



Tipgids

Mantelzorg

Wat vindt u in deze gids?

1	Voor het eerst ondersteuning nodig	4
2	Waar kunt u terecht voor informatie en advies?	5
3	Welke vergoedingen zijn er?	10
4	Wonen	13
5	Handige hulpjes thuis	16
6	Zorgen voor uzelf/respijtzorg	18
7	Juridisch regelen	21



Zorgen voor een naaste voelt vanzelfsprekend

Veel mensen krijgen vroeg of laat te maken met zorg voor een partner, of andere naaste. Dit noemen we mantelzorg. Dit kan variëren van het doen van kleine klusjes voor een buur of goede vriend, tot intensieve zorg bij ziekte of beperking van een naaste. De zorg is langdurig en iets waar je langzaam in meegaat. Zorgen voor een naaste doe je graag en voelt vaak ook vanzelfsprekend. Het kan voldoening geven, maar als de intensiteit toeneemt kan de belasting groter worden.

Om de zorg goed vol te kunnen houden is het belangrijk om goed voor uzelf te zorgen. Zodat de zorg ook goed vol te houden is. Deze gids bevat tips over waar u terecht kunt voor informatie. Wat u kunt doen om het zelf vol te houden. Hoe het huis aan te passen is en welke handige hulpjes het leven kunnen vergemakkelijken.



Anneke Sipkens

Directeur-bestuurder ANBO



1 Ondersteuning nodig?

Wanneer er voor het eerst hulp nodig is, dan is de huisarts een eerste aanspreekpunt. U kunt ook naar de gemeente om hulp te zoeken, via het Wmo-loket. Daar kunt u een aanvraag doen voor hulp via de Wet maatschappelijke ondersteuning. De meeste gemeenten hebben zogeheten wijkteams, waarin de verschillende professionals samenwerken. Zij zullen dan in eerste instantie langskomen om te kijken wat er aan de hand is en wat er nodig is. Het is handig om als mantelzorger bij een dergelijk gesprek aanwezig te zijn.

Het zorgstelsel in Nederland wordt geregeld met vier wetten: de Zorgverzekeringswet (Zvw), de Wet langdurige zorg (Wlz), de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en de Jeugdwet. Afhankelijk welke hulp er gezocht wordt, zal de uiteindelijke aanvraag en beoordeling ervan liggen bij degene die de hulp gaat regelen:

- **Wmo** > Lichte vormen van zorg zoals huishoudelijke hulp, woningaanpassingen, dagbesteding, hulpmiddelen; gaat via de gemeente
- **Zvw** > Medische zorg samen met hulp bij dagelijkse handelingen als wassen en aankleden; gaat via de thuiszorgorganisatie bij de wijkverpleegkundige
- **Wlz** > Langdurige intensieve zorg thuis of opname in een verpleeghuis; gaat via het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). Vervolgens regelt het zorgkantoor langdurige zorg



2 Waar kan ik terecht voor informatie en advies?

Lokale mantelzorgsteunpunten

- Geven informatie, advies en praktische steun
- Bieden een luisterend oor
- Kennen het aanbod van zorg- en hulpinstanties in uw omgeving, waardoor zij goed kunnen doorverwijzen
- Organiseren lotgenotencontactgroepen en/of cursussen voor mantelzorgers

De 450 organisaties voor mantelzorgondersteuning zijn aangesloten bij MantelzorgNL. Kijk voor meer informatie op www.mantelzorg.nl/organisatie-in-de-buurt

Mantelzorgconsulent¹

Een mantelzorgconsulent biedt voorlichting en advies, regelt bepaalde voorzieningen zoals respijtzorg en biedt een luisterend oor. Op een mantelzorgconsulent kan een mantelzorger altijd terugvallen als het nodig is.

Ook zet een mantelzorgconsulent zich in om de positie van mantelzorgers te versterken. Soms zijn ze een 'casemanager', waarbij ze mantelzorgers gedurende langere tijd begeleiden.

Steeds vaker zijn mantelzorgconsulenten gespecialiseerd in het ondersteunen van een bepaalde groep mantelzorgers, bijvoorbeeld mantelzorgers met een migrantenachtergrond.

