wordt gekeken hoe u kunt meehelpen op de boerderij.

U kunt bijvoorbeeld eieren rapen, dieren voeren of planten oppotten.

Op een zorgboerderij komen onder andere mensen met dementie, een verstandelijke beperking of een psychiatrische aandoening.

Kijk voor meer informatie op de website of scan de QR-code.

**W** [www.zorgboerenzuidholland.nl](http://www.zorgboerenzuidholland.nl)



## Individuele begeleiding

Bij individuele begeleiding wordt er een begeleider aan u gekoppeld.

U krijgt deze begeleiding bij u thuis.

Deze begeleider kan u onder andere helpen bij bijvoorbeeld:

- helpen naar afspraken;
- samen spelletjes doen;
- familie en vrienden bezoeken;
- samen koken;
- samen bewegen.

## Aanvragen dagopvang, dagbesteding, dagbehandeling of individuele begeleiding

Dagopvang, dagbesteding of dagbehandeling wordt geregeld via de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) of de Wet Langdurige Zorg (WLZ) vanuit de thuissituatie.

Hoe u hulp vanuit de WMO of WLZ kunt aanvragen, kunt u terugvinden op pagina 9 en 10.

U kunt uw casemanager dementie, wijkverpleegkundige of andere zorgverlener om hulp vragen bij de aanvraag.

## Dagopvang, dagbesteding of dagbehandeling locaties in de regio Haaglanden

Vanuit het Netwerk Dementie Haaglanden bieden de volgende organisaties dagopvang, dagbesteding of dagbehandeling aan.

### Amarosa

T 070 512 32 00

E [info@amarosa.nl](mailto:info@amarosa.nl)

### Evita Zorg

T 070 314 16 00

E [info@evitazorg.nl](mailto:info@evitazorg.nl)

### Cardia

T 070 800 88 88

E [klantenbureau@cardia.nl](mailto:klantenbureau@cardia.nl)

### Florence

T 070 413 10 00

E [info@florence.nl](mailto:info@florence.nl)



**HVP Zorg**

T 070 311 43 11

E [info@hvpzorg.nl](mailto:info@hvpzorg.nl)**Haagse Wijk- en Woonzorg**

T 070 379 50 00

E [info@hwwzorg.nl](mailto:info@hwwzorg.nl)**Home Instead Den Haag**

T 070 345 71 50

E [info.denhaag@homeinstead.nl](mailto:info.denhaag@homeinstead.nl)**Home Instead Haaglanden Zuid en Oost**

T 085 876 87 94

E [info.hzo@homeinstead.nl](mailto:info.hzo@homeinstead.nl)**Mr. L.E. Visserhuis**

T 070 314 38 00

W [www.jbc.visserhuis.nl](http://www.jbc.visserhuis.nl)**Respect Zorggroep**

T 070 306 91 70

E [info@respectzorg.nl](mailto:info@respectzorg.nl)**Saffier**

T 0800 7233 437

E [info@saffiergroep.nl](mailto:info@saffiergroep.nl)**Stichting Eykenburg**

T 070 750 70 00

E [info@eykenburg.nl](mailto:info@eykenburg.nl)**Stichting Johannahuis**

T 070 512 45 00

E [info@vanommerenpark.nl](mailto:info@vanommerenpark.nl)**WoonZorgcentra Haaglanden**

T 070 756 16 00

E [klantenservice@wzh.nl](mailto:klantenservice@wzh.nl)**Alzheimer cafés of Alzheimer Trefpunt**

Bij het Alzheimer café komen mensen met dementie en hun familie en vrienden bij elkaar.

Er is ook een Alzheimer Trefpunt, voor mensen met dementie met een migratie achtergrond.

U kunt hierheen voor vragen, het uitwisselen van ervaringen en contact met anderen die hetzelfde meemaken als u.

De bijeenkomst begint met een lezing of interview met betrokkenen.

Daarna kunnen bezoekers ervaringen, tips en ideeën met elkaar delen.

W [www.alzheimer-nederland.nl/regios/alzheimer-haaglanden](http://www.alzheimer-nederland.nl/regios/alzheimer-haaglanden)

U kunt de QR-code scannen voor een overzicht van de Alzheimer Cafés en Trefpunten in uw buurt.





## Haags Ontmoeten

Haags Ontmoeten is een plek in de wijk waar wekelijks alle zelfstandig wonende Haagse ouderen en hun mantelzorgers vrij binnen kunnen lopen.

