



KEUZEWIJZER DEMENTIE

PRAKTISCHE GIDS VOOR HET VINDEN, AANVRAGEN
EN ORGANISEREN VAN ZORG EN ONDERSTEUNING

**hulp bij
dementie**
maastricht & heuvelland

MAASTRICHT
HEUVELLAND

2024

Colofon

redactie

Judith Lansink
Roos Roberts
Rani Knops
Sophie Wimmers

vormgeving en opmaak

Armand Bonné, BURO BONNÉ

fotografie

Joey Roberts

Inleiding

U bent op zoek naar informatie of ondersteuning.

Met deze gids willen we u daarbij helpen.

De meeste mensen willen, als ze ouder worden, zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Dat geldt ook voor mensen met dementie. Dat kan vaak alleen met voldoende steun, begeleiding en hulp van de naasten, familie, vrienden, bekenden, vrijwilligers en professionals.

Deze keuzewijzer biedt u een overzicht van de hulp, zorg en begeleiding die beschikbaar zijn voor mensen met dementie en hun naasten in Maastricht, Meerssen, Valkenburg, Eijsden-Margraten, Gulpen-Wittem en Vaals. Aan de hand van veelvoorkomende vragen toont de keuzewijzer u een passend aanbod. Dit kan u helpen bij het zorgen voor uw naaste met dementie. U leest hoe u gebruik kunt maken van het aanbod en met wie u contact kunt opnemen.

De zorg voor uw naaste is waardevol, maar het kan ook intensief zijn. Vraag tijdig (professionele) hulp en ondersteuning aan! Dit helpt u om het vol te houden. En het geeft u de tijd om rustig te kiezen uit het aanbod, ook als hulp nu nog niet dringend nodig is. Wij hopen dat de keuzewijzer u helpt bij het vinden, aanvragen en organiseren van de ondersteuning die nodig is om het samen vol te kunnen houden.

Leeswijzer

Aan de hand van veel voorkomende vragen helpt dit boekje u verder om informatie, hulp, zorg en begeleiding te vinden voor de zorg en ondersteuning van uw naaste met dementie. Ieder hoofdstuk behandelt een vraag en begint met een korte inleiding, gevolgd door tabellen waarin u informatie vindt van websites, organisaties, zorgaanbieders die u verder kunnen helpen om de zorg voor uw naaste goed vol te kunnen houden. Hierbij wordt zoveel mogelijk praktische informatie gegeven over hoe u daarvan gebruik kunt maken. Het laatste hoofdstuk gaat over de wetten waarin uw recht op zorg is vastgelegd.

Voor de contactinformatie gebruiken we de volgende afkortingen:

A voor adres;

W voor website;

T voor telefoonnummer;

E voor e-mailadres.

Onder de contactgegevens staat **KLEIN GEDRUKT** meestal een korte aanwijzing naar de kosten van de zorg en ondersteuning en/of naar wie ze bekostigd.

In de hoofdstukken wordt af en toe verwezen naar **bijlagen** achterin de keuzewijzer. Hierin staan verschillende aanbieders van zorg en ondersteuning overzichtelijk bij elkaar.

In deze keuzewijzer is veel informatie opgenomen, maar waarschijnlijk is het document niet compleet. Ook wordt informatie gegeven over kosten. Vraag dit altijd na.

Heeft u nog tips voor het uitbreiden en/of verbeteren van deze keuzewijzer of wilt u een (of meer) gratis exemplaren ontvangen, dan horen wij dat graag via:

E keuzewijzer@maastrichtuniversity.nl

Inhoudsopgave

WAT HOUDT U BEZIG?		
1	Is het dementie of niet?	6
1.1	Waar kan ik meer informatie vinden over de eerste symptomen van dementie?	7
1.2	Wie stelt de diagnose?	8
2	Dementie en nu...?	10
2.1	Wie kan ons verder helpen na de diagnose dementie?	11
2.2	Ik wil begrijpen wat er in mijn naaste met dementie omgaat en hoe ik hiermee om kan gaan	15
2.3	Waar kan ik lotgenoten ontmoeten?	19
2.4	Welke zaken zijn verstandig om te regelen, nu dit nog samen kan?	21
3	Samen leven met dementie	24
3.1	Hoe behoud ik ons sociale netwerk en waar kunnen we nieuwe contacten opdoen?	25
3.2	Welke activiteiten zijn er voor mensen met (beginnende) dementie?	28
3.3	Op vakantie	32
4	Ondersteuning thuis organiseren	38
4.1	Wat kan ik doen om de zorg thuis zo lang mogelijk vol te houden?	39
4.2	Waar kan ik terecht voor ondersteuning in en om huis?	40
4.3	Hoe zorg ik voor de juiste hulpmiddelen in en om huis?	44
4.4	Ik wil of kan niet meer zelf voor het eten zorgen. Waar kan ik terecht?	46
4.5	Waar vind ik informatie over vervoer op maat?	49
5	Zorg uit huis	50
5.1	Welke mogelijkheden voor zorg uit huis zijn er in mijn omgeving?	52

WAT HOUDT U BEZIG?		
6	Hoe kan de juiste zorg geregeld worden?	54
6.1	Hulp en ondersteuning op maat van de gemeente (Wmo)	56
6.2	Indicatie voor medische verzorging en verpleging van de wijkverpleegkundige (Zvw)	57
6.3	Indicatie voor intensieve zorg van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ)	58
6.4	Persoonsgebonden budget (pgb)	59

BIJLAGEN		
1	Websites, boeken, kinderboeken en films/documentaires over dementie	63
2	Huiskamers in Maastricht-Heuvelland	68
3	Buurtbrök in Maastricht	74
4	Wijkservicepunten in Maastricht	75
5	Dagbestedingsmogelijkheden bij woonzorgcentra	75
6	Bijzondere dagbestedingsmogelijkheden	77
7	Zorgboerderijen in Maastricht-Heuvelland	80
8	Thuiszorgorganisaties	81
9	Respijtzorg	87
10	Kleinschalig wonen	87
11	Zorgcentra	89

1

Is het dementie of niet?

“Ik merk verschil aan mijn partner of ouder... Kan het dementie zijn?”

Er is iets niet pluis. U merkt veranderingen in denkprocessen en gedrag van uw naaste. Denk hierbij aan geheugen-, concentratie- of taalproblemen (ook wel cognitieve problemen genoemd) of verminderd initiatief, somberheid en angst. De dagelijkse dingen zijn minder vanzelfsprekend. Wat is er aan de hand? Uw behoefte aan informatie en duiding van de signalen wordt steeds groter. Maar waar begint u?

Bemerkt u problemen bij uw naaste zoals hierboven beschreven, bespreek dit dan met uw huisarts. De huisarts kan u en uw naaste geruststellen, op weg helpen naar een diagnose of uitsluiten dat het om dementie gaat.

1.1 Waar kan ik meer informatie vinden over de eerste symptomen van dementie?

“Ik maakte me zorgen om de vergeetachtigheid en gedragsverandering van mijn man en ben toen met hem naar de huisarts gegaan. De huisarts gaf na een gesprek met mij en mijn man aan dat het hem goed leek om dit te laten onderzoeken op de geheugenpoli in het ziekenhuis. Mijn man vond dit eigenlijk niet nodig maar gelukkig kon de huisarts hem overtuigen.”

een mantelzorger • 73 jaar

INFORMATIE OVER EERSTE SYMPTOMEN VAN DEMENTIE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Alzheimer Nederland	Duidelijke online informatie o.a. over de signalen die op dementie kunnen wijzen.	W alzheimer-nederland.nl ► over dementie ► herkennen en symptomen ► lees meer over de symptomen van dementie
dementie.nl	Betrouwbare informatie, tips bij de eerste symptomen, hulp, ervaringsverhalen, lotgenotencontact en nieuws. Ook tips bij de eerste symptomen W dementie.nl ► informatie per onderwerp ► herkennen en diagnose ► diagnose	W dementie.nl Maak eventueel een eigen account aan en bewaar interessante artikelen. GRATIS
Hersenstichting	Website met betrouwbare informatie over dementie.	W hersenstichting.nl ► hersenaandoeningen ► dementie T 070 - 20 92 222 (ochtenden) E info@hersenstichting.nl

1.2 Wie stelt de diagnose?

De huisarts van uw naaste stelt zelf de diagnose of verwijst u door voor uitgebreide diagnostiek naar een van de instellingen uit de tabel hiernaast. De huisarts houdt hierbij rekening met uw wensen en die van uw naaste.

U kunt zich voorbereiden op het gesprek met de huisarts door op W dementie.nl te lezen over de signalen van dementie. Ook leest u er meer over wat u van de huisarts kunt verwachten.

“Een voordeel van een tijdige diagnose is dat mantelzorger en cliënt al in een vroeg stadium van de dementie leren met de problematiek om te gaan. Zo kunnen relatieproblemen en overbelasting van de mantelzorgers worden voorkomen. Daar komt bij dat iemand dan nog goed in staat (en wilsbekwaam) is om samen met partner en familie beslissingen te nemen over de toekomst en de gewenste zorg.”

GGZ

DE DIAGNOSE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Huisarts	Onderzoek en diagnose	Maak een afspraak bij uw huisarts, indien nodig verwijst hij/zij u door naar een specialist BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
Geheugenpoli van MUMC+	Onderzoek en diagnose.	Aanmelden met verwijsbrief van de huisarts W mumc.nl ► geheugenpoli T 043 - 38 77 100 INFORMEREN BIJ DE ZORGVERZEKERING
Diagnostisch Onderzoekscentrum Psychogeriatric (DOC-PG) van MUMC+	Onderzoek en diagnose voor ouderen met meerdere gezondheidsproblemen.	Aanmelden met verwijsbrief van de huisarts W mumc.nl ► DOC-PG T 043 - 38 77 100 BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
MET ggz	Onderzoek en diagnose, indien nodig bij u thuis.	Aanmelden met verwijsbrief van de huisarts W metggz.nl T 043 - 32 99 699 E info@metggz.nl BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
Lionarons ggz	Onderzoek en diagnose.	Aanmelden met verwijsbrief van de huisarts W lionarons-ggz.nl T 088 - 166 11 00 E info@lionarons-ggz.nl BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO

“Mijn vrouw, 67 jaar, heeft ernstige symptomen van vergeetachtigheid. Ze wil er niets van weten, ze wil niet naar de huisarts en ze wil er ook niet met de kinderen over praten. Er is immers echt niets aan de hand! Ik ben naar de huisarts gestapt en heb de situatie besproken. De huisarts heeft de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) ingeschakeld. Zij kwamen bij ons thuis en na een paar gesprekken stond mijn vrouw toch open voor onderzoek en was de diagnose zo gesteld, waardoor we passende hulp konden krijgen.”

mantelzorger • 68 jaar

2

Dementie en nu...?

*“Ik had het wel verwacht, maar toch schrik ik van de diagnose.
Hoe gaat het leven thuis nu verder?”*

2.1 Wie kan ons verder helpen na de diagnose dementie?

De diagnose blijkt dementie te zijn. U wilt snappen wat er in uw naaste omgaat. En u wilt het veranderende gedrag begrijpen, zodat u zo goed mogelijk kunt reageren. Ook uw naaste kan veel vragen hebben. Hoe gaat het nu verder? Wie helpt daarbij en hoe gaan jullie dit samen aanpakken? Mensen zoals een casemanager kunnen u helpen bij het maken van moeilijke keuzes en bij het inschakelen van hulp.

U merkt dat uw naaste steeds meer hulp nodig heeft, hoewel hij of zij dat mogelijk zelf niet ziet. Er komt steeds meer terecht op uw schouders. Vindt u het moeilijk om hulp te vragen of lukt het u niet goed om hulp en/of ondersteuning zelf te regelen? U kunt altijd terecht bij uw huisarts. Of u kunt uw vragen stellen aan een casemanager of een wijkverpleegkundige. Zij komen bij u thuis en helpen u bij het vinden van passende hulp en/of ondersteuning.

“Als ik had geweten wat ik nu weet, had ik veel eerder hulp van anderen geaccepteerd. Het zou mij geholpen hebben bij het accepteren van alle veranderingen waar we mee te maken kregen. Maar ook bij het zoeken naar hulp die bij onze situatie paste.”

mantelzorger van iemand met gevorderde dementie

“Zonder de casemanager hadden wij de juiste zorg niet (op tijd) kunnen vinden. De casemanager heeft ons vertrouwen gegeven en was altijd bereid om te luisteren, advies en tips te geven. In één woord fantastisch. Hartelijk dank.”

mantelzorger van iemand met dementie

PROFESSIONALS DIE U VERDER HELPEN NA DE DIAGNOSE DEMENTIE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Huisarts	Ondersteuning en advies Ondersteuning en advies door huisarts en praktijkondersteuners	U kunt contact opnemen met uw huisarts voor de mogelijkheden. BASISVERZEKERING
Casemanager van Hulp bij dementie	Een casemanager is een vast aanspreekpunt en biedt ondersteuning aan mensen met dementie en hun naasten in de vorm van o.a. geven van informatie, begeleiding, omgaan met gedrag, aanvraag voorzieningen.	U kunt de casemanager inschakelen via uw huisarts of, als u reeds thuiszorg ontvangt, via de wijkverpleegkundige. U kunt ook rechtstreeks contact opnemen met Hulp bij dementie via: E info.maastrichtheuvelland@hulpbijdementie.nl BASISVERZEKERING
Wijkverpleegkundige (thuiszorg)	Verzorging en verpleging, ondersteuning en begeleiding, in samenspraak met de persoon met dementie en zijn of haar naasten.	U kunt contact opnemen met een thuiszorgorganisatie bij u in de buurt. Uw huisarts, het Wmo-loket en het sociale wijkteam in uw gemeente kunnen u hierbij helpen. In bijlage 8 (pagina 81) vindt u een overzicht van organisaties en de hulp die ze aanbieden. BASISVERZEKERING
Psychologische begeleiding	Begeleiding en emotionele ondersteuning van u en uw naaste. En eventueel behandeling van uw naaste met dementie.	Uw huisarts kan u doorverwijzen naar een van de onderstaande organisaties. Zij nemen dan contact met u op voor een afspraak. MUMC+ W mumc.nl ► geheugenpoli T 043 - 38 77 100 MET ggz W metggz.nl T 088 - 11 56 801 Lionarons ggz W lionarons-ggz.nl T 088 - 166 11 00 BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Ambulante begeleiding (begeleiding thuis)	Wekelijks bezoek in het kader van intensieve psychogeriatrische thuisbegeleiding.	Lionarons ggz, Maastricht: W lionarons-ggz.nl T 088 - 166 11 00 WMO-INDICATIE: EEN VAST MAANDTARIEF
Psychiatrisch Verpleegkundige van MET ggz	Begeleiding van mensen met complexe problemen zoals ernstige gedragsproblemen, of problemen van psychiatrische aard.	Uw huisarts verwijst u door. MET ggz neemt contact met u op voor een afspraak. BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
Ergotherapeut	Hulp bij het zo zelfstandig mogelijk functioneren van de persoon met dementie, het ondersteunen van de mantelzorger en uitleg/uitproberen over te gebruiken hulpmiddelen.	Informeer naar de mogelijkheden via uw huisarts. W edomah.nl ► zoek een ergotherapeut 10 BEHANDELINGEN BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
Centrum Bijzondere Tandheelkunde (CBT), Sittard	Mondzorg voor mensen voor wie behandeling in een reguliere praktijk moeilijk of onmogelijk is. Onder andere mensen met dementie.	A Bradleystraat 23, 6135 CV, Sittard W bijzonderetandarts.nl ► geriatrijsche-tandheelkunde T 046 - 303 01 35 E info@bijzonderetandarts.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN (AFHANKELIJK VAN BEHANDELING)
Steunpunt Mantelzorg Zuid, algemeen:	Steunpunt Mantelzorg Zuid informeert, adviseert en begeleidt mantelzorgers. Ook zet het steunpunt bekwame en betrokken vrijwilligers in om de mantelzorger tijdelijk te ontlasten.	W mantelzorgzuid.nl T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl GRATIS
Steunpunt Mantelzorg Zuid, jonge mantelzorgers	Webpagina's voor en over jonge mantelzorgers	W mantelzorgzuid.nl ► jonge mantelzorgers T 043 - 321 5046 E info@mantelzorgzuid.nl
Mantelzorgmakelaar van Steunpunt Mantelzorg Zuid	Helpt bij allerlei regeltaken op het gebied van zorg, arbeid, welzijn, wonen of financiën. Hierdoor hoeft u zelf minder te regelen en komt u snel bij het juiste loket.	Steunpunt Mantelzorg Zuid: W mantelzorgzuid.nl T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl GRATIS

