



Mantelzorg

Deze folder helpt u op weg om de juiste informatie, hulp en ondersteuning te vinden op het gebied van **mantelzorg**. U leest wat diverse disciplines en organisaties in en buiten Gelre ziekenhuizen u kunnen bieden.

Wat is mantelzorg?

Mantelzorg is langdurig, niet betaald, zorgen voor iemand die hulpbehoevend, gehandicapt of (chronisch) ziek is en met wie u een persoonlijke relatie heeft. U zorgt bijvoorbeeld voor uw partner, kind, ouder of vriend(in). De zorg kan heel divers zijn. Als criterium geldt: zorg die gemiddeld **meer dan 8 uur per week** verleend wordt en/of **langer dan drie maanden** duurt. Een mantelzorger is niet hetzelfde als een vrijwilliger.

Mantelzorgers:

- hebben niet voor hun zorgtaak gekozen, het is hen overkomen.
- kunnen niet zomaar hun taak beëindigen.
- hebben een emotionele band met de verzorgde.
- zorgen vaak 24 uur per dag voor iemand.

Mantelzorgers hebben (ook) aandacht nodig

Opname in het ziekenhuis of een poliklinische behandeling van iemand die u verzorgt, is vaak ingrijpend. Voor een mantelzorger is het fijn om betrokken te blijven en bijstand te geven in moeilijke situaties. Bovendien komt na ontslag uit het ziekenhuis de zorg vaak weer voor een groot deel op de schouders van de mantelzorger.

Het is goed om eens even stil te staan bij de taken die u heeft als mantelzorger.

Misschien heeft u behoefte aan meer informatie, wilt u meer steun of wilt u praktische vaardigheden opdoen? Soms is het ook gewoon prettig om te horen dat u uw zorgtaken heel goed uitvoert en dat de patiënt zich mede daarom thuis goed voelt en thuis kan blijven!

Gelre ziekenhuizen biedt ondersteuning aan mantelzorgers

Vraag ondersteuning aan de verpleegkundigen van de afdeling, zij hebben een ondersteunende rol bij:

- Informatie en adviezen over de ziekte van uw naaste.
- Houding, mobiliteit, dieet of financiële vergoedingen.
- Als u een gesprek met een medisch maatschappelijk werker wilt om u inzicht te geven in de psychische en lichamelijke belasting die mantelzorg met zich meebrengt.
- Als u langdurige of speciale ondersteuning of hulp thuis nodig heeft. Hiervoor schakelen we in overleg met de patiënt ons Transferbureau in.

Ook kunt u met uw vragen terecht bij de vrijwilligers van het **Informatiepunt mantelzorg**. Dit kunt u bezoeken in de **centrale hal** van Gelre Apeldoorn:

- dinsdag- en woensdagmiddag, 13.30 – 16.00 uur.



Welke hulp vindt u bij wie?

Binnen Gelre ziekenhuizen

Behandelend arts, afdelingsarts, verpleegkundige	Informatie over ziektebeeld en behandeling
Verpleegkundige afdeling/ polikliniek	Aanleren verzorgende taken, regelen van een familiegesprek
Medisch maatschappelijk werk	Hulpverlening bij psychische (over)belasting
Geriatr en geriatrisch verpleegkundige	Specifieke informatie over ouderenzorg
Transferbureau via verpleegkundige	Informatie over thuiszorg en zorginstellingen

Buiten Gelre ziekenhuizen

De Kap, Stedelijk Knooppunt Mantelzorg en Vrijwillige Hulpdienst Apeldoorn	Tel: 055 - 529 55 20
-Steunpunt Mantelzorg Voorst	Tel: 0571 – 287752 / 06 - 49019968
-De Kruiemelschaar , gemeente Epe	Tel: 06 – 1013 5980
-Vrijwillige hulpdienst Vaassen	Tel: 0578 – 574 866
-Knooppunt Mantelzorg Brummen	Tel: 0575 – 561 988 (ook Eerbeek)
-Steunpunt Mantelzorg Zutphen	Tel: 0575 - 596 296
Informatie en advies over zorg, wonen en welzijn o.a.: - Huishoudelijke hulp, begeleiding, dagopvang en beschermd wonen. - Persoonsgebonden Budget. - Voorzieningen zoals rolstoel, scootmobiel en taxipas.	Wmo-loket in uw eigen gemeente Apeldoorn, tel: 14055 Epe, tel: 14057 Brummen en Eerbeek, tel: 0575 - 568 568 Voorst, tel: 140571 Zutphen, tel: 140575 (zie websites gemeente, zoek op WMO)
Professionele woon/zorg aanvragen verpleeghuiszorg en woonzorgcentra	CIZ (Centrum Indicatiestelling Zorg) www.ciz.nl tel: 088 - 789 1000
Persoonlijke verzorging thuis (wijkverpleging-thuiszorg)	Kan rechtstreeks met de aanbieder. Zij regelen de indicatie voor u.
Vergoedingen, respijtzorg, onbetaald en betaald verlof (www.belastingdienst.nl).	Informeer bij de Belastingdienst, uw zorgverzekeraar en uw werkgever.
Maaltijdvoorzieningen	Er zijn verschillende leveranciers.
Belangenorganisatie MantelzorgNL, landelijke vereniging.	Voor mantelzorgers en vrijwilligerszorg: https://mantelzorg.nl/
De mantelzorglijn; informatie, ondersteuning, luisterend oor.	Tel en whatsapp: 030 – 760 60 55 E-mail: mantelzorglijn@mantelzorg.nl
De Luisterlijn = SOS telefonische hulpdienst	Voor emotionele ondersteuning, buiten werktijden, tel: 088 – 076 7000
MEE-Veluwe, onafhankelijke cliëntondersteuning (gratis)	Tel: 055 – 526 92 00 https://mee-veluwe-ijsselloevers.nl/
Stimenz Organisatie voor sociaal werk voor Apeldoorn en de Veluwe	Tel. 088 – 784 64 64 www.stimenz.nl