Ook mensen met beginnende dementie kunnen hier terecht.

Het is een plek om te ontmoeten, ervaringen te delen en te ontspannen.

U kunt er samen iets drinken en/of meedoen aan allerlei activiteiten.

W [www.haagsontmoeten.nl](http://www.haagsontmoeten.nl)

Voor meer informatie kunt u de QR-code scannen.



## 6.5 Vrijwilligersorganisatie Buddy Netwerk

Buddy Netwerk is een organisatie die gebruik maakt van vrijwilligers.

Als u beginnende dementie heeft kunt u gekoppeld worden aan een 'buddy'.

Een buddy kan u helpen door bijvoorbeeld:

- een luisterend oor te bieden;
- een goed gesprek met u te voeren;
- met u te wandelen;
- een uitstapje met u doen.

Een buddy komt ongeveer een jaar lang regelmatig bij u langs.

U spreekt samen met uw buddy af hoe vaak hij of zij bij u langskomt.

Dit kan één keer in de week zijn of één keer per twee weken.

Uw mantelzorger kan dan even tijd voor zichzelf nemen en tot rust komen.

Buddy Netwerk is actief in de gemeente Den Haag en Leidschendam – Voorburg.

U kunt meer informatie vinden via de website.

U kunt ook de QR-code scannen.

W [www.buddynetwerk.nl](http://www.buddynetwerk.nl)



## 6.6 Auto- of motorrijden en dementie

Als u de diagnose dementie heeft gekregen en u wilt blijven auto- of motorrijden, dan moet u de diagnose aangeven bij het CBR.

Het CBR nodigt u dan uit voor een rijtest.

U kunt meer informatie vinden op de website van het CBR.

U kunt ook de QR-code scannen.

[W \[www.cbr.nl/nl/rijbewijs-houden/nl/hoe-kan-ik-rijden-met/dementie/kan-ik-autorijden-met-dementie\]\(http://www.cbr.nl/nl/rijbewijs-houden/nl/hoe-kan-ik-rijden-met/dementie/kan-ik-autorijden-met-dementie\)](http://www.cbr.nl/nl/rijbewijs-houden/nl/hoe-kan-ik-rijden-met/dementie/kan-ik-autorijden-met-dementie)



## 7. Mantelzorg

Als uw partner, een familielid of vriend dementie heeft wilt u daar vaak voor zorgen.

Wanneer u dit langdurig en onbetaald doet, wordt het mantelzorg genoemd.

Mantelzorg kan zwaar zijn en u kunt zich overbelast voelen.

Ook kunt u vragen hebben en behoefte hebben aan contact met andere mantelzorgers.

Dit gevoel is heel normaal.

Om mantelzorgers te ondersteunen zijn er verschillende voorzieningen.

## 7.1 Mantelzorgondersteuning

### **Alzheimer cafés, Alzheimer Trefpunt en Haags Ontmoeten**

U kunt ook naar een Alzheimer café, Alzheimer Trefpunt of een locatie van Haags ontmoeten.

Op pagina 23 kunt u meer informatie lezen over Alzheimer cafés, het Alzheimer Trefpunt en Haags ontmoeten.

### **Servicepunt XL**

Bij het Servicepunt XL kunt u verschillende vragen stellen.

Het Servicepunt XL heeft meerdere locaties die verdeeld zijn over de stad.

Een medewerker van het servicepunt helpt u hierbij.

U kunt bijvoorbeeld hulp krijgen bij:

- vinden van activiteiten en diensten in uw wijk;
- vinden van vrijwilligerswerk;
- administratie en geldzaken;
- gebruik van de computer;
- invullen van (online) formulieren;
- informatie en advies voor mantelzorgers;
- aanvragen van subsidies en uitkeringen;
- WMO-melding doen.

**[www.denhaag.nl/nl/zorg-en-ondersteuning/servicepunt-xl-voor-informatie-advies-en-hulp/](http://www.denhaag.nl/nl/zorg-en-ondersteuning/servicepunt-xl-voor-informatie-advies-en-hulp/)**

Via de website kunt u meer informatie vinden over het Servicepunt XL.

U kunt ook de QR-code scannen.



## Sociale kaart

Via de sociale kaart kunt u een overzichtelijk aanbod van activiteiten, ondersteuning en zorg vinden.

Onderstaand vindt u per gemeente de sociale kaart.