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Mantelzorgmakelaar en cliëntondersteuning via TriaCura Mantelzorg-makelaars Zuid-Limburg	Helpt op het gebied van uitzoekwerk en regeltaken. De aandachtsgebieden zijn zorg, wonen, welzijn, financiën en werk.	W triacura.nl T 06 - 22 90 83 92 / 06 - 57 23 00 93 E info@triacura.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN
Mantelzorgmakelaar via zorgverzekering	Om regeltaken van de mantelzorger over te nemen.	Informatie algemeen: W mantelzorgmakelaar.nl Aanvragen bij uw zorgverzekeraar AANVULLENDE VERZEKERING
Mantó	Informatie, advies, tips, persoonlijke hulp, scholingsactiviteiten en de contactgegevens van alle steunpunten door heel Limburg.	W manto.nu T 046 - 42 08 159 E info@manto.nu
MantelzorgNL: landelijke vereniging die opkomt voor iedereen die zorgt voor een ander	Voor al uw vragen over mantelzorg, een luisterend oor via de mantelzorglijn, juridisch advies, ervaringsverhalen van mantelzorgers en een overzicht van gratis apps voor mantelzorgers om de zorg rondom uw naaste te organiseren.	Algemeen: MantelzorgNL: W mantelzorg.nl T 043 - 76 06 055 (€ 0,10 ct /min.) E mantelzorglijn@mantelzorg.nl Mantelzorglijn: Bereikbaar via telefoon, WhatsApp en e-mail: T 030 - 76 06 055 E mantelzorglijn@mantelzorg.nl (reactie binnen 3 werkdagen) LIDMAATSCHAP IN 2021: €23/JAAR
Centrum voor Levensvragen, Heuvelland	Begeleiding bij levens- en zingevingsvragen in de thuissituatie. Door de tijd te nemen om bij deze vragen stil te staan, kan iemand tot draagkracht en rust komen, wat het welzijn verhoogt.	Informatie: W palliaweb.nl ► netwerkzorg ► Heuvelland Aanvraag begeleiding via: T 0900 - 72 55 486 KOSTELOOS

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Meldpunt Stichting Samen	Voor mensen die problemen ervaren met zorg en welzijn of hier vragen over hebben. U kunt ook terecht als u uw ervaring wilt delen. Het kan bv. gaan over mantelzorg, het persoonsgebonden budget, de Wet langdurige zorg, etc.	Woensdag en donderdag van 11.30 - 14.30 uur: W samenonbeperkt.nl T 06 - 83 82 46 85 E samenonbeperkt@gmail.com

2.2 Ik wil begrijpen wat er in mijn naaste met dementie omgaat en hoe ik hiermee om kan gaan.

“Ik heb veel aan de cursus Partner in Balans gehad, het is een goed hulpmiddel. Vooral door er actief mee bezig te zijn, durf ik nu ook meer te lezen. Ik heb geleerd dat je zelf ook heel veel invloed hebt op degene met dementie (trucjes van veilige omgeving, regelmaat en één boodschap per keer, versimpelen) en dit gaf me hoop op de toekomst. Ga nu eerder ervan uit dat die schrikbeelden niet gebeuren in plaats van wel gebeuren en dat ik er zelf ook veel aan kan doen. Maar je kunt niet overal op voorbereid zijn.”

deelnemer 'Partner in Balans'

OMGAAN MET DEMENTIE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Dementie.nl	Bekijk tips, informatie en ervaringen. Stel je vraag. Vind hulp.	W dementie.nl
Breinspoken	Alles over dementie voor kinderen van een ouder met dementie. Kinderen van 4-7 jaar, 7-10 jaar, 10-12 jaar en 12-18 jaar. Ervaringen van andere kinderen, nieuws en informatie. Ook zomerkamp voor kinderen van 8-18 jaar en hun gezonde ouder. Met uitleg en tips voor volwassenen.	W breinspoken.nl E breinspoken@amsterdamumc.nl
Samen vooruit met dementie	Verhalen en tips van mensen met dementie en mantelzorgers gecombineerd met wetenschappelijk onderzoek om handvatten te bieden.	W samenvooruitmetdementie.org GRATIS
Online seminars van CZ	In de online seminars ontvangt u praktische tips van geriaters, mantelzorgers en casemanagers dementie.	W cz.nl ► zorgadvies ► thema's ► dementie ► online-seminars Voor CZ-klanten biedt CZ overige diensten zoals de mantelzorgmap, online cursus en een mantelzorgboek. GRATIS
Dementiegame	U kunt leren hoe u het beste kunt omgaan met mensen met dementie, in de verschillende vormen en stadia en u kunt in contact komen met lotgenoten, via het forum van Alzheimer Nederland (app).	Beschikbaar via de website: W dementiegame.nl W sevagram.nl ► extra diensten ► Dementiegame  GRATIS

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Dialogen rondom Dementie	Lezingen over diverse onderwerpen in het MUMC+ (4 keer per jaar).	W alzheimercentrumlimburg.nl ► maatschappelijk E dialogen@alzheimercentrumlimburg.nl U hoeft zich niet aan te melden. GRATIS
Partner in Balans, een onlinecursus voor naasten van mensen met dementie.	De onlinecursus is gericht op het behouden van een gezonde balans in het dagelijks leven. Gedurende 8 weken krijgt u verdiepende informatie over het thema en leert u reflecteren op uw persoonlijke situatie. U wordt daarbij begeleid door een deskundige coach.	W partnerinbalans.nl E info@partnerinbalans.nl of E info.maastrichtheuvelland@hulpbijdementie.nl INFO VIA WEBSITE OF ZORGVERLENER/CASEMANAGER
Partner in Balans-waaiër	Tips van en voor partners van mensen met geheugenklachten	E info@partnerinbalans.nl
Alzheimer Café Maastricht, Vaals en Alzheimer trefpunt Heuvelland	Informeel bijeenkomsten voor mensen met dementie, partners, familieleden, hulpverleners en belangstellenden om informatie te krijgen en/of ervaringen met elkaar te delen. Elke keer wordt een ander thema aan de orde gesteld.	Alzheimer Café Maastricht: elke 2^e woensdag van de maand, inloop vanaf 19.00 uur, zonder aanmelding (niet in juli en augustus) A Buurtcentrum Nazareth, Miradorplein 39, Maastricht W Alzheimercentrumlimburg.nl ► maatschappelijk ► AlzheimerCafé T 06 - 83 04 55 56 (Judith Lansink) E alzheimercafemaastricht@gmail.com Alzheimer Café Vaals: elke 3^e maandag van de maand Programma van 15.00 - 17.00 uur A Ontmoetingsruimte Protestantse Kerk, Kerkstraat 42, Vaals E alzheimercafevaals@gmail.com Alzheimer trefpunt Heuvelland: elke laatste woensdag van de maand Inloop vanaf 13.15 uur zonder aanmelding. A 't Gulper Hoes, Rosstraat 5, Gulpen T 06 - 10 40 21 24 (Sjef Ramakers) E s.ramakers@live.nl GRATIS

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
TANDEM: Training voor mensen met dementie en mantelzorgers.	8-wekelijkse groepsbijeenkomsten die steeds 2 tot 2,5 uur duren. Een groep bestaat uit acht tot tien deelnemers (4 of 5 koppels). Vooraf vindt een telefonische intake plaats.	Informatie en het vinden van een trainer in uw buurt: W tandemproject.nl E via contactformulier website
Steunpunt Mantelzorg Zuid Cursus/themabijeenkomsten voor mantelzorgers van naasten met dementie	Vergroten van kennis over dementie en ontvangen van tips voor omgang met uw naaste met dementie.	W mantelzorgzuid.nl ► activiteiten T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl GRATIS
online zelfhulptraining voor mantelzorgers	zelfhulptraining voor mantelzorgers	W monriaan.eu GRATIS
Humanitas: korte onlinetrainingen voor vrijwilligers en mantelzorgers.	Zes korte onlinetrainingen voor iedereen die zich inzet voor een ander. Met nuttige handvatten voor het omgaan met emoties.	W humanitas.nl ► over ons ► trainingen voor vrijwilligers T 020 - 523 11 00 E info@humanitas.nl GRATIS
Academie voor Informele Zorg	Diverse praktische cursussen voor mantelzorgers en vrijwilligers.	W academievoorinformelezorg.nl T 043 - 32 15 046 E info@academievoorinformelezorg.nl GRATIS
Hulp bij Dementie	Ondersteuning door casemanager (zie 2.1 op pagina 11 en 12)	W hulpbijdementie.nl T 06 - 83 04 55 56 E info.maastrichtheuvelland@hulpbijdementie.nl

2.3 Waar kan ik lotgenoten ontmoeten?

U maakt veel mee. Andere mensen die ook zorgen voor iemand met dementie, begrijpen dat. U kunt met elkaar praten over deze ervaringen. Misschien kunt u tips uitwisselen, elkaar de weg wijzen of gewoon een praatje maken.

“We gaan elke maand samen naar het Alzheimer Café. Ik merk dat Peter het een prettig uitje vindt en ik heb er inmiddels een paar aardige mensen ontmoet. We blazen bij elkaar stoom af.”

mantelzorger • 63 jaar over het Alzheimer Café

LOTGENOTENCONTACT VOOR FAMILIE/MANTELZORGERS EN/OF VOOR MENSEN MET GEHEUGENPROBLEMEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Alzheimer Café Maastricht, Vaals en Alzheimer trefpunt Heuvelland	Informeel bijeenkomsten voor mensen met dementie, partners, familieleden, hulpverleners en belangstellenden om informatie te krijgen en/of ervaringen met elkaar te delen. Elke keer wordt een ander thema aan de orde gesteld.	Zie 2.2 op pagina 15 voor meer informatie.
AlzheimerForum	In contact komen met lotgenoten. Lees tips en ervaringen, stel een vraag of help anderen.	W alzheimer-nederland.nl ► hulp en advies ► forum
Contactgroep voor mantelzorgers van mensen met dementie in Gulpen	Lotgenotencontact. Uitwisselen van ervaringen onder begeleiding van een vrijwillige maar ervaren mantelzorgconsulent.	Aanmelden per mail E eefje.gerritsen@hulpbijdementie.nl (Eefje Gerritsen)
Dementie.nl	Online gespreksgroepen voor mantelzorgers. Gratis en onder begeleiding van deskundigen. Via Teams, daarmee kan men elkaar horen en zien tijdens het gesprek.	W dementie.nl GRATIS
DementieLijn	Voor als u een vraag heeft over dementie of als u behoefte heeft aan een luisterend oor.	W dementielijn.nl T 0800 - 50 88

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
De Luisterlijn	Dag en nacht een luisterend oor per telefoongesprek, chat of e-mail.	W deluisterlijn.nl T 088 - 07 67 000
Steunpunt Mantelzorg Zuid (algemeen)	Organisatie waar mantelzorgers terecht kunnen voor ondersteuning op diverse gebieden, lokaal en regionaal.	W mantelzorgzuid.nl T 043-3215046 E info@mantelzorgzuid.nl GRATIS
Steunpunt Mantelzorg Zuid: Contactgroep Dementie	Lotgenotencontact, uitwisselen van ervaringen onder begeleiding van een ervaren mantelzorg-consulent.	De contactgroepen vinden plaats in Maastricht en Valkenburg. Actuele informatie over locaties, openingstijden en aanmelden via: W mantelzorgzuid.nl T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl GRATIS
MUMC+: Groepsprogramma voor mensen met lichte geheugenproblemen (geen dementie)	Gericht op het leren omgaan met lichte geheugenklachten in het dagelijks leven en het uitwisselen van ervaringen met lotgenoten.	U kunt hiervoor terecht op de geheugenpoli van het MUMC+ W mumc.nl ► geheugenpoli T 043 - 38 77 100 INFORMEER NAAR DE KOSTEN
Stichting Mantelzorg	Komt op voor iedereen die zorgt voor een ander, door het bieden van een luisterend oor via de mantelzorglijn, info voor mantelzorgers, juridisch advies, voordeel op diensten en producten, ervaringsverhalen.	W mantelzorg.nl T Mantelzorglijn: 030 - 76 06 055 E mantelzorglijn@mantelzorg.nl
zelfregietool.nl	Een op een lotgenotencontact. Een overzicht van lotgenotengroepen in Limburg.	W zelfregietool.nl

2.4 Welke zaken zijn verstandig om te regelen, nu dit nog samen kan?

Dementie heeft ook veel praktische gevolgen. Er moeten beslissingen worden genomen. U en uw naaste kunnen nu nog goed samen praten over belangrijke zaken en lastige keuzes. Wil uw naaste bijvoorbeeld gereanimeerd worden als dat nodig is? En tot hoe ver mag een medische behandeling gaan? Nu kunt u dit samen nog bespreken en vastleggen. Dan komt u straks niet voor verrassingen te staan.

“Als notaris spreek ik regelmatig cliënten die zich in een beginnend stadium van dementie bevinden. In mijn ervaring is dementie een langzaam proces, waarbij de helderheid van geest wordt vertroebeld door vlagen van mist, die steeds langer en heftiger aanhouden. Maar tussen de vlagen door kan iemand nog prima in staat zijn om zijn wil te bepalen en te beseffen wat er gebeurt. Op zulke momenten is er dus geen belemmering om belangrijke juridische handelingen te verrichten, zoals de aan en verkoop van een woning of het opstellen of wijzigen van een testament.”

een notaris

VERSTANDIG OM TE REGELEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Rijvaardigheidsbewijs	Na de diagnose dementie is iemand onbevoegd om auto te rijden. In geval van 'zeer lichte' of 'lichte' dementie kan een speciale rijtest worden afgelegd bij het Centraal Bureau Rijvaardigheidsbewijzen (CBR). Als hij of zij daarvoor slaagt, mag er nog een bepaalde tijd gereden worden.	Bespreek dit met uw (huis)arts. Informatie: Dementie.nl W dementie.nl ► informatie ► autorijden en dementie of CBR: W cbr.nl T 0900 - 02 10 (klantenservice CBR) INFORMEER NAAR DE KOSTEN
Wilsverklaring van mensen met dementie	Zolang uw naaste nog wilsbekwaam is, kan hij op papier vastleggen welke medische behandelingen hij nog wel of niet wil (verklaring niet-reanimeren, aanwijzen van een vertegenwoordiger die met de arts mag praten en medische beslissingen mag nemen).	Bespreek de door u en uw naaste opgestelde wilsverklaring met de huisarts. Er zijn standaard wilsverklaringen te vinden op internet, maar u kunt deze ook zelf opstellen. informatie: W rijksoverheid.nl ► onderwerpen ► familie, zorg en gezondheid ► levenseinde en euthanasie ► hoe stel ik een wilsverklaring op GRATIS
Wettelijk vertegenwoordiger voor mensen met dementie	Een persoon die benoemd is door de kantonrechter tot: Mentor (regelt persoonlijke zaken en neemt beslissingen over de verzorging, verpleging, behandeling of begeleiding van de persoon met dementie) of Bewindvoerder (regelt financiële zaken) of Curator (regelt financiële en persoonlijke zaken).	Verzoek voor wettelijke vertegenwoordiging indienen bij de kantonrechter, door: • partner of familieleden tot in de vierde graad of • de instelling waar iemand verblijft of die begeleiding biedt. Deze laatste moet dan wel aangeven waarom familie dit niet kan aanvragen. U kunt deze zaken, en hoe dit te regelen, ook bespreken met uw casemanager, wijkverpleegkundige en/of huisarts. Algemene informatie: W rijksoverheid.nl ► onderwerpen ► Familie, zorg en gezondheid ► curatele, bewind en mentorschap INFORMEER NAAR DE KOSTEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Levenstestament	In het levenstestament wijst uw naaste iemand aan die zijn belangen behartigt, als hij daar zelf niet meer toe in staat is en wie zijn financiën regelt of medische beslissingen neemt. Het levenstestament voorkomt beschermingsmaatregelen zoals curatele, beschermingsbewind en mentorschap.	Een levenstestament kunt u laten vastleggen bij de notaris, maar dit hoeft niet. Via een onderhandse akte legt u ook afspraken vast, maar een notarieel levenstestament biedt meer zekerheid. Informatie: W juridischloket.nl (onafhankelijk advies door juristen) W notaris.nl W goedvertegenwoordigd.nl W dementie.nl ► hulp en advies ► experts (een notaris voor advies raadplegen) INFORMEER NAAR DE KOSTEN BIJ HET JURIDISCH LOKET OF BIJ DE NOTARIS
Juridisch Loket	Het juridisch loket geeft eerste hulp bij juridische vragen over bijvoorbeeld een levenstestament.	A Avenue Ceramique 2-6, Maastricht Inloopspreekuur. Meer informatie via: W juridischloket.nl T 0900 - 80 20 (€0,25/min.) INLOOFSPREEKUUR IS GRATIS
Mantelzorgmakelaar via Steunpunt Mantelzorg Zuid	Helpt bij allerlei regeltaken op het gebied van zorg, arbeid, welzijn, wonen of financiën. Hierdoor hoeft u zelf minder te regelen en komt u snel bij het juiste loket.	Steunpunt Mantelzorg Zuid: W mantelzorgzuid.nl T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl GRATIS
Mantelzorgmakelaar en cliëntondersteuning via TriaCura Mantelzorg-makelaars Zuid-Limburg	Helpt op het gebied van zoekwerk en regeltaken. De aandachtsgebieden zijn zorg, wonen, welzijn, financiën en werk.	W triadura.nl T 06 - 22 90 83 92 / 06 - 57 23 00 93 E info@triadura.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN
Mantelzorgpas van CZ	Met deze pas kan iedereen meteen zien dat u voor iemand zorgt en wie uw vervanger is. Dus als u iets overkomt kan er meteen contact worden gezocht met uw vervanger.	CZ Zorggroep: W cz.nl ► mantelzorgpas T 088 - 555 77 77 GRATIS

3

Samen leven met dementie

“Samen leven met dementie...