Deze ondersteuning is gratis. Het wordt gefinancierd door de gemeente vanuit de Wmo.

¹ Bron: Mantelzorgconsulent - MantelzorgNL

Casemanager Dementie

De casemanager dementie is een (vaste) begeleider van de persoon met dementie én zijn mantelzorger. Hij wijst de weg en kan bemiddelen bij het regelen van zorg en bij het maken van keuzes. Hij beantwoordt vragen over de ziekte, helpt met het zoeken naar oplossingen en biedt een luisterend oor.

Een casemanager dementie wordt ook wel dementieconsulent of trajectbegeleider genoemd. Vaak is een casemanager dementie een gespecialiseerd wijkverpleegkundige. De vergoeding komt uit de basisverzekering van de persoon met dementie.

De huisarts bepaalt of specialistische begeleiding nodig is en schakelt, eventueel in overleg met de geriater en/of de wijkverpleegkundige, de casemanager dementie in.

Onafhankelijke cliëntondersteuner

Onafhankelijke cliëntondersteuners zijn beschikbaar om te helpen bij het organiseren van zorg en ondersteuning. Ze kennen het zorgaanbod in de regio, luisteren naar uw wensen, bespreken de mogelijkheden en kunnen met u mee naar gesprekken. Ze zijn onafhankelijk van zorgorganisaties. Het inschakelen van een cliëntondersteuner is gratis. Kijk voor meer informatie op www.regelhulp.nl/onderwerpen/clientondersteuning

Mantelzorgmakelaar

De mantelzorgmakelaar helpt bij uitzoekwerk en regeltaken op het gebied van zorg, wonen, welzijn, financiën en de combinatie werk/mantelzorg. Vanuit de aanvullende verzekering bieden steeds meer zorgverzekeraars een vergoeding voor het inhuren van een mantelzorgmakelaar. Soms vergoedt de gemeente (meestal vanuit de Wmo) de diensten van een mantelzorgmakelaar. Het kan ook zijn dat de werkgever de kosten voor een mantelzorgmakelaar op zich neemt. Hij heeft er immers baat bij dat de medewerker de zorg zo goed mogelijk heeft geregeld. De vergoeding komt uit de aanvullende verzekering als dit in de verzekering is opgenomen.

U kunt een mantelzorgmakelaar vinden via de website van de beroepsvereniging: www.bmzm.nl/zoek-mantelzorgmakelaar

De mantelzorgmakelaar helpt bij uitzoekwerk en regeltaken op het gebied van zorg, wonen, welzijn, financiën en de combinatie werk/mantelzorg. De vergoeding komt uit de aanvullende verzekering als dit in de verzekering is opgenomen.

Mantelzorglijn

De Mantelzorglijn is er voor mantelzorgers en professionals. Medewerkers zijn op werkdagen tussen 09.00 en 17.00 uur bereikbaar via:

Telefoon: 030 760 60 55

WhatsApp: 06 27 23 68 54

Mail: mantelzorglijn@mantelzorg.nl

Kijk voor meer informatie op www.mantelzorg.nl/onderwerpen/ondersteuning/mantelzorglijn-voor-al-je-vragen-over-mantelzorg.



Waar kunnen we u bij helpen?

Het ANBO Adviesteam staat voor u klaar!

Soms lijkt het wel of het leven steeds ingewikkelder wordt. Want hoe zit het nou precies met uw AOW, pensioen, belasting, huishoudelijke hulp en de energie-, zorg- en huurtoeslag? Het ANBO Adviesteam helpt u telefonisch én bij u thuis.