Gemeente Den Haag

**W** [www.socialekaartdenhaag.nl](http://www.socialekaartdenhaag.nl)

U kunt ook de QR-code scannen.



Gemeente Leidschendam – Voorburg

**W** [www.socialekaartlv.nl](http://www.socialekaartlv.nl)

U kunt ook de QR-code scannen.



Gemeente Rijswijk

**W** [www.digitale-sociale-kaart.nl/rijswijk](http://www.digitale-sociale-kaart.nl/rijswijk)

U kunt ook de QR-code scannen.



Gemeente Wassenaar

**W** [www.digitale-sociale-kaart.nl/wassenaar](http://www.digitale-sociale-kaart.nl/wassenaar)

U kunt ook de QR-code scannen.



## DementieLijn

Bij de DementieLijn kunt u terecht voor vragen en advies.

Dit kunnen vragen zijn over de zorg aan een naaste of advies in een moeilijke situatie.

U kunt hier zeven dagen per week gratis terecht via onderstaand telefoonnummer.

**T** 0800 5088

**W** [www.dementie.nl/dementielijn](http://www.dementie.nl/dementielijn)

Meer informatie is te vinden via bovenstaande website.

U kunt ook de QR-code scannen.



## MantelzorgNL

MantelzorgNL is een landelijke vereniging waarbij u veel informatie kunt krijgen over mantelzorg.

W [www.mantelzorg.nl](http://www.mantelzorg.nl)

Meer informatie is te vinden via bovenstaande website.  
U kunt ook de QR-code scannen.



## 7.2 Respijtzorg

Bij respijtzorg neemt iemand anders tijdelijk de mantelzorg van u over.

U kunt hier voor kiezen als u bijvoorbeeld:

- een avondje uit wilt;
- een weekendje weg wilt;
- het voor u even te veel wordt.

Respijtzorg wordt ook vervangende zorg genoemd.

Verschillende hulpverleners kunnen u helpen bij het aanvragen van respijtzorg, bijvoorbeeld:

- uw casemanager;
- uw wijkverpleegkundige;
- de ouderenwerker van een welzijnsorganisatie.

### Soorten respijtzorg

Er zijn verschillende soorten respijtzorg.

Welke respijtzorg u krijgt hangt af van wat u wilt en nodig heeft.

### Dagopvang of dagbesteding

Hierbij wordt de zorg voor een dag of dagdeel van u overgenomen.

Bij de dagopvang of dagbesteding is professionele begeleiding aanwezig.

Vaak worden er creatieve activiteiten georganiseerd.

U kunt dagopvang of dagbesteding regelen vanuit:

- de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) via de gemeente;
- de Wet Langdurige Zorg (WLZ) via uw zorgverlener.

### Logeeropvang

Hierbij logeert degene met dementie in een logeershuis, zorghotel, gastgezin of verpleeghuis.

De zorg wordt zo tijdelijk van u overgenomen.

U kunt de logeeropvang regelen vanuit:



- de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) via de gemeente;
- de Wet Langdurige Zorg (WLZ) via uw zorgverlener.

### Individuele begeleiding

Bij aanwezigheidszorg komt een vrijwilliger aan huis.

De zorg wordt dus thuis gegeven.

U kunt dan een dagje weg of op vakantie.

U kunt aanwezigheidszorg particulier zelf inkopen, maar u kunt dit ook regelen vanuit:

- uw aanvullende zorgverzekering;
- de Wet Langdurige Zorg (WLZ) via uw zorgverlener;
- vrijwilligersorganisaties, zoals Buddy Netwerk.

### Lichte vorm van respijtzorg

Bij deze vorm van respijtzorg ondersteunt een vrijwilliger u met de zorgtaken.

U kunt bijvoorbeeld samen met uw naaste en een vrijwilliger een activiteit doen.

U kunt deze vorm van respijtzorg regelen:

- via vrijwilligersorganisaties, zoals Buddy Netwerk;
- via de ouderenwerker van welzijnsorganisaties, zoals Wijkz.

### Kosten

De kosten van respijtzorg kunnen verschillen.

Dit hangt af van de indicatie die u heeft.

Indicaties worden uitgelegd in hoofdstuk 4 op pagina 9 en 10.

Soms betaalt u een eigen risico of een wettelijke eigen bijdrage.

Als u via een vrijwilligersorganisatie gebruikt maakt van respijtzorg, betaalt u vaak alleen kosten die de vrijwilliger maakt, zoals reiskosten.