Hoe richten we ons leven in, waar we ons allebei goed bij voelen?”

Uw naaste verandert en u verandert mee. Dat gaat de ene dag gemakkelijker dan de andere dag. Ondanks de diagnose dementie, wilt u graag gewoon verder leven, genieten en de dingen doen waar u plezier aan beleeft.

Blijf actief, samen en apart.

'Rust roest', ook voor mensen met dementie. Sociaal en lichamelijk actief blijven is belangrijk, voor u en voor uw naaste. U kunt samen wat ondernemen of ieder apart. Ook voor uw naaste zijn er mogelijkheden om actief te blijven.

3.1 Hoe behouden wij ons sociale netwerk en waar kunnen we nieuwe contacten opdoen?

Een (sterk) sociaal netwerk is belangrijk, zeker voor mensen met dementie en hun naasten. Het betrekken van anderen bij de zorg voor de persoon met dementie maakt de zorg minder zwaar.

Het doen van gezellige activiteiten of het delen van uw zorgen en/of emoties zorgt ervoor dat u er niet alleen voor staat.

ACTIVITEITEN OM NIEUWE CONTACTEN OP TE DOEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Alzheimer Café Maastricht, Vaals en Alzheimer trefpunt Heuvelland	Informele bijeenkomsten voor mensen met dementie, partners, familieleden, hulpverleners en belangstellenden om informatie te krijgen en/of ervaringen met elkaar te delen. Elke keer wordt een ander thema aan de orde gesteld.	Zie 2.2 op pagina 15 voor meer informatie.
Steunpunt Mantelzorg Zuid: Contactgroep Dementie	Lotgenotencontact, uitwisselen van ervaringen onder begeleiding van een ervaren mantelzorgconsulent.	De contactgroepen vinden plaats in Maastricht en Valkenburg. Actuele informatie over locaties, openingstijden en aanmelden via: W mantelzorgzuid.nl T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl GRATIS
Huiskamers/ Buurtbrök/ Seniorenprojecten	Deze initiatieven zijn er voor iedereen die gezelschap zoekt, een kop koffie wil drinken of samen een activiteit wil doen. Een plek om elkaar te ontmoeten met activiteiten op maat (gericht op welzijn niet op zorg). Zowel voor patiënten als voor mantelzorgers.	Een overzicht van alle huiskamer- en seniorenprojecten in Maastricht-Heuvelland vindt u in bijlage 2 (pagina 68) . Buurtbrök is specifiek voor Maastricht. Een overzicht van de vier locaties vindt u in bijlage 3 (pagina 74) . SOMS EEN EIGEN BIJDRAGE
Zorg & Gezelschap, Zuid-Limburg	Zorg, individuele begeleiding, huishoudelijke hulp, gezelschap.	W zorgengezelschap.nl T 088 - 018 77 88 E info@zorgengezelschap.nl
Maatjes Gezocht	Maatjes zijn er voor iemand die wekelijks of tweewekelijks wat extra aandacht, ondersteuning of begeleiding nodig heeft. Dat kan op allerlei manieren, bv. koffiedrinken, wandelen, voorlezen, theaterbezoeken.	Aanmelden via: W maatjesgezocht.nl T 030 - 65 64 524 E maatjesgezocht@oranjefonds.nl

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Wijkservicepunten	U kunt hier terecht voor informatie, advies en ondersteuning op het gebied van wonen, welzijn, zorg, inkomen, werk, ouder worden en leven met een beperking.	U kunt bij de servicepunten altijd binnenlopen en hier uw vraag neerleggen. Een afspraak maken is niet nodig. Een overzicht van de vier wijkservicepunten in Maastricht vindt u in bijlage 4 (pagina 75). GRATIS

3.2 Welke activiteiten zijn er voor mensen met (beginnende) dementie?

Welke interesses heeft uw naaste? Wat vindt u belangrijk? U kunt eerst een keer langsgaan om de sfeer te proeven, voordat u een keuze maakt. Heeft u graag hulp bij het maken van een keuze? Neemt u dan contact op met een casemanager, wijkverpleegkundige of consulent van Steunpunt Mantelzorg. Ook bij uw huisarts kunt u altijd terecht met vragen.

“Ja, nu ik twee dagen naar de zorgboerderij kan gaan, dat vind ik heel leuk. Want ik weet nog wel dat ik op een gegeven moment heb gebeld [naar de zorgboerderij], zo van als er plek is dan wil ik er graag naar toe, want ik voelde me eigenlijk een beetje eenzaam. Ja, je bent de hele dag thuis en ik ga wel met de hond uit. Maar ja, voor de rest zag ik verder niemand meer.”

deelnemer dagbesteding op een zorgboerderij

ZINVOLLE INVULLING VAN DE DAG VOOR MENSEN MET DEMENTIE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Dementie en Herinneringen - app	Door samen te kijken en luisteren naar o.a. filmpjes en liedjes uit de jaren '30-'70 herinneringen ophalen met mensen met dementie.	Download 'Dementie en Herinneringen' via:  GRATIS
Alzheimer Nederland	100 activiteiten voor binnen- en buitenshuis voor mensen met dementie. Online maar ook op te vragen via e-mail. (Ook: 10 tips voor betere communicatie)	W alzheimer-nederland.nl/100-activiteiten-voor-mensen-met-dementie E via contactformulier website GRATIS
Dementie-winkel.nl	Deze winkel maakt het mogelijk om de leefwereld van mensen met dementie op een praktische manier aan te passen en meer kennis en begrip op te doen.	W dementie-winkel.nl ► dagelijkse activiteiten en andere thema's GRATIS
Klessebasjes	Van puzzelen naar praten over de tijd van toen. Puzzelboekjes, prentenboekjes, praatplaten en postkaarten.	W klessebasjes.nl

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Maastricht Sport	Diverse sport- en beweegactiviteiten met een speciaal senioren 70+ programma. Het aanbod varieert, er is o.a. wandelen, dansen, yoga en gymnastiek. Verspreid door de hele stad.	informatie: W maastrichtsport.nl T 043 - 35 04 500 E info@maastrichtsport.nl Programma: W maastrichtsport.nl ► ik wil sporten/ sportaanbod ► sport & beweegaanbod Maastricht ► senioren plus VEELAL GRATIS
Smile project	Smile is een stichting die staat voor elkaar ontmoeten en het bevorderen van een gezonde(re) leefstijl. Ook voor senioren, met een beperking, en kwetsbare (en eenzame) ouderen. Zo is er elke maandag van 11.00 - 12.00 samen bewegen en nog veel meer. Kijk vooral op de site.	A Sportpark Heugem, Gronsvelderweg 90, Maastricht W smile043.nl E via contactformulier website INFORMEER NAAR DE KOSTEN
Stichting Fietsen alle jaren Maastricht en Valkenburg	Individueel of samen met een andere passagier gaat u met een speciaal aangepaste fiets voor mensen met een mobiliteitsbeperking op stap. Langs plekken waar u woonde of werkte of gewoon toeren. De ritten worden altijd verzorgd door een ervaren vrijwilliger.	W fietsenallejaren.nl Maastricht: T 06 - 5313 2180 E fajmaastricht@gmail.com Valkenburg: T 06 - 4176 7759 (Karin) of 06 - 8257 9355 (Leo) E valkenburgaandegeul@fietsenallejaren.nl GRATIS

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Stichting Vier het Leven Maastricht en Valkenburg	Voor ouderen (vanaf 65 jaar), die niet meer in staat zijn zelfstandig bioscoop, theater, museum en concerten te bezoeken. De vrijwilliger komt u thuis ophalen en samen met de hem/haar en één of twee andere ouderen gaat u gezellig een middag of avond uit. Als er sprake is van dementie moet er nog een begeleider mee (partner/familielid) om als nodig 1 op 1 aandacht te kunnen geven.	Meer informatie en een gratis welkomstpakket aanvragen via: W 4hetleven.nl ► activiteiten T 035 - 52 45 156 E info@4hetleven.nl
Algemeen Toegankelijke Dagbesteding* in Maastricht, Valkenburg en Eijsden-Margraten	Georganiseerde manier om zinvol invulling te geven aan de dag, er wordt een activerend en recreatief programma aangeboden.	Aanvragen via het Zorgpunt Maastricht-Heuvelland. T 043 - 85 09 300 E info@zorgpuntmaastrichtheuvelland.nl Een overzicht vindt u in bijlage 5 (pagina 75) WMO-INDICATIE: EEN VAST MAANDTARIEF
Dagbesteding voor ouderen in Gulpen-Witter, Meerssen en Vaals	Georganiseerde manier om zinvol invulling te geven aan de dag, er wordt een activerend en recreatief programma aangeboden.	Aanvragen via het Wmo-loket in uw gemeente (zie tabel 6.1, pagina 56) Een overzicht vindt u in bijlage 5 (pagina 75) WMO-INDICATIE: EEN VAST MAANDTARIEF

* **Algemeen Toegankelijke Dagbesteding (ATD)** De nieuwe benaming van dagbesteding voor ouderen in Maastricht, Valkenburg en Eijsden-Margraten.

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Bijzondere dagbesteding voor ouderen Maastricht-Heuvelland	Dagbesteding die kleinschalig is en/of gericht is op een speciale doelgroep / specifieke interesse (bijv. creatief).	Aanvragen via het Wmo-loket in uw gemeente (zie tabel 6.1, pagina 56) In Maastricht en Valkenburg: alleen als de Algemeen Toegankelijke Dagbesteding niet aansluit bij de behoeften van de cliënt. Soms kunt u hier ook terecht met een Wlz-indicatie. Vraag dit na. Een overzicht van bijzondere dagbestedings-mogelijkheden vindt u in bijlage 6 (pagina 75). WMO-INDICATIE: EEN VAST MAANDTARIEF, WLZ-INDICATIE: EIGEN BIJDRAGE AFHANKELIJK VAN INKOMEN, PGB, PARTICULIER
Zorgboerderijen Maastricht- Heuvelland	De boerderij-omgeving nodigt mensen met dementie uit om actief en in beweging te zijn in een groene omgeving.	U kunt dagbesteding aanvragen via het Wmo-loket van de gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56). In Maastricht en Valkenburg: alleen als de Algemeen Toegankelijke Dagbesteding niet aansluit bij de behoeften van de cliënt. Aanvragen via het Zorgpunt Maastricht-Heuvelland. T 043 - 85 09 300 E info@zorgpuntheuvelland.nl Een overzicht van alle zorgboerderijen in de regio Maastricht-Heuvelland vindt u in bijlage 7 (pagina 80) WMO-INDICATIE; EEN VAST MAANDTARIEF, SOMS MET WLZ-INDICATIE: EIGEN BIJDRAGE AFHANKELIJK VAN INKOMEN (NAVAGEN)
Grubbeveld in Maastricht, dagbehandeling voor mensen met (beginnende) dementie en voor jonge mensen met dementie	De dagbehandeling is gericht op zo lang mogelijk behouden van de eigen woon- en leefsituatie.	U heeft een Wlz-indicatie nodig. In overleg met de huisarts van uw naaste of een cliëntadviseur van Envida kunt u een aanvraag bij de gemeente of het CIZ indienen. A Grubbeveld, Vijverdalseweg 10 W envida.nl T 0900 - 22 33 440 (Envida) T 043 - 40 77 500 (Grubbeveld) E zorgadvies@envida.nl EEN EIGEN BIJDRAGE, AFHANKELIJK VAN EIGEN INKOMEN EN DE ZWAARTE VAN DE ZORG

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Buurttuinderij Hof van Heer, Maastricht	Een 'moestuin-plus' waar jong en oud samenwerken en leren. Een ontmoetingsplek in de buurt, die elke leeftijd aanspreekt en tot actie aanzet. Ook prima geschikt voor mensen met (beginnende) dementie die graag in de tuin werken en dit nog zelfstandig kunnen. Als dit moeilijker wordt dan een leuke activiteit met een vriend, familielid of buurtgenoot samen. Dit omdat de tuin wordt gerund door vrijwilligers.	A Veldstraat 8, Maastricht Aan de Rijksweg tussen de rotonde bij kapper Reflex en de rotonde met het bolvormige kunstwerk op kolom. W hofvanheer.nl T 06 - 28 95 94 27 of 06 - 42 05 40 95 E hofvanheer@gmail.com
Onvergetelijk Limburgs Museum, Venlo	Inspirerend en gezellig dagje uit: speciale rondleiding over museumobjecten voor mensen met dementie en hun naasten. Elke maand wisselt het thema van de rondleiding.	Voor meer informatie: W limburgsmuseum.nl T 077 - 35 22 112 E reserveringen@limburgsmuseum.nl Iedere eerste vrijdag van de maand van 14.30 - 16.00 uur (let op: vooraf reserveren is verplicht) €7 P.P. INCL. KOFFIE EN THEE, MUSEUMKAART GRATIS
De Museum Plus Bus (alleen mogelijk met groep)	De bus rijdt elke dag een groep senioren naar een van de veertien deelnemende musea. De inschrijving opent jaarlijks op 1 oktober en sluit 31 oktober voor het jaar erop volgend.	Aanvragen via: W museumplusbus.nl T 020 - 53 10 391 E info@museumplusbus.nl GRATIS BEHALVE DE LUNCH IN HET MUSEUM

3.3 Op vakantie

Ook als u of uw naaste dementie heeft kunt u samen van een vakantie genieten. Er zijn verschillende aanbieders die speciale zorgvakanties organiseren. U gaat samen met een team van deskundigen en

vrijwilligers op reis en kunt u af en toe de zorg uit handen geven. Ook voor jonge mensen met dementie zijn er mogelijkheden.