Heeft u vragen over onder andere:

- Aanvragen energietoeslag
- Hulp bij belastingaangifte
- Consumentenzaken
- Digitale fraude
- Erfrecht/(levens)testament
- Gezondheid en vitaliteit
- Hulp bij u thuis
- Pensioen en AOW
- Rijbewijskeuring
- Veiligheid in en om het huis
- Wet maatschappelijk ondersteuning (Wmo)
- Langer zelfstandiger thuis wonen
- Ziektekosten
- Zorg- en/of huurtoeslag



Bel
0348 - 46 66 88,
mail naar
adviesteam@anbo.nl
of kijk op
www.anbo.nl/advies

Het ANBO Adviesteam staat voor u klaar

Op onze website (www.anbo.nl/advies) vindt u vragen en antwoorden waar u direct mee verder kunt. En bent u lid van ANBO? Dan krijgt u persoonlijk advies via e-mail, telefoon of een bezoek aan huis. Bel met het Adviesteam op maandag tot en met vrijdag van 10:00 tot 15:00 uur op telefoonnummer **0348 - 46 66 88** of mail naar: adviesteam@anbo.nl

“Je voelt je minder alleen wanneer de zaken gecompliceerder worden. Dat is de steun die ik heb gevonden bij ANBO”



3 Welke vergoedingen zijn er?

Mantelzorg is onbetaalde hulp. Er bestaan verschillende manieren om kosten van het mantelzorgen deels vergoed te krijgen.

Zorgverzekering en aanvullende verzekering

De basisverzekering vergoedt een breed pakket aan medische zorg. De basisverzekering kent een eigen risico van €385. De huisarts en wijkverpleegkundige vallen buiten dit eigen risico. Sommige aanvullende verzekeringen hebben vergoedingen rondom mantelzorg opgenomen. Check van te voren goed de polisvoorwaarden van uw zorgverzekeraar of u hiervoor in aanmerking komt.

Waar kunt u bij de aanvullende verzekering aan denken?

- Mantelzorgmakelaar
- Hulp bij mantelzorg: een verzameling diensten waar jij als mantelzorger gebruik van kunt maken
- Trainingen en cursussen, bijvoorbeeld mindfulness, slaapcursus
- Logeerhuis of herstellingsoord
- Reiskosten ziekenbezoek
- Kinderopvang aan huis bij ziekenhuisopname van ouders
- Hulp aan huis (ADL) na een ziekenhuisverblijf
- Instructies of begeleiding ergotherapie
- Hospice
- Terminale zorg
- Lidmaatschap van een patiëntenvereniging

Sommige zorgverzekeraars bieden op hun website informatie over hoe zij mantelzorgers helpen en een telefonische hulplijn voor bijvoorbeeld wachtlijstbemiddeling. Ook kunt u soms gebruikmaken van een mantelzorgmap, mantelzorgpas of andere gratis diensten.

Mantelzorgwaardering vanuit de gemeente²

Als mantelzorgverlener levert u een belangrijke bijdrage aan de zorg voor uw naaste. Sommige gemeenten waarderen deze inzet van mantelzorgers. Ze laten dat jaarlijks blijken via de mantelzorgwaardering, ook wel een mantelzorgcompliment genoemd. Gemeenten krijgen hiervoor budget, dat zij naar eigen inzicht mogen inzetten. De invulling verschilt daardoor per gemeente. De mantelzorgwaardering kan bijvoorbeeld bestaan uit een geldbedrag, kortingsbonnen of een bijeenkomst voor mantelzorgers.

U vraagt de mantelzorgwaardering aan in de gemeente waar degene voor wie u zorgt woont. Vaak regelt het steunpunt mantelzorg of een andere welzijnsorganisatie namens de gemeente de aanmelding en uitreiking van de waardering.

Reiskostenvergoeding

Veel mantelzorgers hebben te maken met reiskosten. Daar bestaat geen algemene vergoeding voor. Soms betaalt de gemeente een deel van de kosten vanuit de bijzondere bijstand. Ook kunt u de kosten soms aftrekken bij de belastingaangifte. Of u kunt uw naaste vragen of hij de reiskosten wil/kan betalen.

Parkeervergunning

Zorgt u voor iemand die woont in een gebied waar u betaald moet parkeren? Dan krijgt u misschien een parkeervergunning. Informeer bij de gemeente van uw zorgvrager.