Het is belangrijk dat u goed uitzoekt welke kosten u zelf moet betalen, zodat u niet voor verrassingen komt te staan.

## Respijtzorg in regio Haaglanden

Voor de mogelijkheden in uw gemeente kunt u contact opnemen met de gemeente of meer informatie vinden via de website.

### Gemeente Den Haag

**T** 14 070

**W** [www.denhaag.nl](http://www.denhaag.nl)

U kunt de QR-code scannen voor de mogelijkheden voor respijtzorg in Den Haag.



### Gemeente Leidschendam – Voorburg

**T** 14 070

**W** [www.lv.nl/hulp-voor-mantelzorgers](http://www.lv.nl/hulp-voor-mantelzorgers)

U kunt de QR-code scannen voor meer informatie over mantelzorg en respijtzorg in Leidschendam – Voorburg.



### Gemeente Rijswijk

**T** 14 070

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

U kunt de QR-code scannen voor meer informatie over mantelzorg en respijtzorg in Rijswijk.



### Gemeente Wassenaar

**T** 14 070

**W** [www.wassenaar.nl/ondersteuning-voor-mantelzorgers](http://www.wassenaar.nl/ondersteuning-voor-mantelzorgers)

U kunt de QR-code scannen voor meer informatie mantelzorg en respijtzorg in Wassenaar.



## 8. Als thuis wonen niet meer gaat

Het kan voorkomen dat u niet meer thuis kunt wonen, omdat de zorg te zwaar wordt of omdat het niet meer veilig is.

U kunt dan kiezen voor een verpleeghuis.

U dient hierbij rekening te houden met eventuele wachttijd.

### Soorten verpleeghuizen

Er zijn verschillende soorten verpleeghuizen:

- grootschalige verpleeghuizen;
- kleinschalige verpleeghuizen.

Het is belangrijk dat u met uw familie en vrienden bespreekt wat uw wensen zijn.

U kunt deze wensen ook met uw casemanager bespreken.

Bij een grootschalig verpleeghuis:

- heeft u meestal uw eigen kamer met badkamer;
- is er vaak een activiteitenruimte waar u aan activiteiten kunt meedoen;
- is er minder betrokkenheid van familie nodig;
- zijn er meer regels waar u zich aan moet houden;
- kunt u meestal zelf opstaan, naar het toilet gaan en naar bed gaan als u dat wilt;
- met de zorgverleners kunt u bespreken wat uw wensen en behoeften zijn. Dit wordt opgeschreven in een zorgplan.

Bij een kleinschalig verpleeghuis:

- is er een huiselijke gemeenschappelijke ruimte en heeft u uw eigen slaapkamer;
- zijn huisdieren soms toegestaan;
- wordt er meestal een actief aandeel van de familie en vrienden verwacht;
- zijn er meestal geen algemene voorzieningen, zoals een restaurant.

## Regelen van het verhuizen naar een verpleeghuis

Uw casemanager kan u helpen bij het regelen van de verhuizing naar een verpleeghuis.

Voordat u kunt verhuizen naar een verpleeghuis moet u beoordeeld worden door het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). Meestal vult een familielid of vriend samen met uw casemanager een vragenlijst in.

Op basis van deze informatie krijgt u een zorgprofiel.

Dit zorgprofiel is nodig om u aan te melden bij een verpleeghuis.

Het CIZ geeft binnen zes weken door of u in aanmerking komt voor het wonen in een verpleeghuis.

Als dit het geval is, kunt u worden aangemeld bij een verpleeghuis naar keuze.

U wordt dan zo snel mogelijk uitgenodigd voor een voorbereidend gesprek om de verhuizing zo soepel mogelijk te laten verlopen.

Let er op dat sommige verpleeghuizen een wachtlijst hebben.

## Impact van het verhuizen naar een verpleeghuis

Het verhuizen naar een verpleeghuis kan veel impact op u en uw familie en vrienden hebben.

Het kan voorkomen dat u angst, onbegrip en/ of weerstand ervaart bij het besluit om te moeten verhuizen.

Het is belangrijk dat er over de verhuizing gepraat wordt en uitgelegd wordt waarom het beter is om naar een verpleeghuis te verhuizen.

De casemanager kan helpen bij het voeren van deze gesprekken.

## Kosten

Voor het wonen in een verpleeghuis moet u een eigen bijdrage betalen.