VAKANTIEBUREAU'S

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Het Vakantiebureau	Begeleide vakanties voor mensen die in het dagelijks leven zorg of begeleiding nodig hebben, voor de thuiswonende partner en voor de mantelzorger.	W hetvakantiebureau.nl T 034 - 37 45 890 E info@hetvakantiebureau.nl
Annahofke Vijlenstraat 48 in Vijlen	In overleg biedt het Annahofke mogelijkheid tot verzorgde begeleide vakantie.	Informatie: W annahofke.nl T 06 - 83 69 50 25 (Anja Sommer) E info@annahofke.nl
Alle goeds vakanties	Kleinschalige groepsreizen in Nederland voor mensen met (beginnende) dementie, met of zonder partner, kinderen of mantelzorger.	W allegoedsvakanties.nl T 0318 - 48 51 83
Aangepaste reizen en vakanties voor gehandicapten	Individuele- of groepsreizen voor mantelzorgers om vrij van zorg te zijn en ervaringen te delen. De zorgbehoevende kan meereizen, de zorg wordt overgenomen.	W aangepaste-reizen-vakanties-voor-gehandicapten.org T 06 - 24 60 62 69 VOOR DE BUITENLANDSE REIZEN IS HET MOGELIJK DE KOSTEN VOOR DE ZORG ACHTERAF TE DECLAREREN BIJ UW ZORGVERZEKERAAAR. DE REISORGANISATIE KAN U HIER MEER OVER VERTELLEN
M&M Reizen	Begeleide vakanties voor mensen met een beperking en voor senioren. Mogelijkheid om met groep van minimaal 4 deelnemers een reis op maat te maken.	W mm-reizen.nl T 06 - 38 63 97 77 E info@mm-reizen.nl
Stichting Heinz Reizen	Reizen voor mensen die hulpbehoevend, gehandicapt of vereenzaamd zijn en de mantelzorger, die tijdens deze vakantie ontlast wordt.	W stichtingheinzreizen.nl T 06 - 51 67 28 83 E info@stichtingheinzreizen.nl
Centraal Administratie Kantoor	Door een arts voorgeschreven medicijnen die niet onder de Opiumwet vallen, mogen niet zomaar mee naar het buitenland. Via het CAK kunt u een verklaring aanvragen die nodig is om deze medicijnen mee te mogen nemen op reis.	W hetcak.nl T 0800 - 21 208 E via contactformulier website

ONDERSTEUNING THUIS

AANBIEDER/AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Outofmemory programma van A.J. Riemersma	Outofmemory is een gratis elektronisch prikbord ter ondersteuning van het geheugen. Dit programma is een klok met datum, een verjaardagskalender, controleert medicijngebruik, toont (medische) boodschappen, slaaptijden, etenstijden, speelt favoriete muziek en nog meer. Het programma is eenvoudig toe te passen door de mantelzorger en kan op afstand bediend worden.	W outofmemory.nl GRATIS
Femly beeldbellen voor de hele familie via de eigen televisie	Mantelzorgers (en anderen) kunnen beeldbellen met de persoon met dementie. Die ontvangt de oproep via de vertrouwde (eigen) televisie. Iedereen kan gratis de mobiele app gebruiken. Ook kunnen foto's gedeeld worden en/of medicatiemomenten en afspraken gepland worden in de agenda.	Informatie: W femly.nl T 085 - 06 57 249 E info@femly.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN
Persoonlijke verzorging en verpleging (thuiszorg)	Persoonlijke verzorging en (gespecialiseerde) verpleging thuis. Daarnaast meedenken over wat moet gebeuren en extra hulp inschakelen indien nodig.	U kunt contact opnemen met een thuiszorgorganisatie voor informatie en een aanvraag doen. Een wijkverpleegkundige brengt de zorgbehoefte in kaart en zal de zorg indiceren. In bijlage 8 (pagina 81) vindt u een overzicht van organisaties en de hulp die ze aanbieden. BASISPAKKET ZORGVERZEKERING
Hulp bij het huishouden	Hulp bij het huishouden als u dit zelf niet meer kunt	Aanvragen bij het Wmo-loket van de gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56). WMO-INDICATIE, EEN VAST MAANDTARIEF
Saar aan Huis	Aanvullende mantelzorg en hulp bij dementie op maat. Er komt altijd dezelfde Saar (mantelzorger) op het door de cliënt gewenste tijdstip. Een Saar doet boodschappen, kookt, draagt zorg voor dagstructuur, doet licht huishoudelijk werk, gaat erop uit met cliënt, etc. Saar biedt ook 24-uurs en terminale zorg.	W saaraanhuis.nl T 043 - 20 58 104 (Zuid-Limburg) E zuidlimburg@saaraanhuis.nl INFORMEER NAAR DE PRIJZEN, KAN OOK VIA PGB

AANBIEDER/AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Individuele begeleiding aan huis (thuiszorg)	Begeleiding die uw naaste helpt bij het aanbrengen van structuur en waar mogelijk bij het voeren van regie. Zoals structureren van het dagritme, inzicht krijgen in mogelijke gevolgen van besluiten, administratie doen/post afhandelen en hulp bij het behouden van vaardigheden.	Aanvragen bij het Wmo-loket van de gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56) Wanneer u 24-uurs zorg en/of toezicht nodig heeft kunt u individuele begeleiding aanvragen via de Wlz. In bijlage 8 (pagina 81) vindt u een overzicht van organisaties en de hulp die ze aanbieden. WMO-INDICATIE: EEN VAST MAANDTARIEF, WLZ-INDICATIE: EIGEN BIJDRAGE AFHANKELIJK VAN INKOMEN
Gezelschap en begeleiding door vrijwilligers	Inzet vrijwilliger bij alleenstaanden met dementie en/of begeleiding naar ziekenhuis of andere zorgverlener.	W mantelzorgzuid.nl T 043 - 32 15 047 E info@mantelzorgzuid.nl GRATIS, BIJ ZIEKENBEGELEIDING MOET VERVOER EN EVENTUELE CONSUMPTIE VOOR VRIJWILLIGER BETAALD WORDEN
Lyvia	Studenten bieden gezelschap en ondersteuning aan de persoon met dementie, zodat de mantelzorger weer even wat tijd voor zichzelf krijgt.	W lyvia.nl T 085 - 08 05 787 E info@lyvia.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN VOOR INTAKE EN INZET STUDENTEN
Respijtzorg (vervangende zorg)	Iemand die de zorg een tijdje van u overneemt als u op vakantie gaat of om overbelasting te voorkomen. De zorg kan dus van tijdelijke aard zijn.	U kunt dit aanvragen bij het Wmo-loket van uw gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56) Informeel ook naar de mogelijkheden bij uw zorgverzekering en de respijtzorgbiedende organisatie. Een overzicht van organisaties die respijtzorg aanbieden vindt u in bijlage 9 (pagina 87). INFORMEER VOOR VERGOEDING BIJ UW ZORGVERZEKERING
24uurszorgloket	Een zorg au-pair uit Portugal of Polen komt inwonen en neemt de verzorging op zich. Individuele begeleiding, persoonlijke verzorging, huishoudelijke hulp, koken en samen eten. De zorgverlener geeft persoonsgerichte zorg en zorgt dat uw naaste structuur krijgt.	Na een telefonisch gesprek zal het 24 Uurs Zorgloket langskomen voor een vrijblijvende persoonlijke intake. W 24uurszorgloket.nl T 073 - 30 30 086 E via contactformulier website VANAF INDICATIE 5 VOLLEDIG BETAALBAAR VANUIT HET PGB-BUDGET

AANBIEDER/AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Vrijwillige terminale palliatieve thuiszorg	U kunt deze vrijwillige inzet aanvragen wanneer het gaat om zorg voor mensen die ongeneeslijk ziek zijn en graag thuis willen sterven.	W mantelzorgzuid.nl T 043 - 321 50 46 E info@mantelzorgzuid.nl

TIP

Je kunt boeken ook beluisteren via Spotify of bieb.





4

Ondersteuning thuis organiseren

“Wat zijn oplossingen die mij als mantelzorger ontlasten?”

4.1 Wat kan ik doen om de zorg thuis zo lang mogelijk vol te houden?

De zorg voor uw naaste begint zwaarder te worden, maar u wilt het graag volhouden. Hoe houdt u dit vol? Er zijn allerlei mogelijkheden om u te ondersteunen, zodat u kunt blijven doen wat u wilt doen. Denk aan hulp in de tuin, bij de boodschappen of met het bijhouden van de administratie. U kunt de zorg langer volhouden als u ook goed voor uzelf zorgt.

“Ik heb behoefte aan ondersteuning omdat ik veel uren aan de mantelzorg besteed. Daarnaast werk ik als ZZP-er. Ik moet namelijk ook geld verdienen. Werken is alleen mogelijk als ik thuis meer opvang heb. Bovendien is het ook psychisch niet vol te houden om alleen maar te zorgen.”

uit een enquête naar wensen en gebruik van respijtzorg

“Het verblijf in het zorghotel gaf enige weken 'lucht', maar de voorbereidingen en de heen en terugreis waren niet eenvoudig.”

uit een enquête naar wensen en gebruik van respijtzorg

4.2 Waar kan ik terecht voor ondersteuning in en om huis?

ONDERHOUD EN KLUSJES

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Envida Ledenservice	Op het gebied van hulp in en om huis kan er gebruik worden gemaakt van kapper, pedicure, administratieve ondersteuning, maaltijdservice, tuinonderhoud, klussen-dienst, computerhulp, personen-alarmering, fietsreparatie, professionele mantelzorg, was- en strijkservice. Ook diverse kortingen bij Vegro thuiszorg-winkels, VGZ, CZ, Univé, diverse sportaanbieders en wellness resorts.	Meer informatie: W envidaledenservice.nl W 043 - 36 90 610 W ledenservice@envida.nl EEN JAARCONTRIBUTIE VOOR HET HELE AANBOD
Klusjes door woningstichting	Een woningstichting kan voor huurders ook iets betekenen op het gebied van klusjes in huis.	Informeer hiernaar bij uw eigen woningstichting. INFORMEER BIJ UW EIGEN WONINGSTICHTING
Buurtservice Maastricht	Hulp bij klussen in en om het huis, maar ook boodschappen doen, hond uitlaten, huisvuil aan straat zetten, het tuinpad sneeuwvrij maken, computerhulp, enz.	A Widelanken 160 in Maastricht T 043 - 30 00 383 (vrijdagmiddag dicht) E buurtservice@hotmail.com EEN KLEINE WEDERDIENST: WAT ZOU U VOOR EEN ANDERE BUURTBEWONER WILLEN DOEN?
BuurtSchakel	Brengt vraag en aanbod van wijkbewoners, cliënten, medewerkers en vrijwilligers van zorgcentra, bedrijven, winkeliers en verenigingen bij elkaar.	Maak een account aan via: W buurtschakel.com T 045 - 78 20 501 E info@buurtschakel.com GRATIS, BIJ DOORVERWIJZING NAAR ANDERE PARTIJ KUNNEN KOSTEN VERBODEN ZIJN AAN HET AANBOD
Service van het WijkLeerbedrijf Daalhof, Maastricht	Leerlingen van Leeuwenborgh Opleidingen kunnen u helpen met allerlei klusjes in en om het huis.	W calibrisadvies.nl ► wat wij doen ► arbeidsmarktprojecten ► wijkleerbedrijf T 06 - 444 59 222 E maastricht@wijkleerbedrijf.nl VOOR ZOVER MOGELIJK WORDT ER GEVRAAGD OM IETS TERUG TE DOEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Gulpen-Wittem helpt	Kleine klussen in en om het huis.	W regionalevrijwilligerscentraleheuvelland.nl ► klussenhulp
Gulpen-Wittem Burenhulp	Georganiseerde burenhulp: praktische hulp of een praatje.	Aanmelden via vrijwilligerscentrale: T 06 - 46 11 20 17 E vrijwilligerswerk@gulpen-wittem.nl
Paus Franciscusgroep Wijlre-Gulpen	Klussendienst	T 06 - 44 37 75 71
Vaals Helpt	Zeven projecten: marktbezoek, brandveiligheidscheck in huis, klussendienst, boodschappenhulp, strijkhulp, scootmobiel- en rolstoelhulp, klapperproject (financiën).	W regionalevrijwilligerscentraleheuvelland.nl T 06 - 14 53 23 85 (van 9.00 - 12.00 uur) of via vrijwilligerscentrale Vaals: T 06 - 46 11 20 17 (dinsdag en donderdag ochtend) T 06 - 52 76 36 77 E info@vaals.nl
wehelpen	Hulpnetwerk. Het zoeken van een buurtgenoot die kan helpen met bijvoorbeeld een ritje naar het ziekenhuis, hulp bij boodschappen, hond uitlaten etc. Met anderen een besloten netwerk aanmaken en samen de zorg overzichtelijk delen	Hoe concreter de vraag, hoe groter de kans op hulp. Het is belangrijk een account aan te maken i.v.m. de privacy en veiligheid. Dit kan snel en gemakkelijk via 'aanmelden'. Daarna kunt u gelijk kijken wie zich bij u in de buurt spontaan aanbieden om te willen helpen. W wehelpen.nl E info@wehelpen.nl GRATIS
Whapp	Zoek je hulp, bv. met de boodschappen of beeldbellen? Stel een vraag en Whapp zoekt een match bij jou in de buurt.	Download 'Whapp' via:  GRATIS
Deken Hanneman Stichting	Praktische ondersteuning (klusjes) of gezelschap.	W dekenhannemanstichting.nl T 06 - 29 35 77 72

BOODSCHAPPENSERVICE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Thuisbezorgservice voor boodschappen door de supermarkt	Boodschappen online bestellen en vervolgens thuis laten bezorgen of ophalen.	Bezoek de website van uw supermarkt of vraag informatie en voorwaarden in de winkel (die zijn voor elke supermarkt anders). Bijvoorbeeld: W ah.nl W jumbo.com W plus.nl KLIK RECHTS BOVENIN OP HET WINKELMANDJE OM TE BESTELLEN DE AANBIEDERS HEBBEN VERSCHILLENDE SERVICEPRIJZEN
Jos bezorgt, lokale boodschappen van de bioboer Maastricht-Heuvelland	Alle biologische boodschappen persoonlijk thuisbezorgd.	Kennismaken via een persoonlijk proefpakket. W josbezorgt.nl T 045 - 200 20 54 E via contactformulier website ZIE DE WEBSITE VOOR DE PRIJZEN

COMPUTER-GERELATEERDE ONDERSTEUNING

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Computerpunt Maastricht	Onder andere deskundige computerhulp, onderhoud en reparatie en hulp bij digitale apparaten voor particulieren in de regio Maastricht-Heuvelland.	A Wilgenlaan 47 in Maastricht W computerpuntmaastricht.nl T 043 - 32 16 755 T 06 - 11 444 704 E info@computerpuntmaastricht.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN
Envida Ledenservice	Computerhulp	Meer informatie: W envidaledenservice.nl T 043 - 36 90 610 E ledenservice@envida.nl

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Student aan huis	Hulp aan huis bij alle vragen over de computer, tablet, smartphone, internet en e-mail en alle andere digitale apparaten.	W studentaanhuis.nl ► klantenservice (voor het online afspraakformulier) T 0900 - 200 12 12 E info@studentaanhuis.nl LIDMAATSCHAP KOST EEN BEDRAG PER JAAR, DAARNAAST BETAALD U VOORFIETSKOSTEN PER AFSpraak EN VOOR DE TIJD DAT GEWERKT WORDT
Smile Project	Smile is een stichting die staat voor elkaar ontmoeten en het bevorderen van een gezonde(re) leefstijl. Ook voor senioren, met een beperking, en kwetsbare (en eenzame) ouderen. Zo is er een helpdesk voor internetgebruikers en nog veel meer. Kijk vooral op de site.	A Sportpark Heugem, Gronsvelderweg 90, Maastricht T smile043.nl E via contactformulier website INFORMEER NAAR DE KOSTEN

ONDERSTEUNING BIJ DE ADMINISTRATIE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
App: Lees Sempel	Lees Sempel is een app die mensen helpt om ingewikkelde brieven te lezen.	W leessempel.nl Download 'Lees Sempel' via:  GRATIS
Klapperproject van Trajekt (vrijwilligers)	Vrijwilligers helpen u orde op zaken te stellen in de administratie en maken inzichtelijk hoe uw financiële situatie eruitziet (bijv. d.m.v. een budgetplan). Daarnaast bieden zij hulp bij het vinden en gebruik maken van inkomensondersteunende maatregelen.	Opereert vanuit de vier Wijkservicepunten in Maastricht (zie bijlage 4 op pagina 75) en de Trajekt-kantoren in het Heuvelland. Maastricht: T 043 - 76 300 10 E informatieadvies@trajekt.nl Heuvelland: T 043 - 76 30 000 (Falco Doijen) E falco.doijen@trajekt.nl GRATIS

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Belastingservice	Deskundige vrijwilligers helpen mensen met een gering inkomen bij belastingvragen en bieden hulp bij het doen van de aangifte, het aanvragen van toeslagen etc.	Ga naar het inloopsprek uur bij een van de vier wijkservicepunten in Maastricht of: E informatieadvies@trajekt.nl . Een overzicht van de vier wijkservicepunten die deze hulp aanbieden vindt u in bijlage 4 (pagina 75) . KLEIN BEDRAG PER AANGIFTE, VRAAG DIT NA BIJ HET WIJKSERVICEPUNT
Envida Ledenservice	Hulp bij administratieve en financiële zaken.	Meer informatie: W envidaledenservice.nl T 043 - 36 90 610 E ledenservice@envida.nl GRATIS
Humanitas, thuisadministratie (vrijwilligers)	Kortdurende ondersteuning bij het op orde brengen en houden van de administratie.	W humanitas.nl ▶ waar vind je ons ▶ Limburg ▶ Maastricht-Heuvelland ▶ wat we doen ▶ thuisadministratie T 043 - 35 60 448 E ta.maastricht@humanitas.nl GRATIS

4.3 Hoe zorg ik voor de juiste hulpmiddelen in en om huis?

Voorzieningen als een rolstoel of een woningaanpassing vraagt u aan bij het Wmo-loket van uw gemeente (**zie tabel 6.1 op pagina 57**). Daarnaast zijn er bijvoorbeeld oplossingen die uw naaste helpen om veilig naar buiten te gaan of om zelf medicijnen in te blijven nemen. Ook zijn er oplossingen om de veiligheid in huis te vergroten. Vaak maken kleine oplossingen een groot verschil. Informeer gerust bij uw casemanager, wijkverpleegkundige of ergotherapeut.