² Bron: Mantelzorgwaardering - MantelzorgNL



OV-begeleiderskaart

Als degene voor wie u zorgt niet zelfstandig kan reizen met het openbaar vervoer, kan hij of zij een OV-begeleiderskaart aanvragen. Kijk voor meer informatie op www.ov-begeleiderskaart.nl

Passagierskaart

Als u iemand vervoert die niet meer zelf kan rijden, kunt u misschien een gehandicapten-parkeerkaart (passagierskaart) gebruiken. Deze staat op de naam van de zorgvrager. Hij/zij kan deze aanvragen bij de gemeente.

Valys

Als degene voor wie u zorgt gebruikmaakt van Valys, mag hij of zij gratis een begeleider meenemen. Valys is speciaal vervoer voor mensen die chronisch ziek of gehandicapt zijn. Meer informatie op www.valys.nl

Belastingaangifte check

Wie veel zorgkosten heeft, kan deze mogelijk aftrekken van de belasting. Daarvoor is het wel nodig om aangifte te doen. Heeft u veel zorgkosten, dan kunt u die inhouding vaak gedeeltelijk terugkrijgen. Vooral bij een laag inkomen is de kans op teruggave groot. Woont u samen met degene die u verzorgt? Is deze persoon voor langere tijd opgenomen in een instelling? Dan kunt u de reiskosten voor het ziekenbezoek mogelijk aftrekken als specifieke zorgkosten.

Daarnaast kunt u door de aftrek van zorgkosten uw (toetsings)inkomen verlagen. Dit inkomen is van invloed op de hoogte van bijvoorbeeld uw eigen bijdrage voor de Wlz en voor de huur-, zorg- en kinderopvangtoeslag.

Vindt u het lastig om zelf de aangifte inkomstenbelasting in te vullen? ANBO kan u daarbij helpen. Kijk voor meer informatie op www.anbo.nl/belastinghulp of bel 0348 46 66 66

4 Wonen³

Afstand kan soms een probleem zijn als u voor elkaar wilt zorgen. Als u dichterbij elkaar in de buurt wilt wonen om voor elkaar te zorgen, dan zijn er verschillende mogelijkheden. Denk aan een woningaanpassing, mantelzorgwoning, of uw naaste in huis nemen. Maar hoe maakt u nu de juiste keuze, één die past bij u én bij uw naaste? Wat voor de één wenselijk is, kan voor de ander een belasting zijn. Het is fijn om elkaar vaker te zien en voor elkaar te kunnen zorgen. Maar hoe voorkomt u overbelasting en gebrek aan privacy? Bespreek met degene voor wie u zorgt de wensen en verwachtingen.

Denk daarbij aan:

- Wanneer bent u bij elkaar? Eet u samen? Een gedeelde kamer, tuin of juist niet?
- Welke hulp en zorg wilt u verlenen en voor welke zorg wordt professionele hulp ingeschakeld?
- Wat kunnen anderen in de omgeving doen?
- Hoe gaat u om met vakanties? Wie neemt dan de zorg over?
- Wat is er praktisch mogelijk?

³ Bron: Stappenplan mantelzorg en wonen - MantelzorgNL



Onderzoek de mogelijkheden en stel je daarbij de volgende vragen:

- Is iemand gebonden aan de huidige woonplaats?
- Is het voor u of juist voor de zorgvrager logischer om te verhuizen?
- Heeft u een koopwoning of een huurwoning? Kunt u medehuurder worden in de huurwoning van uw naaste?
- Is er genoeg ruimte om bij uw naaste te gaan wonen, of hij/zij bij u?
- Is urgentie een mogelijkheid?
- Kunt u bij elkaar in gaan wonen en zijn dan woningaanpassingen nodig?
- Is een mantelzorgwoning of kangoeroewoning een mogelijkheid?

Wat is een mantelzorgwoning?

Een mantelzorgwoning is een zelfstandige woning op het terrein van uw eigen huis. Deze woning is bedoeld voor degene die u verzorgt. Maar u kunt ook zelf in een mantelzorgwoning wonen. In dat geval woont degene die u verzorgt in het bijbehorende huis. U kunt een kant-en-klare mantelzorgwoning in de tuin laten plaatsen of hiervoor een aanbouw aan uw huis laten bouwen. Ook kunt u een bestaand bouwwerk bij het huis, bijvoorbeeld een garage, om laten bouwen tot mantelzorgwoning.