U kunt deze bijdrage berekenen via het CAK.

U kunt meer informatie vinden via de website of via de QR-code.

W [www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl)



## Meer informatie

Op een website van Alzheimer Nederland kunt u meer informatie vinden over het verhuizen naar een verpleeghuis.

U kunt de QR-code scannen om de website te bezoeken.



## Verpleeghuizen in de regio Haaglanden

In de regio Haaglanden zijn de volgende zorgorganisaties met een of meerdere verpleeghuizen aangesloten bij het Netwerk Dementie Haaglanden:

### Amarosa

T 070 512 32 00

E [zorgbemiddeling@amarosa.nl](mailto:zorgbemiddeling@amarosa.nl)

W [www.amarosa.nl](http://www.amarosa.nl)

### HWW zorg

T 070 379 50 00

E [klantenservice@hwwzorg.nl](mailto:klantenservice@hwwzorg.nl)

W [www.hwwzorg.nl](http://www.hwwzorg.nl)

### Cardia

T 070 338 46 00

E [info@cardia.nl](mailto:info@cardia.nl)

W [www.cardia.nl](http://www.cardia.nl)

### Oldael

T 070 530 05 30

E [info@oldael.nl](mailto:info@oldael.nl)

W [www.oldael.nl](http://www.oldael.nl)

### Florence

T 070 413 10 00

E [info@florence-zorg.nl](mailto:info@florence-zorg.nl)

W [www.florence.nl](http://www.florence.nl)

### Mr. I.E. Visserhuis

T 070 314 38 00

W [www.jbc-visserhuis.nl](http://www.jbc-visserhuis.nl)



### **Respect Zorggroep**

T 070 306 91 70

E [info@respectzorggroep.nl](mailto:info@respectzorggroep.nl)

W [www.respectzorggroep.nl](http://www.respectzorggroep.nl)

### **Stichting Johannahuis**

T 070 512 45 00

E [info@vanommerenpark.nl](mailto:info@vanommerenpark.nl)

W [www.vanommerenpark.nl](http://www.vanommerenpark.nl)

### **Saffier**

T 0800 7233 437

E [info@saffiergroep.nl](mailto:info@saffiergroep.nl)

W [www.saffiergroep.nl](http://www.saffiergroep.nl)

### **WoonZorgcentra Haaglanden**

T 070 756 16 00

E [klantenservice@wzh.nl](mailto:klantenservice@wzh.nl)

W [www.wzh.nl](http://www.wzh.nl)

### **Stichting Eykenburg**

T 070 750 70 00

E [info@eykenburg.nl](mailto:info@eykenburg.nl)

W [www.eykenburg.nl](http://www.eykenburg.nl)

## **Particuliere verpleeghuizen**

Voor een particulier verpleeghuis heeft u meestal geen zorgindicatie nodig.

U heeft hier vaak uw eigen appartement waar u kunt wonen met uw partner.

De kosten voor het wonen in een particulier verpleeghuis betaalt u zelf, bijvoorbeeld voor:

- de huur;
- de maaltijden;
- het schoonmaken van uw appartement;
- de was.

Via de sociale kaart van uw gemeente kunt u een particulier verpleeghuis bij u in de buurt vinden.

De sociale kaart van uw gemeente is terug te vinden op pagina 29.



## 9. De laatste levensfase

Bij dementie gaat u steeds verder achteruit en verliest u steeds meer functies.

Het wordt daarom aangeraden om in een vroeg stadium na te denken over de laatste levensfase.

U kunt bijvoorbeeld:

- Uw wensen en behoeften vastleggen in een levenstestament en/ of een wilsverklaring.
- Nadenken en praten over welke behandelingen u wel of niet wilt.

### Uw wensen en behoeften

Als u de diagnose dementie krijgt is het belangrijk om aan uw vrienden, familie en zorgverleners te laten weten wat uw wensen en behoeften zijn.

Zij kunnen hier dan rekening mee houden.

U kunt deze wensen en behoeften opschrijven in een boekje.

Zo hoeft u het niet steeds opnieuw te vertellen.

### Het boekje 'Spreken over vergeten'

Het boekje 'Spreken over vergeten' is hier speciaal voor gemaakt.

Het boekje helpt u om na te denken over wat u belangrijk vindt.

U hoeft het boekje niet van voren naar achter in te vullen.