TIP

een handig overzicht van beschikbare hulpmiddelen vindt u op **W** hulpmiddelenwijzer.nl en **W** sjoboks.nl

HULPMIDDELEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Outofmemory programma van A.J. Riemersma	Outofmemory is een gratis elektronisch prikbord ter ondersteuning van het geheugen. (Zie voor beschrijving pagina 34)	W outofmemory.nl
Dementie-winkel.nl	Deze winkel maakt het mogelijk om de leefwereld van mensen met dementie op een praktische manier aan te passen en meer kennis en begrip op te doen.	W dementie-winkel.nl ► gunstige woonomgeving ► veiligheid en andere thema's
Vilans hulpmiddelenwijzer	Online, onafhankelijke informatie over zorg hulpmiddelen die het dagelijkse leven makkelijker maken.	W hulpmiddelenwijzer.nl
Vegro thuiszorgwinkels	Advies over en lenen, huren of kopen van hulpmiddelen. Ook is er een rolstoelservice voor onderhoud en reparatie van de rolstoel.	A Mockstraat 1, Maastricht (Envida) A Herculeshof 3, Maastricht W vegro.nl T 0900 - 288 77 66 E via contactformulier website
Hulpmiddelenwereld Maastricht	Winkel en webshop	W hulpmiddelenwereld.nl T 088 - 00 80 100 E via website Maastricht ► Weerhuisweg 4
Envida Ledenservice: personenalarmering*	Ledenorganisatie die allerlei aanbiedt waaronder de personenalarmering.	Meer informatie: W envidaledenservice.nl T 043 - 36 90 610 E ledenservice@envida.nl
Sevagram personenalarmering*	Alarmering in Maastricht-Heuvelland met hulp vanuit mantelzorg en in Maastricht West met professionele zorgopvolging.	W sevagram.nl T 0900 - 777 4 777 E alarmering@sevagram.nl

* **personenalarmering** Een alarmsysteem waarmee uw naaste met een druk op de knop (die om de hand of pols gedragen wordt) regelt dat er hulp komt bij nood.

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Sociale alarmering via de zorgverzekering	Zijn er medische redenen voor personenalarmering, dan vergoedt de zorgkostenverzekeraar mogelijk een deel van de kosten.	Er is een verklaring van de huisarts nodig, waarin staat dat de alarmering nodig is. Voor meer informatie kunt u terecht bij de zorgverzekeraar.

4.4 Ik wil of kan niet meer zelf voor het eten zorgen. Waar kan ik terecht?

MAALTIJDSERVICE / MAALTIJDAANBOD

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
apetito	Bezorgt vriesverse of warme maaltijden aan huis. Ook dieetmaaltijden beschikbaar en gratis voedingsadvies op maat.	Bestellen is geheel vrijblijvend. Indicatie is niet nodig. W apetito-shop.nl T 088 - 2012 123 E info@apetito.nl GRATIS BEZORGING AAN HUIS, DOOR VASTE CHAUFFEURS. PROEFPAKKET 4 MAALTIJDEN VOOR €22,50 LID VAN SAMENWERKENDE LEDENORGANISATIE OF OUDERENBOND? DAN KRIJGT U KORTING. INFORMEER VIA DE CONTACTGEGEVENS
Uitgekookt Maaltijdservice	Bezorgt ambachtelijke, koelverse, gezonde maaltijden. Gratis informatiemap bij eerste levering met opwarminstructie, menu- en prijslijsten.	Eenvoudig telefonisch te bestellen via: T 085 - 04 06 065 of via: W uitgekookt.nl GRATIS BEZORGING AAN HUIS • KENNISMAKEN VIA PROEFPAKKET

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Ledenservice Envida	Maaltijdservice Envida is een samenwerking met apitito. Leden krijgen korting op de maaltijden. Een indicatie voor de maaltijden is niet nodig. U kunt kiezen uit vriesverse of warme maaltijden, waaronder ook dieetmaaltijden. Bezorging aan huis.	Meer informatie: W envidaledenservice.nl T 043 - 36 90 610 E ledenservice@envida.nl
Maaltijdservice De Beyart	Een warme middagmaaltijd voor belangstellenden boven de 55 jaar in het restaurant van woonzorgcentrum De Beyart. Bij een leeftijd jonger dan 55 jaar is een indicatie noodzakelijk.	Aanmelden is verplicht. A Brusselsestraat 38, Maastricht W debeyart.nl T 043 - 63 11 700 E info@debeyart.nl EVENTUEEL MET GEBRUIK VAN KORTINGSREGELING MAALTIJDVOORZIENING GEMEENTE
Smile Eetkamer Heugem	Maandelijks op de laatste woensdag van de maand van 12.00 - 15.00 uur een kwaliteits- en gezond 3-gangen menu. Het menu wordt vooraf op de website bekend gemaakt. Na afloop is er gratis koffie/thee met wat lekkers om gezellig na te praten. Voorafgaand is er een wandeling voor de liefhebber.	A Sportpark Heugem, Gronsvelderweg 90, Maastricht W smile043.nl E via contactformulier website INFORMEER NAAR DE KOSTEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
De Keukenbarones Zuid-Limburg	Klanten krijgen wekelijks een menukaart met keuze uit verschillende soepen, hoofdgerechten en desserts. U kunt zelf kiezen wat en hoeveel dagen u mee wilt eten. De maaltijden kunnen worden opgewarmd in de magnetron of oven. De menu's worden met persoonlijke aandacht aan u geleverd, steeds op de zelfde dag van de week, al naar gelang waar u woont. Onze menu's zijn vers en worden gekoeld bezorgd, dus GEEN DIEPVRIES!	A Kerkstraat 16A, 6374 HK, Landgraaf W dekeukenbarones.nl/contact T 06 - 40 48 10 20 E dekeukenbarones@gmail.com INFORMEER NAAR DE KOSTEN
Groentewinkel Heusschen-Loozen, Margraten	Koelverse maaltijden afhalen, zelf opwarmen in magnetron.	A Amerikaplein 76, Margraten W heusschen-loozen.nl T 043 - 311 0116 E info@heusschen-loozen.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN

4.5 Waar vind ik informatie over vervoer op maat?

VERVOER OP MAAT

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Omnibuzz	Omnibuzz regelt in Limburg het vervoer van klanten met een Wmo-indicatie. Met Omnibuzz kunt u van deur tot deur reizen. De chauffeur begeleidt de reiziger van de deur naar het voertuig en omgekeerd.	Aanvragen via het Wmo-loket van de gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56). Als u een vervoerspas aanvraagt, volgt mogelijk een gesprek bij u thuis en/of een keuring bij de GGD. De gemeente beslist. W omnibuzz.nl T 0900 - 33 10 550 E info@omnibuzz.nl VOOR TARIEVEN: W OMNIBUS.NL ► REIZEN ► TARIEVEN
Bovenregionaal vervoer voor mensen met een beperking (Valys)	Voor als u verder wil reizen dan 5 ov-zones of 25 km vanaf uw woonadres? Valys brengt u van deur tot deur. Eén begeleider mag gratis mee. Bovendien kunnen max. twee reisgenoten mee tegen betaling van hetzelfde gereduceerde tarief.	Informeer naar de mogelijkheden: W valys.nl Aanvragen Valyspas: W valys.nl ► valyspas aanvragen T 0900 - 96 30 E info@valys.nl U KRIJGT JAARLIJKS EEN KM-BUDGET, IN SPECIALE GEVALLEN KAN EEN HOGER KM-BUDGET WORDEN VASTGESTELD
OV-begeleiderskaart	Wie niet zelfstandig kan reizen, kan een ov-begeleiderskaart aanvragen. Op deze kaart kunt u, zowel bij Omnibuzz als bij Valys, één begeleider gratis meenemen (het kan iedere reis iemand anders zijn).	Aanvragen via Argonaut Advies: W ovbegeleiderskaart.nl ► aanvraagformulier aanvragen (u krijgt een formulier thuisgestuurd) T 030 - 23 54 661 Let op! Als u de begeleiderskaart bij Omnibuzz wilt gebruiken, dient u de begeleiderskaart eerst bij Omnibuzz te registreren; stuur een kopie van de begeleiderskaart naar: Omnibuzz, Postbus 99, 6160 AB, Geleen. GRATIS

5

Zorg uit huis

“Ik vind het een moeilijke beslissing maar ik weet dat verhuizen naar een zorgcentrum nu het beste voor ons is.”

De zorg thuis wordt zwaar.

Het normale dag- en nachtritme kan verstoord zijn. Er is vaak onrust en het wordt steeds moeilijker voor u om contact te maken met uw naaste. Hij of zij herkent u niet meer of er ontstaan andere lastige situaties in en om huis. Uw energie raakt op en u heeft behoefte aan meer hulp en zorg. Soms wordt extra hulp niet geaccepteerd door uw naaste. Dit zorgt voor moeilijke keuzes. Wat kunt u doen? En welke mogelijkheden heeft u in de nabije omgeving?

Ter voorbereiding op een opname kunt u samen met uw naaste, of alleen, eerst eens gaan kijken in het zorgcentrum. Even koffiedrinken of een keer samen eten. Informeer naar de mogelijkheden bij het zorgcentrum van uw keuze. Wanneer de opname plaatsvindt, is het belangrijk dat de verzorging uw naaste en u leert kennen. Hoe heeft het leven van uw naaste eruit gezien? Welke voorkeuren heeft hij? Wat eet zij graag? Een gesprek met medewerkers van het zorgcentrum helpt u en uw naaste om een 'warme overdracht' te bereiken.

“Mijn man is al een tijd erg onrustig 's nachts. Hij wordt verward wakker en gaat ronddwalen. Soms herkent hij mij ook niet meer. Het wordt steeds moeilijker om thuis voor hem te zorgen. Ik merk dat ik uitgeput raak doordat ik niet meer goed kan slapen. Het ergste vind ik nog dat ik mijn geduld niet meer kan bewaren en snel boos of geïrriteerd reageer. Ik vind het een verschrikkelijk moeilijke beslissing, maar ik weet dat het beter is voor ons beiden dat hij permanent naar een zorgcentrum verhuist. Hij is hier al eens gaan logeren toen ik geopereerd moest worden en dat is toen erg goed bevallen. De verzorging daar is erg lief voor hem en weet hoe ze met hem om moet gaan. Hij voelde zich er op zijn gemak.”

Mevrouw Smits, 83 jaar

5.1 Welke mogelijkheden voor zorg uit huis zijn er in mijn omgeving?

ZORG UIT HUIS

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Zorgcentrum	In een zorgcentrum kan een cliënt tijdelijk verblijven, bv. om te herstellen na een ziekenhuis opname of ter ontlasting van de mantelzorg. Of een cliënt kan permanent wonen op een zorglocatie omdat het thuis wonen bv. niet meer lukt en 24-uurs zorg of toezicht noodzakelijk is.	Voor opname in een zorgcentrum neemt u contact op met de voorkeursaanbieder en u wordt dan nader geïnformeerd.
Seniorenwoningen	Verzorgd wonen in een seniorenwoning aangrenzend aan een zorgcentrum.	Aanpalend aan bijna alle zorgcentra bevinden zich seniorenwoningen, waarbij de huurder gebruik kan maken van alle faciliteiten van het zorgcentrum en zorg aan huis kan ontvangen. Voor meer informatie informeert u bij de zorgcentra. Een overzicht van de zorgcentra in Maastricht-Heuvelland vindt u in bijlage 11 (pagina 89) .
Kleinschalig wonen	Een kleinschalige woonvorm is een plek waar mensen in een kleinere groep voor langere tijd verblijven, vaak in de laatste fase van hun leven. De vragen en gewoonten van de bewoners zijn bepalend voor de aanpak van het zorgteam.	Aanvragen via het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). U vult eventueel samen met de casemanager het aanvraagformulier in. Het CIZ beoordeelt op basis van deze informatie hoeveel zorg nodig is en of er nog mogelijkheden bestaan om iemand (nog langer) thuis te verzorgen. W ciz.nl ► aanvraag doen T 088 - 78 91 000 Een overzicht van organisaties die kleinschalig wonen aanbieden vindt u in bijlage 10 (pagina 87) . EIGEN BIJDRAGE VOOR DEZE ZORG IS AFHANKELIJK VAN HET INKOMEN. TE BEREKENEN OP HETCAK.NL

ALGEMENE INFORMATIE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Regelhulp (Rijksoverheid)	Duidelijke informatie over het regelen van hulp, zorg of ondersteuning. Ook kan hier de eigen bijdrage voor zorg berekend worden.	W regelhulp.nl
Centraal Administratie Kantoor (CAK)	Informatie en uitvoering van zorgregelingen. Ook voor het berekenen van de eigen bijdrage voor zorg en aanvragen van medicijnverklaringen voor op reis.	W hetcak.nl T 088 - 7 11 40 00 E via contactformulier website
Financieel zakboekje en informatie over de financiële gevolgen van mantelzorgen (factsheet).	Vol met informatie, tips en weetjes om meer inzicht te krijgen in de financiële regelingen die de financiële situatie beïnvloeden.	W Mantelzorg.nl ► thema's ► geldzaken

HULP BIJ FINANCIËLE ZAKEN T.B.V. ZORG EN ONDERSTEUNING

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Nibud: Nationaal Instituut voor Budgetvoorlichting	Onafhankelijke voorlichting en advies over de huishoudportemonnee, ook bij zorg en ziekte.	W nibud.nl T 030 - 23 91 350 (van 9.00 - 13.00 uur) E via contactformulier website
Kans+ Brochure 'de wetten zorg en ondersteuning sinds 2015'	In eenvoudige taal informatie en uitleg over vier wetten: Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), Wet langdurige zorg (Wlz), Zorgverzekeringswet (Zvw) en Jeugdwet (JW).	W kansplus.nl ► producten en diensten ► winkel
Hulp bij financiën via bewindvoering	Een persoon die benoemd is door de kantonrechter tot: • Bewindvoerder (regelt financiële zaken) • Curator (regelt financiële en persoonlijke zaken)	Zie tabel 2.4 op pagina 21 verstandig te regelen ► Wettelijk vertegenwoordiger van mensen met dementie

6

Hoe kan de juiste zorg geregeld worden?

Het recht op zorg en ondersteuning is geregeld in drie verschillende wetten.

Zorg via de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

Ondersteuning die nodig is om voor uzelf te kunnen blijven zorgen. U vraagt dit aan bij het Wmo-loket van de gemeente en de gemeente besluit of uw naaste ook daadwerkelijk recht heeft op deze zorg. Voor meer informatie zie **6.1 op pagina 56**.

Zorg via de Zorgverzekeringswet (Zvw)

Medische verzorging en verpleging door een (wijk) verpleegkundige. Een wijkverpleegkundige beoordeelt welke zorg uw naaste nodig heeft. Voor meer informatie zie **6.2 op pagina 57**.

Zorg via de Wet langdurige zorg (Wlz)

Intensieve zorg omdat er 24 uur per dag zorg of toezicht nodig is. Het CIZ besluit of uw naaste in aanmerking komt voor zorg vanuit de Wlz. Voor meer informatie zie **6.3 op pagina 58**.

Als duidelijk is welke zorg en ondersteuning nodig is zijn er twee mogelijkheden:

- Uw naaste ontvangt de zorg in natura, dat wil zeggen dat de zorgaanbieder zorg levert en de administratie daaromheen regelt.
- Uw naaste ontvangt een budget waarmee zorg wordt ingekocht, een zogenaamd persoonsgebonden budget (pgb). Dit pgb brengt ook verplichtingen met zich mee.

Voor meer informatie zie **6.4 op pagina 59**.

De huisarts, casemanager dementie, wijkverpleegkundige of mantelzorgmakelaar kunnen u ondersteunen bij het aanvragen van de juiste ondersteuning en zorg.

