

Informatie mantelzorg

Het is belangrijk dat een mantelzorg zich bewust wordt van het feit dat hij/zij mantelzorg is en tijdig de ondersteuning kan krijgen die nodig is. Mantelzorg is meestal langdurig en kan intensief zijn. Vaak zijn mensen zich er niet van bewust dat ze mantelzorg zijn. Want zorgen voor een naaste, dat doe je toch gewoon!

Mantelzorgen geeft vaak voldoening, omdat u zorgt voor iemand om wie u geeft. Toch is het belangrijk dat u zich realiseert dat u mantelzorg bent. De extra zorgtaken in combinatie met werk, school en/of het persoonlijk leven, kunnen namelijk tot overbelasting leiden.

Meer informatie

 [Informatie mantelzorg - Gemeente Hoeksche Waard \(gemeentehw.nl\)](http://gemeentehw.nl)

Mantelzorgers die knelpunten of vragen hebben, kunnen terecht bij het contactpunt via **het Wijkteam Hoeksche Waard**. Het wijkteam is te bereiken van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur op:  088 - 647 18 18 of info@wijkteamhw.nl

In de Hoeksche Waard wordt er ondersteuning geboden aan mantelzorgers door diverse activiteiten, zoals:

- o persoonlijke ondersteuning door middel van huisbezoeken;
- o inzetten van vrijwilligers die mantelzorgers ondersteunen of respijtzorg bieden (tijdelijk de zorg overnemen);
ontmoeting mogelijk maken met mensen die in dezelfde situatie zitten;
- o cursussen en workshops;
- o organiseren van de Dag van de Mantelzorg en de waardering van mantelzorgers;
- o verzorgen van informatie (zoals de website Helpmijzorgen.nl, uitbrengen van het Mantelzorgmagazine en nieuwsbrieven).

Helpmijzorgen; juist nu!

Mantelzorgen is mooi, maar kan ook zwaar zijn. Tijd voor uzelf om de accu op te laden is belangrijk om de zorgtaken vol te kunnen houden. Helpmijzorgen.nl helpt u hierbij!

Op de website vindt u informatie over de mogelijkheden om de zorg tijdelijk over te dragen en bestaat de mogelijkheid voor persoonlijk advies.

Er zijn veel (zorg)organisaties actief die hun diensten aanbieden in de Hoeksche Waard. Zij regelen bijvoorbeeld aanvullende mantelzorg of helpen u bij uitzoekwerk en regeltaken. Ook kunnen zij vrijwilligers inzetten voor ondersteunende diensten in de thuissituatie.

Respijtzorg is in vele vormen beschikbaar. Speciale vermelding hierbij voor de succesvolle pilot Logeertzorg die de laatste jaren in de Hoeksche Waard is ontwikkeld en uitgevoerd. Zorgorganisaties Alerimus, Cavent, Heemzicht en Zorgwaard bieden op meerdere plekken in de gemeente logeertzorg aan. Zo heeft de mantelzorger even ruimte voor zichzelf. Logeertzorg is altijd vooraf ingepland en kan meerdere keren per week, maand of jaar plaatsvinden.

Via de nieuwe Logeertzorgagenda ziet u meteen op welke dagen logeertzorg nog beschikbaar is en welke dagen al zijn geboekt. Is logeertzorg nog beschikbaar, dan kunt u ook meteen een reserveringsaanvraag doen.

Meer informatie over de Logeertzorgagenda vindt u op:

[Logeertzorg Open waard - Alerimus : Alerimus.](#)

Meer informatie

 <https://www.helpmijzorgen.nl/hoekschewaard/>

 078 - 206 32 02 of info@helpmijzorgen.nl