Meer informatie kunt u vinden op website van MantelzorgNL: www.mantelzorg.nl/onderwerpen/wonen



Wat is een kangoeroewoning?

Een kangoeroewoning is een combinatie van twee zelfstandige woningen of wooneenheden onder één dak. De woonruimtes hebben elk een aparte voordeur en hebben vaak ook een intern afsluitbare verbindingsdeur. De wooneenheden kunnen naast elkaar, maar ook boven elkaar gesitueerd zijn.

Afhankelijk van uw mogelijkheden kunt u een bestaande woning opdelen in twee eenheden, een nieuwe kangoeroewoning realiseren of een bestaande kangoeroewoning kopen of huren.

Een bestaande woning opdelen is niet altijd eenvoudig te realiseren, omdat het bestemmingsplan dubbele bewoning veelal niet toestaat. Informeer daarom altijd eerst bij de gemeente voor u aan de slag gaat. Is er toestemming? Dan kunt u een kangoeroewoning realiseren. Bij de notaris kan de eigendomsverhouding worden vastgelegd, ook als er meerdere personen eigenaar zijn.

Ook permanente woningsplitsing kan een mogelijkheid zijn. In het ontwerp moeten de inpandige woningen dan duidelijk van elkaar gescheiden zijn. Elke situatie is uniek. U vraagt woningsplitsing aan bij uw gemeente. Het is belangrijk om de woningsplitsing vast te laten leggen bij een notaris. Woningsplitsing heeft als voordeel dat de zelfstandige woningen later apart verkocht kunnen worden. U wordt als het ware bureu van elkaar.

Breng geldzaken en financiële en juridische gevolgen in kaart

Verhuizen kan financiële gevolgen hebben. Wat verandert er door de verhuizing aan inkomsten en uitgaven? Als u samen op één adres gaat wonen, dan kan dat financiële gevolgen hebben voor bijvoorbeeld uitkeringen en toeslagen. Maar denk ook aan zorgkosten of kosten van boodschappen.

Maak duidelijke afspraken en leg deze vast.

5 Handige hulpjes in huis

Er bestaan steeds meer handige hulpjes om te zorgen dat de dagelijkse activiteiten zo goed mogelijk gewoon door kunnen gaan. Het kan een idee zijn om een ergotherapeut in te schakelen om met elkaar praktische oplossingen te bespreken en de nodige aanpassingen te doen.

Ook thuiszorgwinkels, al dan niet online, hebben vaak een heel assortiment aan hulpmiddelen. Ook kunnen zij u van advies voorzien.

Hier wat voorbeelden:

Keuken

- Grippers om bukken te voorkomen
- Fixeerplanken met zuignappen om snijden makkelijker te maken
- Ook als er krachtsverlies in de handen of armen is, dan is er allerlei keukengerei
- Aangepast smeer- of snijgerei
- Het openen van blikken, potten of flessen
- Speciale wringers voor huishoudelijk werk
- Speciaal drink-, eetgerei

Badkamer, toilet

- Beugels
- Antislipmat
- Verhoogd toilet met armsteunen
- Badlift
- Hulpmiddelen om zelfstandig te toiletteren

Persoonlijke verzorging

- Allerlei hulpjes om kleding aan en uit te helpen doen
- Aantrekhulpen steunkousen
- Knopenhaken
- Speciale schoenlepels



Hobby en vrije tijd

- Speciale vergrootglazen
- Boekensteunen
- Ergonomische schrijfhulpen
- Kaarthouders voor speelkaarten

In de tuin

- Klemmen voor het vasthouden van tuingereedschap
- Gereedschap met extra lange stelen
- Kniesteunen met armsteunen om omhoog te kunnen komen

Naar buiten

- Hulp bij in- en uit de auto te stappen
- Transferplank voor de rolstoel
- Gordelpakker
- Reiskussen

Slim alarmsysteem

- Allerlei sensoren om bewegingen waar te nemen die reageren als er een tijd geen activiteit is geweest
- Alarmknoppen/alarmbandjes om iemand te waarschuwen