Clïëntondersteuning

Maakt u geen gebruik van een casemanager, wijkverpleegkundige of mantelzorgmakelaar dan kunt u ook vragen om cliënt-ondersteuning.

Clïëntondersteuning biedt u informatie, advies en ondersteuning bij vragen over zorg en welzijn. Clïëntondersteuners kunnen ook bemiddelen bij klachten en problemen. U kunt ondersteuning vragen op allerlei terreinen, zoals onderwijs, jeugdzorg, werk, inkomen, zorg, wonen en welzijn.

De cliëntondersteuner helpt u bij het oplossen van uw problemen en/of het regelen van hulp. Het doel is dat u daarna weer zelf verder kunt. Clïëntondersteuning is gratis.

Waar kunt u cliëntondersteuning krijgen?

Heeft u een Wlz-indicatie?

U krijgt gratis onafhankelijke cliëntondersteuning via het zorgkantoor voor hulp bij het organiseren van Wlz-zorg.

W regelhulp.nl ► [clientondersteuning](#) ► [clientondersteuning-vanuit het-zorgkantoor](#)

- Burgerkracht Limburg
T 046 - 420 81 59 **W** burgerkrachtlimburg.nl
- CliëntondersteuningPLUS
T 085 - 486 67 00 **W** clientondersteuningplus.nl
- MEE Zuid Limburg
T 088 - 010 22 22 **W** meezuidlimburg.nl

Heeft u géén Wlz-indicatie?

U krijgt gratis onafhankelijke cliëntondersteuning via de gemeente voor hulp bij het organiseren van zorg en ondersteuning, jeugdhulp, participatie, onderwijs, welzijn, wonen, werk en inkomen.

W regelhulp.nl ► [clientondersteuning](#) ► [clientondersteuning-vanuit de-gemeente](#)

6.1 Hulp en ondersteuning op maat via de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

Is uw naaste onvoldoende zelfredzaam of kan hij/zij niet goed meedoen in de maatschappij en kan het sociale netwerk ook niet bijdragen, dan moet de gemeente ondersteuning bieden, zo staat in de Wet maatschappelijke ondersteuning. De gemeente regelt verschillende voorzieningen.

Algemene voorzieningen die vrij toegankelijk zijn. Voorbeelden hiervan zijn: boodschappendienst, ontmoetingsruimte voor mensen die eenzaam zijn, maaltijdverzorging, hulp aan buurthuizen en verenigingen.

Maatwerkvoorzieningen die zijn afgestemd op uw situatie en waarvoor een indicatie nodig is. Voorbeelden hiervan zijn huishoudelijke hulp, individuele begeleiding, dagbesteding op maat, ondersteuning van mantelzorgers, aanpassingen in de woning, vervoer in de regio maar ook ondersteuning in spoedgevallen binnen 24-48 uur (zonder vooraf de indicatiestelling).

Als u of uw naaste ondersteuning nodig heeft dan kunt u zich melden bij het Wmo-loket of het sociaal team van de gemeente. U heeft gedurende het gehele proces recht op een gratis onafhankelijke cliëntondersteuner, vraag hier gerust naar bij de gemeente. Een medewerker zal u informeren over het verdere beloop van de procedure. Meestal komt er een Wmo-consulent bij uw naaste op bezoek voor een onderzoek naar de persoonlijke situatie.

Samen wordt in dit zogenaamde keukentafelgesprek besproken wat uw naaste zelf kan, wat de sociale omgeving kan doen en of er professionele zorg nodig is.

U kunt kiezen voor ondersteuning in natura of een persoonsgebonden budget (pgb) om zelf ondersteuning te regelen (**zie 6.4 op pagina 59**).

ORGANISATIES BELAST MET DE INDICATIE EN UITVOERING VAN WMO-ZORG

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
Eijsden-Margraten	Sociaal Team: A Margraten: 't Hoes van Mergraote, Schinkepoort 69, 6269 DZ, Margraten A Eijsden: Servicepunt Bakvliet, Breusterhof 2, 6245 EL, Eijsden A Gronsvelt: Gronsvelter Kerkplein 8, 6247 CM, Gronsvelt (lén de Bleu) W Eijsden-Margraten.nl T 043 - 45 88 488 E sociaalteam@eijsden-margraten.nl
Gulpen-Wittem	Klant Contact Centrum: A Willem Vliegenstraat 12, 6271 DA, Gulpen W gulpen-wittem.nl T 14043 E wmo-loket@gulpen-wittem.nl
Maastricht	Team Wmo: A Randwycksingel 22, 6229 EE, Maastricht W gemeentemaastricht.nl T 14043 E via contactformulier website ► zorg en wmo ► zorg of hulp nodig
Meerssen	Sociaal Team: A Markt 50, 6231 LS Meerssen W meerssen.nl T 14043 E sociaalteam@meerssen.nl
Vaals	WijVaals: A Von Clermontplein 15, 6291 AT, Vaals W vaals.nl T 043 - 30 68 583 E wijvaals@vaals.nl
Valkenburg	Team Wmo: Randwycksingel 22, 6229 EE, Maastricht W valkenburg.nl T 14043 E wmoloket@valkenburg.nl

6.2 Verzorging, verpleging en palliatieve terminale zorg via de Zorgverzekeringswet (Zvw)

Iedereen die in Nederland woont of werkt moet een basisverzekering voor zorg (basispakket) afsluiten. De overheid bepaalt wat er in het basispakket zit. Voor de meeste zorg in het basispakket geldt een eigen risico, echter niet voor de huisarts, huisartsenpost, wijkverpleging en casemanager dementie. De overheid bepaalt voor welke zorg de eigen bijdrage geldt en hoe hoog die bijdrage is. Een eigen bijdrage geldt bv. voor hoortoestellen, brillen en geneesmiddelen.

Voor geneesmiddelen is een maximumbedrag vastgesteld.

Een aanvullende verzekering is vrijwillig en dekt (een deel van de) zorg die niet in het basispakket zit. De zorgverzekeraars bepalen wat in aanvullende verzekeringen zit. Er zijn veel verschillende pakketten, het is belangrijk dat de aanvullende verzekering goed afgestemd is op wat nodig is.

Meer informatie over de Zvw vindt u via:

W rijksoverheid.nl ► onderwerpen ► familie, zorg en gezondheid ► zorgverzekering

Verzorging, verpleging thuis en palliatieve, terminale zorg door de wijkverpleegkundige en collega's van de thuiszorg is onderdeel van het basispakket van de zorgverzekering. Er geldt geen eigen risico voor.

Verzorging is verpleegkundige zorg bij het wassen, aan- en uitkleden, lichamelijke verzorging, eten en drinken en innemen van medicatie.

Verpleging is bijvoorbeeld wondverzorging of het zetten van spuiten.

Palliatieve terminale zorg is de laatste zorg voor mensen met een levensverwachting van minder dan drie maanden (als uw naaste al zorg via de Wlz krijgt dan wordt deze zorg daardoor vergoed).

U kunt de huisarts vragen welke wijkverpleegkundigen actief zijn in de omgeving. De wijkverpleegkundige bekijkt samen met u, uw naaste en eventueel de arts welke zorg nodig is (indicatie). Hierna mag gekozen worden welke thuiszorgorganisatie de zorg komt leveren.

In **bijlage 8 (pagina 81)** vindt u de verschillende thuiszorgorganisaties die werkzaam zijn in het gebied Maastricht-Heuvelland.

6.3 Intensieve 24-uurs zorg via de Wet langdurige zorg (Wlz)

De Wet langdurige zorg (Wlz) is bedoeld voor mensen die intensieve (voortdurend) zorg of toezicht nodig hebben

Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) besluit of iemand voldoet aan de voorwaarden en kan een zogeheten Wlz-indicatie afgeven. Net als bij de Wmo-aanvraag kunt u ook bij deze aanvraag om gratis onafhankelijke cliëntondersteuning vragen bij de gemeente. Met de indicatie kan uw naaste terecht in een zorgcentrum. Als hij/zij met de nodige zorg gezond en veilig thuis kan blijven wonen, kan de zorg ook thuis ontvangen worden met een volledig pakket thuis (vpt), een modulair pakket thuis (mpt) of om de zorg zelf te regelen met een persoonsgebonden budget (pgb). Deze mogelijkheden worden leveringsvormen genoemd.

Meer informatie hierover:

W rijksoverheid.nl ► onderwerpen ► verpleeghuizen en zorginstellingen ► vraag en antwoord ► kan ik zorg vanuit de Wlz ook thuis krijgen?

Via de website van het CIZ kunt u rechtstreeks een aanvraag doen of u kunt een formulier eerst printen, invullen en opsturen per post. Vragen kunt u stellen via de telefoon. Een wijkverpleegkundige of casemanager kunnen helpen bij het aanvragen van een Wlz-aanvraag, of u kunt gebruik maken van een onafhankelijk cliëntadviseur.

ORGANISATIES BELAST MET DE INDICATIE EN UITVOERING VAN WLZ-ZORG

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ)	Indiceert levenslange zorg uit de Wet langdurige zorg (Wlz): begeleiding, behandeling, vervoer naar en van de dagbesteding en de dagbesteding zelf, medicijnen en huishoudelijke hulp. Soms ook: hulpmiddelen zoals een rolstoel, het verblijf, de inrichting van de woning en de voeding. Het CIZ stelt de indicatie maar voert niet uit.	W ciz.nl ► aanvraag doen T 088 - 78 91 00 E info@ciz.nl
Clïëntondersteuning	Helpt bij de aanvraag en uitvoering van Wlz-zorg door duidelijk op te schrijven wat jouw wensen en ideeën zijn over de zorg, de juiste zorg te regelen en verschillende soorten zorg op elkaar af te stemmen.	Als u al Wlz-zorg hebt dan vraagt u een cliëntondersteuner aan bij het Zorgkantoor. Zo niet, dan mag u gebruik maken van de cliëntondersteuners van de Wmo die u aanvraagt bij het Wmo-loket van uw gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56). GRATIS
Burgerkracht	Clïëntondersteuners die gratis en onafhankelijk helpen bij uw vragen over het regelen en de uitvoering van uw zorg. Informatie en advies, kiezen van een passende zorgaanbieder, hulp bij het opstellen van een persoonlijk- en/of zorgplan.	W burgerkrachtlimburg.nl T 0900 - 243 81 81 E info@burgerkrachtlimburg.nl GRATIS

6.4 Persoonsgebonden budget (pgb)

Een pgb is een budget waarmee iemand zelf de zorg regelt. Degene huurt met het budget zijn eigen zorgverleners in en bepaalt zelf waar, wanneer en hoe hij/zij geholpen wordt of koopt zelf voorzieningen in zoals bijvoorbeeld dagbesteding op maat. Wordt er gekozen voor een pgb, dan zijn daar voorwaarden aan verbonden. Er moet in een budgetplan geschreven worden welke zorg ingekocht wordt en

er moeten contracten gesloten worden met degenen die de zorg verlenen. De Sociale Verzekeringsbank betaalt deze zorgverleners

Het pgb kan beheerd worden door een door de aanvrager aangewezen vertegenwoordiger (een mantelzorger).

ORGANISATIES BELAST MET DE INDICATIE EN UITBETALING VAN HET PERSOONSGEBONDEN BUDGET (PGB)

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Sociale Verzekeringsbank	Alles over het pgb: informatie, stap voor stap uitleg en uitbetaling.	W svb.nl T 030 - 26 48 200 E via contactformulier website
Gemeente	Pgb voor Wmo-zorg: de gemeente kijkt of een pgb passend is en als dat zo is geeft ze de informatie door aan de Sociale Verzekeringsbank (SVB)	Aanvragen via het Wmo-loket van uw gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56)
Zorgkantoor	Pgb voor Wlz-zorg: het zorgkantoor krijgt van het ClZ uw indicatie voor Wlz-zorg. In de indicatie staat uw zorgprofiel, daarin staat de zorg beschreven die u nodig hebt. Er staat ook in of u kiest voor zorg in natura of een pgb. Bij een pgb bekijkt het zorgkantoor of u aan de voorwaarden voldoet, berekent de hoogte van het budget en zorgt dat het geld naar de Sociale Verzekeringsbank (SVB) gaat.	Aanvragen bij zorgkantoor in de regio Zuid-Limburg: W cz.nl ► zorgkantoor T 088 - 555 7 110 E infozorgkantoren@cz.nl
PerSaldo	Vereniging voor mensen met een persoonsgebonden budget (pgb). Hier vindt u alle informatie over het pgb. U kunt ook gratis uw pgb-documenten laten controleren.	W pgb.nl T 0900 - 74 24 857 (€0,20 c/min) E info@pgb.nl
Zorgverzekeraar	Het Zvw-pgb is voor mensen die langer dan een jaar verpleging of verzorging nodig hebben. Ook voor palliatieve terminale zorg kunt u een pgb via de Zvw aanvragen.	Wilt u een persoonsgebonden budget (pgb) aanvragen voor hulp via de Zorgverzekeringswet (Zvw)? Dan dient u een aanvraag in bij uw zorgverzekeraar.





Bijlagen

BIJLAGE 1 • WEBSITES, BOEKEN, KINDERBOEKEN EN FILMS/DOCUMENTAIRES OVER DEMENTIE

websites met meer informatie over dementie

- W alzheimer-nederland.nl
- W alzheimercentrumlimburg.nl
- W dementie.nl
- W samenvooruitmetdementie.nl
- W hersenchichting.nl
- W dementie-winkel.nl
- W geheugenwebsite.nl
- W innovatiekringdementie.nl (*kenniscentrum levenskwaliteit bij dementie*)
- W moderne-dementiezorg.nl (*meer dan 450 films over dementie*)
- W samendementievriendelijk.nl (*gratis online training 'GOED omgaan met dementie'*)

boeken over dementie

- Dementie op jonge leeftijd, Annemie Janssens en Marjolein de Vugt, 2020 (*dementie onder 65 jaar*)
- Zorgen van een mantelzorger, Anne Margriet Pot, 2020 (*een dozijn dagelijkse dilemma's*)
- Bij mij doet ze dat nooit, Barbara Oppelaar, 2020 (*beter contact met mensen met dementie*)
- Handig bij dementie, minder geheugen meer gevoel, Ruud Dirkse, 2020 (*de emotionele en psychologische aspecten*)
- Het hart wordt niet dement, Huub Buijssen, 2019 (*praktisch handboek voor naasten*)
- De heldere eenvoud van dementie, Huub Buijssen, 2019 (*helpen zonder jezelf te verliezen*)
- Dilemma's bij dementie, Tim van Iersel, 2018 (*zingeving en ethiek*)
- Dementie, hoe ga je ermee om, Ezra van Zadelhoff en Tosca Janssens, 2018 (*een praktische gids voor mantelzorgers*)
- Boekenserie van Moderne-Dementiezorg: Had ik het maar geweten, (Op) nieuw geleerd oud gedaan, Handig bij dementie, Ik heb dementie (*informatie* W moderne-dementiezorg.nl)
- De dag door met dementie, Anneke van der Plaats, 2016 (*helder handboek*)