U kunt op uw eigen tempo de delen invullen die u belangrijk vindt.

Op de website van Spreken over Vergeten kunt u meer informatie lezen.

U kunt hier ook het boekje bestellen.

U kunt ook de QR-code scannen om de website te bezoeken

**W** [www.sprekenoververgeten.nl](http://www.sprekenoververgeten.nl)



## Gesprekshulp bij latere levensfase bij dementie

De gesprekshulp is bedoeld om u te helpen bij vragen over de latere levensfase.

In de gesprekshulp worden voorbeeld vragen genoemd.

U kunt deze vragen samen met uw familie of vrienden beantwoorden.

Via onderstaande link komt u op de website terecht waar de gesprekshulp te vinden is.

U kunt ook de QR-code scannen.

**W** [www.ukonnetwerk.nl/tools/gesprekshulp-de-latere-levensfase-bij-dementie](http://www.ukonnetwerk.nl/tools/gesprekshulp-de-latere-levensfase-bij-dementie)



## Gezondheidsproblemen en behandelingen

In de laatste fase van dementie komen een aantal gezondheidsproblemen vaker voor.

U kunt hiervoor behandeld worden, zodat u er zo min mogelijk last van heeft.

Het is belangrijk dat u op tijd nadenkt over welke behandelingen u wel en niet wilt.

U kunt hierbij denken aan:

- Wilt u wel of niet in het ziekenhuis worden opgenomen?
- Wilt u wel of niet geopereerd worden?
- Wilt u wel of niet gereanimeerd worden?

U kunt deze vragen met uw familie, vrienden en zorgverleners bespreken en vastleggen.

## Informatiegids voor mensen die niet meer beter worden

Het Netwerk Palliatieve Zorg heeft een informatiegids geschreven voor mensen die niet meer beter worden.

In deze gids staat uitgebreide informatie over wat u in deze fase kunt verwachten.

Deze informatiegids is gratis aan te vragen via

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





## 10. (Na)zorg voor mantelzorgers

Als u een dierbare verliest, dan staat de wereld stil.  
Wat vaak overblijft, is het gevoel dat niets er meer toe doet.  
Rouwen is belangrijk om verder te kunnen met het leven.  
Iedereen rouwt op een eigen manier en in een eigen tempo.  
Soms kost dat meer energie dan u heeft.  
Soms is er twijfel en behoefte aan hulp.

### Meer informatie

In de folder Oog voor Naasten van het LUMC kunt u meer informatie vinden voor iedereen die zorgt voor een ander.

W [www.oogvoornaasten.nl](http://www.oogvoornaasten.nl)



## 11. Overige informatie

### 11.1 Dementie bij specifieke doelgroepen

#### **Dementie op jonge leeftijd**

In Nederland hebben ongeveer 15.000 mensen onder de 65 jaar dementie.

Vaak is het bij deze groep moeilijk om de diagnose te stellen en blijft het vaak lang onduidelijk.

Wilt u meer informatie over dementie op jonge leeftijd?

Op de website kunt u hier meer informatie over vinden.

U kunt ook de QR-code scannen.

**W** [www.florence.nl/aandoeningen/dementie-op-jonge-leeftijd](http://www.florence.nl/aandoeningen/dementie-op-jonge-leeftijd)



#### **Dementie bij mensen met een verstandelijke beperking**

Dementie kan ook voorkomen bij mensen met een verstandelijke beperking.

De dementie lijkt veel op dementie bij mensen zonder verstandelijke beperking, maar er zijn ook verschillen.

U kunt meer informatie lezen via onderstaande website.

U kunt ook de QR-code scannen.

**W** <https://www.kennispleingehandicaptensector.nl/tips-tools/tools/brochure-dementie-bij-mensen-met-een-vb>





### **Dit is een uitgave van**

Vereniging Transmurale Zorg Den Haag e.o.  
Netwerk Dementie Haaglanden

### **Bezoek- en postadres**

Vrederustlaan 180  
2543 SW Den Haag

### **Contactgegevens**

**T** 070 700 00 77

**E** [info@transmuralezorg.nl](mailto:info@transmuralezorg.nl)

**W** [www.transmuralezorg.nl](http://www.transmuralezorg.nl)

Deze informatiegids is gratis te bestellen via  
[info@transmuralezorg.nl](mailto:info@transmuralezorg.nl).



Vereniging  
Transmurale  
Zorg sterk in  
verbinden

Versie december 2023