Medicijnen

- Automatische medicijndoos
- Allerlei geheugensteuntjes
- Apps: MedApp, Mijn Medicijnen, Service Apotheek, MedGemak

6 Zorgen voor uzelf/respijtzorg

Er zijn verschillende manieren om de zorg voor uw familielid, vriend of buur met anderen te delen. Dit kan samen met vrienden, familie, buren of met vrijwilligers. Het kan één keer of vaker en bij u thuis of ergens anders. We noemen dit respijtzorg. Welke zorg u kiest hangt af van uw wensen en de wensen van degene voor wie u zorgt. Soms wordt de zorg door de gemeente betaald en soms vergoedt de zorgverzekeraar ook een aantal uur opvang. Het is afhankelijk van de zorgvraag uit welke wet de vervangende mantelzorg wordt gefinancierd.

U kunt de zorg incidenteel overdragen, bijvoorbeeld tijdens een vakantie. Of structureel, bijvoorbeeld elke week een dagdeel of maandelijks een weekend. Het kan kortdurend of langdurend zijn. Als u al langere tijd mantelzorger bent, heeft het de voorkeur dat u regelmatig even een pauze neemt voor uzelf. Respijtzorg zou voor iedere mantelzorger een vast onderdeel moeten zijn tijdens de zorgperiode.

Wie neemt de zorg over?

U kunt de zorg overdragen aan mensen uit de eigen omgeving, vrijwilligers of beroepskrachten. Iemand uit de omgeving kan een familielid, een buur of een vriend(in) zijn. Als de zorg door beroepskrachten wordt overgenomen, heeft u een indicatie nodig.

Voor wie draagt u de zorg over?

Dat kan voor iedereen die zorg nodig heeft. Vaak zijn er speciale voorzieningen voor speciale groepen; bijvoorbeeld voor mensen met dementie, voor mensen die in een terminaal stadium van hun ziekte zijn.



Waar wordt de zorg gegeven?

De zorg kan thuis gegeven worden, maar ook buitenshuis. Zowel thuis als buitenshuis kan de zorg door vrijwilligers en beroepskrachten worden gegeven.

De zorg wordt thuis overgenomen, zodat u van huis kunt gaan terwijl de verzorgde in de vertrouwde omgeving kan blijven. Deze zorg thuis is vooral geschikt als degene voor wie u zorgt graag in de eigen vertrouwde omgeving blijft of als vervoer problemen oplevert. Als de zorg niet door een vrijwilliger kan worden verleend, dan komt een beroepskracht in aanmerking.

Thuis kan de zorg bestaan uit:

- Er voor iemand zijn en wat activiteiten doen
- Toezicht houden op iemand met dementie
- Waken bij iemand in de laatste levensfase

Bijvoorbeeld door

- Een vrijwillige thuishulp
- Een oppas- of bezoekservise
- Vrijwillige palliatieve terminale thuiszorg
- Professionele hulpverleners

Overdragen van de zorg buitenshuis

Bij overdragen van de zorg buitenshuis, heeft u als mantelzorger thuis even tijd voor uzelf of om weg te gaan. Degene voor wie u zorgt gaat ergens naar toe. Dit kunnen voorzieningen zijn waar beroepskrachten, vrijwilligers of beroepskrachten en vrijwilligers samen werken.

Dit kan een aparte voorziening zijn zoals:

- Een zorghotel
- Een zorgboerderij
- Een logeerhuis
- Een gastgezin
- Een respijthuis

Het regelen van respijtzorg kan ingewikkeld en tijdrovend zijn. Lokale mantelzorgorganisaties, onafhankelijke cliënt-ondersteuners, casemanagers of mantelzorgmakelaars kunnen meezoeken.

7 Juridisch regelen

Als u als mantelzorger allerlei zaken regelt, voor degene voor wie u zorgt, is het verstandig - en soms ook noodzakelijk - om wettelijke vertegenwoordiging te regelen. Denk aan mentorschap of bewindvoering. Kijk voor meer informatie op www.goedvertegenwoordigd.nl

Het is verstandig om een levenstestament op te stellen via de notaris. Bijvoorbeeld om vast te leggen wie beslissingen mag nemen als iemand het zelf niet meer kan. Meer informatie hierover vindt u op www.anbo.nl/levenstestament

Als mantelzorger bent u in principe via de aansprakelijkheidsverzekering (WA) verzekerd voor schade die ontstaat als gevolg van mantelzorg. Daarnaast hebben de meeste gemeenten een collectieve aansprakelijkheidsverzekering voor mantelzorgers en vrijwilligers.