- De zoektocht naar het onbekende, de dementie veranderde ons leven, Sandy van Rossum-'t Hort, 2019 (*ervaringsverhaal en roman over frontotemporale dementie*).
- Woorden schieten tekort, Nicci Gerrard, 2019 (*een openhartig boek*)
- Zo donker buiten, Marnix Peeters, 2019 (*ervaringsverhaal van zoon over moeder met dementie*)
- Met mijn vader is niks mis (wel met de wereld om hem heen), Toine Heijmans, 2019 (*gebundelde columns uit Volkskrant Magazine*)
- Ik leef in een wereld die ik niet ken, Marjolijn Markus, 2017 (*biografie van een mantelzorger*)
- Hou me maar vast; Mijn moeder, Alzheimer en ik, José Franssen, 2016 (*een openhartig en ontroerend verslag*)
- Zolang ik er ben, Stichting Dilemmaboek, 2017 (*Alzheimerervaringsverhalen*)
- Dagelijks leven met dementie, Anne-Mei The, 2017 (*een blik achter de voordeur*)
- MIST, partners van jonge mensen met dementie in beeld, Dorris Duurland en Tineke Reijbroek, 2020 (*foto's en ervaringsverhalen*)
- Fotofantasietjes, Harriët Domselaar en Marlies Siewertsen, 2019 (*gedichten en versjes van en voor mensen met beginnende dementie*)
- De activiteitengids, 200 zinvolle dagbestedingen, Monica Eberhart, 2019
- Spreken over vergeten, Paul-Jeroen Verkade, 2018 (*verkennen van wensen bij beginnende dementie*)
- Ik weet nog goed..., Joke de Jonge, 2016 (*voorleesboek voor mensen met dementie*)
- Op bezoek bij een dierbare met dementie, 60 ideeën om samen te genieten, Marcelle Mulder, 2016
- Alles is oké, Ivo Victoria, 2020 (*roman*)
- Voorbij, voorbij, Clairy Polak, 2019 (*roman*)
- Eva, Bregje Bleeker, 2017 (*roman*)
- Als een vlieg in een spinnenweb, 2023 (*Sinds zijn vader is gediagnosticeerd met dementie, houdt mark zich bezig met het kwaliteit van leven van mensen met dementie en het verbeteren hiervan.*)
- Dementie van binnenuit, 2021, 2023 (*Hoe is het om iemand te zijn met dementie (inzichten en tips).*)
- Wind tegen, liefde in tijden van dementie, 2023 (*observaties over zichzelf en echtgenoot met dementie (herkenbare verhalen)*)
- Gelukkige dagen, 2023 (*46-jarige sil heeft alzheimer, hoe ervaart zij de veranderingen en gevoelens*)
- Teun Toebees VerpleegThuis, 2021 (*wat ik leer van mijn huisgenoten met dementie*)
- Intimiteit en seksualiteit bij dementie, 2021

kinderboeken over dementie

- Chaos in de bovenkamer, Rianne van Dorp, 2019 (*informatief en interactief boekje, 9-12 jaar*)
- Een vriend zonder tanden, Angelique van Dam, 2018 (*leesboek, vanaf 9 jaar*)
- Het geheugen van een olifant, Wessel Sandtke en Jan Jutte, 2018 (*verhaal met prenten, vanaf 4 jaar*)
- Het huis in je hoofd, wat doet Alzheimer met het huis?, Susan Willems, 2018 (*uitleg aan de hand van tekeningen, vanaf 6 jaar*)
- Mijn oma is kwijt..., Peter Theunynck, 2018 (*vanaf ca. 8 t/m 12 jaar*)
- Oma' hoofd is versleten, Marieke van Ditshuizen, 2016 (*3-6 jaar*)

films/documentaires over dementie

- The Father, 2021 (*drama*)
- Falling, 2020 (*drama*)
- Supernova, 2020 (*drama*)
- Wei, Ruud Lensen, 2019 (*documentaire over dementie en mantelzorg*)
- De liefhebbers, Jan Liefhebber, 2019 (*drama, vanaf 12 jaar*)
- Kapsalon Romy, Mischa Kamp, 2019 (*familiefilm*)
- The Leisure Seeker, 2019 (*naar het gelijknamige boek van Michael Zadoorian*)
- Moeder aan de lijn, Nelleke Koop, 2018 (*documentaire met portretten van drie mantelzorgers*)
- Een poging tot vrolijk verval, 2018 (*documentaire over Alzheimerpatiënt*)
- Mijn hoofd in jouw handen, over beginnende dementie, Pim Giel, 2014 (*documentaire over beginnende dementie*)
- Maud en Babs, 2021-2023 (*Televisieserie over mantelzorger en moeder*)
- Head full of honey, 2018 (*Opa met Alzheimer gaat samen met zijn kleindochter naar Venetië*)
- A hundred flowers, 2022 (*Japanse film dat gaat over mantelzorger en moeder*)
- De terugreis (*Film over dementie, herinneringen, jarenlange liefde en het accepteren van verandering*)
- Vergeet niet dat ik van je hou, 2023-2024 (*Documentaire over een echtpaar waarvan de echtgenoot de ziekte van alzheimer heeft*)
- Human forever, 2023 (*Teun van 24 jaar woont samen met mensen met dementie op een gesloten afdeling. Drie jaar lang gaat hij de wereld over om te zien hoe andere landen met dementie om gaan*)

- Wat ik nog ben, 2016 *(Documentaire over een hersenwetenschapper die nu lijdt aan Alzheimer)*
- Liefsteling, 2022 *(Documentaire over het effect van dementie op de mantelzorger)*
- Breinsussen, 2023 *(Erfelijkheid van FTD, wil je je dan laten onderzoeken of leven met onzekerheid?)*

Podcasts

- Dementie in de familie, 2022-2023 *(Hoe om te gaan met dementie in de familie?)*
- Hersenhelden *(maandelijkse podcast waarbij verschillende mensen worden uitgenodigd om te praten over alzheimer)*
- Door met Dementie, 2023 *(Acteur Beau Schneider praat met mensen die dementie van dichtbij meemaken en verschillende deskundigen die vragen kunnen beantwoorden)*
- Liefde en seksualiteit in tijden van dementie, aflevering 142 *(Gemaakt door Nienke Nijman)*



BIJLAGE 2 • HUISKAMERS IN MAASTRICHT-HEUVELLAND

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
Huiskamerprojecten in Maastricht	Huiskamer Borgharen: 'Huiskamer aan de Maas' A Praktijkgebouw van huisarts Wetzels, Schoolstraat 27A, Maastricht Informatie: T 06 - 36 05 62 55 (dhr. Joop van Sintfiet) T 06 - 46 54 14 73 (mw. Kitty Jacobs) Open: maandag van 10.00 - 16.00 uur, dinsdag en woensdag van 13.00 - 16.00 uur
	Huiskamer Boschstraatkwartier: 'Stichting Burgerinitiatief Bboost' A Zwanenstraat 4, Maastricht Informatie: T 06 - 83 82 46 85 E samenonbeperkt@gmail.com Open: maandag t m vrijdag van 13.00 - 16.00 uur
	Huiskamer Daalhof A Aureliushof 160, Maastricht (achterzijde buurtcentrum) Informatie: W buurtcentrumdaalhof.nl ► activiteiten ► huiskamerproject T 043 - 852 35 53 (algemeen nummer) E buurtnetwerkb@gmail.com Open: maandag t m vrijdag van 13.30 - 16.30 uur, woensdag en donderdag van 10.00 - 12.30 uur
	Huiskamer de Fronten A Grote Gracht 60-A, Maastricht Informatie: T 06 - 30 84 11 86 E info@huiskamerdefronten.nl Open: maandagochtend (wandellclub), maandagmiddag en woensdagmiddag
	Huiskamer de Heeg: 't Heegeneerke' A Rosarije 410, Maastricht. informatie: W heegeneerke.nl T 06 - 83 32 12 79 E koffiehuis-heegeneerke@hotmail.com Open: maandag t m vrijdag 12.00 - 15.00 uur, donderdagavond en vrijdagavond 18.00 - 21.00 uur
	Huiskamer Heer: 'Sjuif a-en' A Gerard Walravenstraat 92-A, Maastricht. Informatie: W buurtplatformheer.nl T 06 - 51 49 14 54 (Serve Habets) E secretaris@buurtplatformheer.nl Open: dinsdag 10.00 - 12.00 uur en donderdag van 14.00 - 16.00 uur
	Huiskamer Heugemerveld: 'Hoeskamer La Belletsa' A Kardinaal van Rossumplein 99, Maastricht Informatie: T 043 - 20 41 070 E info.poort@komleren.nl Open: drie donderdagen en één maandagmiddag.
	Huiskamer Heugem-Randwyck: Voetbalkantine RKHSV - DBSV A Gronsvelderweg 110, Maastricht Informatie: T 043 - 36 72 213 W smile043.nl E info@smile043.nl Open: maandag van 13.00 - 16.00 uur , vrije inloop
	Huiskamer Limmel: 'Hoeskamer' A Emmausstraat 61, Maastricht Informatie: E 043 - 32 88 546 E 06 - 50 44 08 69 E renemennens@traject.nl (René Mennens) Open: donderdag van 13.30 - 16.30 uur

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
	Huiskamer Mariaberg: 'De Inleup' Buurtcentrum Mariaberg A Anjelierenstraat 35, Maastricht Informatie: T 043 - 76 30 040 T 06 - 38 33 57 03 E petralemmens26@gmail.com (mw. Peet Lemmens) Open: dinsdag, donderdag en vrijdag van 9.00 - 12.00 uur
	Huiskamer Nazareth: ut Koffieheukske A Kasteel Schaloenstraat 54, Maastricht Informatie: T 06 - 50 43 32 54 E taal@project.nl Open: maandag, woensdag en zaterdag van 13.00 - 16.00 uur
	Huiskamer Sint-Pieter-Villapark-Jekerdal: 'Kloppend hart' Buurtcentrum Sint-Pieter-Villapark-Jekerdal A Pastoor Kribsweg 14 A, Maastricht Informatie: T 06 - 19 12 06 03 (Giet Broers) W pieterbuurt.nl E penningmeester@buurtcentrumsintpieter.n Open: donderdag van 10.00 - 17.00 uur
Huiskamerprojecten in Eijsden-Margraten	Huiskamer Banholt: Gemeenschapshuis 't Patronaat A Bredeweg 3, Banholt Informatie: T 043 - 45 78 020 E pjmrademakers@ziggo.nl (mw. Annelies Rademakers) Open: maandag en donderdag van 14.00 - 16.30 uur
	Huiskamer Bemelen: Voetbalkantine A Bemelerweg 334a, Bemelen Informatie: T 043 - 40 72 362 E francine.troisfontaine@home.nl (Francine Troisfontaine) Open: elke 2^e en 4^e woensdag van de maand van 13.30 - 16.30 uur
	Huiskamer Cadier en Keer: Basisschool de Keerkring A Groenstraat 17, Cadier en Keer Informatie: E annelieshermsen@ziggo.nl (mw. Annelies Hermsen) Open: maandag en woensdag van 13.30 - 16.00 uur
	Huiskamer Eijsden. Sociaal Centrum Eijsden A Prins Hendrikstraat 21, Eijsden Informatie: T 043 - 36 43 441 E ja.philippens@gmail.com (dhr. Jef Philippens) Open: woensdag en vrijdag van 14.00 - 16.30 uur
	Huiskamer Sint Geertruid. Basisschool Sint Gertrudis A Schoolstraat 28, Sint Geertruid Informatie: T 043 - 40 81 736 E tpittie@home.nl (Tiny Pittie) E simons.christa@gmail.com (Christa Simons) Open: donderdag van 13.00 - 16.00 uur

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
	Huiskamer Gronsveld A Kerkplein 7, Gronsveld Informatie: E marjo.herben7@gmail.com (Marjo Herben) E meertens-wassenaar@ziggo.nl (Angelique Meertens) Open: maandag en woensdag van 13.30 - 16.00 uur
	Huiskamer Margraten 'la Belle Fleur'. 't Hoes van Mergraote A Amerikaplein 1 Margraten Informatie: T 043 - 63 14 830 E hcpeek@home.nl (Maria Peek-Lemmerlijn) Open: maandag, dinsdag en donderdag van 13.30 - 16.00 uur, donderdagochtend van 9.45 - 10.45 uur (Beter Bewegen)
	Huiskamer Mesch. Café 't Piepke A Kerkplein 22, Eijsden Informatie: T 043 - 40 90 666 E j.lippertz.2@wxs.nl (mw. Riny Lippertz-Fransen) Open: donderdag van 14.00 - 17.00 uur
	Huiskamer Mheer. Tennisvereniging Mheer A De Gelliment 34, Mheer Informatie: T 06 - 19 45 25 26 E marijvangerven@hotmail.com (Marij van Gerven) Open: 2x per maand op maandag van 14.00 - 16.00 uur
	Huiskamer Noorbeek. La Maison Village A Dorpstraat 4, Noorbeek Informatie: E vandorp-jahae@ziggo.nl (Ilona van Dorp-Jahae) Open: elke woensdag van 14.00 - 16.00 uur
	Huiskamer Oost Maarland. Kantine Oranje Boys A Kerkeweg 2, Eijsden Informatie: T 06 - 21 22 84 96 E marie-elise.geron@live.nl (mw. Marie-Elise Geron) Open: Maandag van 13.30 - 16.00 uur
Huiskamerprojecten Valkenburg	Huiskamer Akkerstaete A Langen Akker 52, Berg en Terblijt Informatie: Voor meer informatie neem contact op met de beweegmakelaar. T 06 - 43 72 52 19 E gertie.beckers@envida.nl Open: Maandag t/m donderdag, van 9.00 - 17.30 uur
	Huiskamer Broekhem Noord: Ouderenwinkel Heuvelland A Dr. Ariënstraat 27a, Valkenburg Informatie: T 06 - 11 18 60 86 T 06 - 83 14 17 01 E jae.habets@ziggo.nl (Dre Habets) E imaraseroo@envida.nl Open: dinsdag van 10.00 - 12.00 uur en donderdag van 14.00 - 16.00 uur
	Huiskamer Houthem: Gemeenschapshuis De Holle Eik A Baron de Selysstraat 4, Valkenburg Informatie: T 043 - 60 40 299 (Marij Franssen) Open: donderdagmiddag 14.00 - 16.00 uur

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
	Ontmoetingsplek Oosterbeemd A Wethouder Paulssenlaan 8, Valkenburg Informatie: E info@deholleeik.nl Open: Een bijeenkomst per maand van 14.00 - 16.00 uur (zie de agenda van A mantenzorgzuid.nl)
	Huiskamer Sibbe: Gemeenschapshuis de Blokhut A Sibberkerkstraat 49, Sibbe Informatie: Voor meer informatie neem contact op met de beweegmakelaar T 06 - 50 96 95 20 T 06 - 83 14 17 01 E beweegmakelaar@valkenburg.nl E imara.seroo@envida.nl Open: maandag t/m donderdag, van 9.00 - 17.30 uur
	Ontmoetingsplek Valkenburg: 't Heimgeveul Zorgcentrum Oosterbeemd A Wethouder Paulissenlaan 8, Valkenburg Informatie: T 06 - 16 03 18 62 E t.gijzen@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl Open: iedere vierde maandag van de maand van 14.00 - 16.00 uur
	Huiskamer Valkenburg: Kloosterkerk A Oosterweg 1, Valkenburg Informatie: T 043 - 36 47 242 E liesgretha@live.nl (Lies Oost) Open: donderdag van 14.00 - 16.30 uur
	Huiskamer Vilt: Gemeenschapshuis Cascade A Nachtegaalstraat 25, Berg en Terblijt Informatie: T 06 - 20 95 64 92 E jmhcreusen@gmail.com (John Creusen) T 06 - 12 14 20 00 E cadesloover@gmail.com (Caroline Desloover) Open: dinsdag van 14.00 - 16.00 uur
Huiskamerprojecten Gulpen-Wittem	Hoeskamer Epen: Patronaat Epen A Patronaatsplein 1, Epen. Informatie: T 06 - 20 29 28 52 E mfhmsteins@gmail.com (Helma van Haren-Mulleneers) Open: elke eerste donderdag van de maand van 11.30 - 16.00 uur
	Huiskamer Gulpen: 'Hoeskamer van Gullepe' A Rosstraat 5, Gulpen Informatie: T 043 - 457 16 10 (Marie-José Buskens) T jambuskens@ziggo.nl Open: maandag en donderdag van 14.00 - 16.30 uur
	Huiskamer Ingber: 'De Hut'. Kantine RKIVV A Wijnweg 3, Ingber Informatie: T 06 - 42 61 89 73 (Nel Frints) E hoeskamer@ingber-dehut.nl Open: elke 2^e woensdag van de maand van 14.00 - 16.30 uur, en elke 4^e vrijdag van de maand van 14.00 - 16.00 uur