MantelzorgNL

Deze gids is tot stand gekomen in samenwerking met MantelzorgNL. MantelzorgNL is een landelijke organisatie die opkomt voor iedereen die zorgt voor een naaste. De organisatie biedt informatie, advies en steun en werkt samen met professionals en gemeenten om mantelzorgers te ondersteunen. Als gesprekspartner voor de overheid zorgen ze ervoor dat mantelzorgers gehoord worden. Ze verstrekken voorlichting en advies op maat via 400 aangesloten organisaties en bieden diverse producten en diensten, zoals trainingen en juridisch advies, om zowel mantelzorgers als professionals te ondersteunen.

Kijk voor meer informatie op www.mantelzorg.nl

Mantelzorglijn

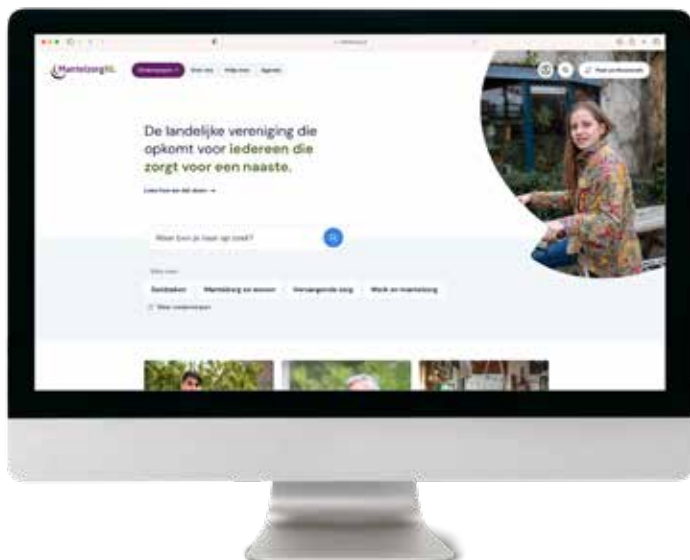
De Mantelzorglijn is er voor mantelzorgers en professionals. Medewerkers zijn op werkdagen tussen 09.00 en 17.00 uur bereikbaar via:

Bel: 030 760 60 55

WhatsApp: 06 27 23 68 54

Mail: mantelzorglijn@mantelzorg.nl

MantelzorgNL beantwoordt uw vraag op werkdagen tussen 9.00 en 17.00 uur.





ANBO helpt

Het dagelijks leven lijkt steeds ingewikkelder te worden. U moet steeds meer zaken digitaal regelen zonder persoonlijk contact met een medewerker. Daarnaast zijn veel instanties moeilijk te bereiken of is het überhaupt niet duidelijk hoe u contact kunt opnemen. Dat kan best een uitdaging zijn.

Breng een
nieuw ANBO-lid aan
en ontvang zelf een
VVV Cadeaukaart t.w.v.

€15,-



Gelukkig staat u er niet alleen voor: het ANBO Adviesteam helpt u graag verder. Komen wij er samen telefonisch niet uit? Dan schakelen we één van onze 400 Consulenten in die bij u thuiskomen om u te helpen.

Kent u iemand die onze hulp kan gebruiken? Maak diegene dan lid van ANBO en krijg een VVV Cadeaukaart ter waarde van €15,- cadeau. Hoe meer leden, des te meer VVV Cadeaukaarten voor u. Ga naar www.anbo.nl/werf-een-nieuw-lid of bel naar telefoonnummer **0348 46 66 66**.

Het nieuwe lid betaalt voor het eerste jaar een introductietarief van slechts €29,95. Daarna is het ANBO-jaarlidmaatschap €4 per maand of €48 per jaar.