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
	Huiskamer Wahlwiller A Oude Baan 11, Wahlwiller Informatie: T 06 - 39 81 55 07 (Angele Heuts) Open: elke 1^e woensdag van de maand van 14.00 - 16.30 uur
	Gemeenschapshuis ge Wienhoses A Oude Heirbaan 7A, Partij Informatie: E info@partijwitem.nl W partijwitem.nl (Hans Anneveldt/ Pierre Mobers) Open: iedere donderdag van 13.30 - 17.00 uur
	Huiskamer van Slenaken: 'Huiskamer van Schlennich'. Gasterij Berg en Dal A Dorpsstraat 19, Slenaken. Informatie: T 06 - 21 21 15 29 (Henk van Empel) Open: eerste en derde maandag van de maand van 13.00 - 16.30 uur
	M vijftientwintig: 'Hoeskamer Wielder'. Parochiecentrum Sint Gertrudisparochie A Holegracht 27, Wijlre Informatie: T 06 - 44 377 571 E franciscusgroepwg@gmail.com W mviefentwintig.nl Open: elke eerste woensdag van de maand van 11.30 - 15.00 uur (inschrijven via e-mai)
Huiskamerprojecten Vaals	't Heemet A Clarissenstraat 2, 6291 GS Vaals Open: maandag, dinsdag en donderdag van 13.00 - 16.00 uur
	D'r Sjurberig A Pater Gelissenstraat 40C, Vijlen Open: woensdag en vrijdag van 13.00 - 16.00 uur
	Huiskamer Vijlen: 'Hoeskamer van Viele'. Jeugdgebouw A Vijlenberg 151, Vijlen Informatie: T 06 - 27 17 41 96 E a.eijmael@home.nl (Arno Eijmael) Open: vrijdag van 14.00 - 16.30 uur en op afspraak internetcafé op dinsdag- en donderdagmorgen van 9.00 - 12.00 uur
Huiskamerprojecten Meerssen	Huiskamer Envida Beukeloord A Gasthuisplantsoen 1, Meerssen Informatie: T 06 - 82 52 93 32 (Ricardo, Anne, Julie en Pim)T 06 - 48 01 79 25 E pim.brueeren@trajekt.nl Open: maandag, dinsdag en donderdag vrije inloop van 13.00 - 16.30 uur en woensdag kaarten van 10.00 - 12.00 uur
	Huiskamer Meerssen: 'Ontmoetingspunt de Ketel' A Pastoor Dominicus Hexstraat 70, Meerssen Informatie: T 043 - 311 03 30 (Carla) E info@deketelmeerssen.nl (Nicole Ramakers) W deketelmeerssen.nl Open: vrije inloop van maandag t/m vrijdag van 10.30 - 16.30 uur

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
	Ut Zaelke van Bunde Nu Samen A Mgr. Theunissenplantsoen 20, Bunde Informatie: T 06 - 30 14 90 01 E bundenusamen15@gmail.com Open: maandag t/m donderdag van 14.00 - 17.00 uur beweeguurkje maandag van 11.15 - 12.00 uur elke dinsdag wandelen (start 14.00 uur) Stichting Hoeskamer Gäöl Biej-ein in gemeenschapshuis De Kollekamp A Heerenstraat 77, Moorveld-Geulle Informatie: T 06 - 19 62 05 78 E margakester@me.com Open: dinsdag en donderdag van 10.00 - 12.30 uur (op donderdag verpleegkundige aanwezig) Huiskamer Rothem: Gemeenschapshuis De Koel A Pastoor Geelenplein 6, Meerssen (Rothem) Informatie: T 06 - 14 77 51 39 E maudheugen@msn.com (Maud en Rikkie) Open: maandag van 13.00 - 17.00 uur Huiskamer Ulestraten A Dorpstraat 1 (naast ingang d'n Huppel), Ulestraten Informatie: T 06 - 2525 8264 (Corry Nelissen en Piet Schols E corrynelissen18@hotmail.com E humcoven48@hotmail.com Open: maandag en vrijdag van 13.30 - 16.30 en donderdag van 9.30 - 12.30 uur
Huiskamerprojecten Envida	Neem voor meer informatie contact op met Activiteitenbegeleiding Oosterbeemd Informatie: T 043 - 60 98 400 E ab.oosterbeemd@sevagram.nl Huiskamer Broekhem: Gemeenschapshuis de Beemde A Koningswinkelstraat 30 A, Valkenburg Open: woensdag van 14.00 - 16.00 uur Huiskamer Sibbe: Gemeenschapshuis de Blokhut A Sibberkerkstraat 49, Sibbe Open: maandag van 14.00 - 16.00 uur
Seniorenprojecten Sevagram	Activiteiten: informatie en advies (o.a. lezingen)/ ontmoeting en ontspanning/ geheugentraining/ creatieve workshops). Deze projecten zijn bedoeld voor 65-plussers die graag, onder professionele begeleiding, deelnemen aan activiteiten en leeftijdsgenoten willen ontmoeten. Onder andere in in Eys, Mechelen, Epen en Wijlre, Schin op Geul en Gulpen Informatie: Neem voor meer informatie contact op met het Sevagram Zorgbemiddeling T 0900 - 777 4 777

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
Gulpen-Wittem	Open: 't Trefpunt Epen A Schoolstraat 26, Epen maandag en woensdag van 14.00 - 16.00 uur
	Open: Agathahöfke A Wezelderweg 3A, Eys dinsdag van 13.00 - 16.00 uur en woensdag van 10.30 - 16.00 uur
	Open: Vitalishof A Malenshof 41, Mechelen dinsdag, woensdag en vrijdag van 12.00 - 16.00 uur
	Open: Heiligershooek Wijlre A Wielderdorpstraat 27, Wijlre dinsdag van 11.00 - 16.00 uur en donderdag van 12.30 - 16.00 uur

BIJLAGE 3 • BUURTBRÖK IN MAASTRICHT

Algemene informatie **W** trajekt.nl **T** 043 - 763 00 00 **E** informatieenadvies@trajekt.nl

LOCATIE	DETAILS
Buurtbrök Pottenberg	Open: 't Potterieke A Terra Cottaplein 16/17, Maastricht T 043 - 85 15 002 maandag t/m vrijdag van 9.00 - 15.30 uur
Buurtbrök Malpertuis	Open: 't Plekske A Cantecleerstraat 91, Maastricht (officieel) Ingang Malpertuisplein T 043 - 32 33 039 dinsdag en donderdag van 12.00 - 16.00 uur
Buurtbrök Mariaberg	Open: Buurtbrök Mariaberg A Proosdijweg 63, Maastricht T 043 - 85 14 592 maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 11.30 - 15.30 uur

BIJLAGE 4 • WIJKSERVICEPUNTEN IN MAASTRICHT

Algemene informatie **W** trajekt.nl **T** 043 - 763 00 00 **E** informatieadvies@trajekt.nl

LOCATIE	LOCATIE EN DETAILS
Wijkservicepunt Maastricht Noordwest	Centre Manjefiek Malberg A Malbergsingel 70, Maastricht T 043 - 76 30 030 Open: maandag, woensdag en donderdag van 9.00 - 12.00 uur
Wijkservicepunt Maastricht Zuidwest	Buurtcentrum Mariaberg A Anjelierenstraat 35, Maastricht T 043 - 76 30 040 Open: dinsdag, donderdag en vrijdag van 9.00 - 12.00 uur
Wijkservicepunt Maastricht Noordoost	Maastricht Noord Oost A Voltastraat 50, Maastricht T 043 - 76 30 010 Open: dinsdag van 9.00 - 12.00 uur en van 14.00 - 16.00 uur, woensdag, donderdag en vrijdag van 9.00 - 12.00 uur
Wijkservicepunt Maastricht Zuidoost	Buurtcentrum De Boeckel A Roserije 410, Maastricht T 043 - 76 30 020 Open: dinsdag en donderdag van 9.00 - 12.00 uur

BIJLAGE 5 • DAGBESTEDING VOOR OUDEREN

In Maastricht, Eijsden-Margraten en Valkenburg kunt u zich aanmelden via Zorgpunt Maastricht Heuvelland, telefonisch bereikbaar via **T** 043 - 85 09 300 van maandag t/m vrijdag tussen 8.30 en 17.00 uur of mail naar **E** info@zorgpuntmaastrichtheuvelland.nl.

Voor Gulpen-Wittem, Meerssen en Vaals kan dit nog steeds via het Wmo-loket van uw gemeente.

LOCATIE	LOCATIE EN DETAILS
De Beyart Maastricht	T 043-4071782 E opnamebureau@debeyart.nl
De Scharck	T Mergelweg 359, Maastricht T 043-4071782 • maandagmiddag t/m donderdag
Envida Maastricht	T 0900 - 22 33 440 E info@envida.nl
Hagerpoort	Laurierhoven 30, Maastricht T 043 - 85 11 480 • dinsdag t/m vrijdag
Klaekeburg	Gronsvelderweg 142, Maastricht T 06 - 12 82 93 24 • maandag t/m vrijdag

LOCATIE	LOCATIE EN DETAILS
Koepelhof	Koepelstraat 84, Maastricht T 043 - 63 14 800 • maandag t m vrijdag
Larisa	Polvertorenstraat 20, Maastricht T 043 - 85 11 040 • maandag t m vrijdag
Zorg aan de Maas	A Kerkstraat 1A01, Maastricht T 06 - 30 56 49 73 • maandag t m vrijdag
Grubbeveld (dagbehandeling)	A Vijverdalseweg 10, Maastricht T 043 - 40 77 500 • maandag t m vrijdag Specifiek voor mensen met dementie. Alleen toegankelijk met Wlz-indicatie.
Zeven Bronnen (dagbehandeling)	A Lovendaalhoeve 30, Maastricht T 043 - 631 43 00 30, Maastricht • maandag t m vrijdag Alleen toegankelijk met Wlz-indicatie
Envida Heuvelland	T 0900 - 22 33 440 E info@envida.nl
De Bron	A Breusterhof 45, Eijsden T 043 - 85 111 30 • maandag t m vrijdag
't Hoes van Mergraote	A Amerikaplein 1, Margraten T 043 - 63 14 845 • dinsdag t m vrijdag
Sociaal Cultureel Centrum	A Prins Hendrikstraat 21, Eijsden T 06 - 83 97 61 18 • maandag t m vrijdag
Ut Bonger Hart	A Carterijnstraat 6, Bunde T 06 - 82 11 07 82 • maandag t m vrijdag (incl. ophalen en thuisbrengen en warme maaltijd)
't Geboew	A Mauritiussingel 17, Schin op Geul T 06 - 28 45 57 73 • maandag, woensdag, donderdag en vrijdag
Sevagram Maastricht	Voor vragen neem contact op met Sevagram Zorgbemiddeling T 045 - 76 30 100
Campagne	A Médoclaan 66, Maastricht T 043 - 35 49 180 • maandag t m vrijdag
Licht en Liefde	A Prins Bisschopsingel 20, Maastricht T 043 - 35 49 180 • maandag t m vrijdag
Scharwyerveld	A Daaldersruwe 93, Maastricht T 043 - 35 49 180 • maandag t m vrijdag (ook vrije inloop)

BIJLAGE 6 • BIJZONDERE DAGBESTEDINGSMOGELIJKHEDEN

In de onderstaande tabel vindt u dagbestedingsmogelijkheden die niet algemeen toegankelijk zijn. U kunt altijd deelnemen aan deze dagbestedingsmogelijkheden wanneer u een pgb heeft of deze particulier betaald. Een andere mogelijkheid is dat wanneer de Algemeen Toegankelijke Dagbesteding niet passend is, er via de Wmo alsnog een indicatie kan worden afgegeven voor één van onderstaande dagbestedingen. (Dit geldt alleen voor de gemeenten Maastricht, Eijsden-Margraten en Valkenburg)

LOCATIE	DOELGROEP	MEER INFORMATIE
SGL Activiteiten Centrum Maastricht	Activiteiten voor mensen met dementie in een beginnend stadium, die actief betrokken willen blijven bij de maatschappij. Het aanbod bestaat o.a. uit zwemmen, educatieve en creatieve activiteiten. Een zinvolle invulling van uw dag, structuur en bovendien ontmoet u nieuwe mensen en lotgenoten. Samen activiteiten ontdekken die het best bij uw doelen passen en wat u leuk vindt om te doen.	A Symphoniesingel 60, Maastricht W sgl-zorg.nl T 045 - 8000 8000 E zorgbemiddeling@sgl-zorg.nl WMO-INDICATIE, INFORMEER NAAR EIGEN BIJDRAGE, PGB, PARTICULIER
Grip-Z Maastricht	Kleinschalig. Bedoeld voor thuiswonende volwassenen en senioren die door chronische ziekte of dementie de grip op hun leven kwijt zijn. Ondersteuning in groepsverband die ertoe bijdraagt de zelfredzaamheid thuis zo lang mogelijk in stand te houden. Persoonlijke en positieve benadering.	A Gezondheidscentrum de Fronten, Victor de Stuersstraat 15, Maastricht W grip-z.nl (binnenkort online) T 06 - 36 18 55 81 (Petra van der Linden) E info@grip-z.nl Open: maandag, dinsdag en donderdag van 9.00 - 19.30 uur (binnenkort meer dagen) INDICATIE NODIG
Société de Beyart Maastricht	Een particuliere dagbesteding speciaal voor de nog zelfstandig thuiswonende die nog graag de actualiteit volgt en een rustig groepsgesprek aangenaam vindt.	A Brusselsestraat 38, Maastricht W debeyart.nl T 043 - 63 11 700 E info@debeyart.nl WLZ-INDICATIE, PARTICULIER

LOCATIE	DOELGROEP	MEER INFORMATIE
Dagbesteding De Beyart Maastricht	Contact met andere mensen, of een 'vrije dag' voor een zorgende partner. De dagbesteding wordt afgestemd op de persoonlijke interesses, mogelijkheden en wensen van de deelnemer.	A Brusselsestraat 38, Maastricht W debeyart.nl T 043 - 63 11 990 E c.brouwers@debeyart.nl WLZ-INDICATIE, PARTICULIER
Dagbeleving Hei Neve, Thuiszorg Groot Limburg (TGL) Maastricht	Verenigingsgevoel, begeleid werken en vooral jezelf kunnen zijn. Een gevarieerd aanbod met voor ieder wat wils (7 dagen in de week open).	A Hei Neve, Duitse Poort 13, Maastricht W thuiszorggrootlimburg.nl T 043 - 34 72 494 E info@thuiszorggrootlimburg.nl WLZ-INDICATIE
Novi-zorg	Op maat gestructureerd dagprogramma. Er worden activiteiten aangeboden gericht op o.a. volgende gebieden: cognitie, bewegen, muziek, ontspanning.	A Ambyerstraat Noord 26, Maastricht E info@novizorg.nl T 045 - 23 10 310
Zorgatelier Maastricht	Creatieve dagbesteding o.a. voor mensen met lichte dementie die behoefte hebben aan rust en structuur. Leeftijd vanaf 30 jaar. Ruim creatief aanbod in huiselijke atelier sfeer.	A Heugemerstraat 267, Maastricht W zorgateliermaastricht.nl T 043 - 34 34 139 of T 06 - 50 69 21 87 E info@zorgateliermaastricht.nl Open: maandag t/m vrijdag, 9.00 - 16.00 uur WMO-INDICATIE, PGB, PARTICULIER
Ut Bongerhart Bunde	Bieden van dagstructuur en activiteiten die niet alleen gezellig maar ook zinvol zijn en aansluiten op de behoefte van de gast.	A Carteijsstraat 6, Bunde W envida.nl T 0900 - 22 33 440 E info@envida.nl Open: maandag en woensdag WMO- EN WLZ INDICATIE DE WIJKVERPLEEGKUNDIGE OF CASEMANAGER DEMENTIE KAN U HELPEN BIJ HET AANVRAGEN

LOCATIE	DOELGROEP	MEER INFORMATIE
Stichting De Keerderberg Cadier en Keer	Ruim aanbod van uiteenlopende activiteiten die op maat worden aangeboden zodat de cliënten op meerdere manieren actief blijven.	A Bakkerboschweg 16, Cadier en Keer W dekeerderberg.nl T 043 - 855 25 30 E activiteiten@dekeerderberg.nl
In Harmony dagbesteding Mheer, Cadier en Keer en Wittem	Gemengd (mensen met dementie en andere kwetsbare senioren). Zowel individuele- als groepsactiviteiten op een locatie van In Harmony of bij u thuis. Activiteiten komen tot stand al naar gelang de persoonlijke wens, In Harmony beschikt over eigen vervoer.	A Gelimment 1, Mheer W inharmonyonline.nl T 06 - 12 20 46 50 (Charlotte Dobbelsstein) T 06 - 21 66 14 14 (Edith Magermans) E contact@inharmonyonline.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB, PARTICULIER
't Heemet Vaals	Bieden van dagstructuur en activiteiten die niet alleen gezellig maar ook zinvol zijn en aansluiten op de behoefte van de gast.	A Clarissenstraat 2, Vaals W envida.nl T 06 - 42 19 19 16 E info@envida.nl Open: maandag, dinsdag en donderdag WMO-INDICATIE
Annahofke Vijlen	Kleinschalige dagbesteding met begeleiding bij activiteiten en zorg, o.a. voor mensen met dementie.	A Vijlenstraat 48, Vijlen W annahofke.nl T 06 - 83 69 50 25 (Anja Sommer) T 06 - 47 69 35 58 (Linda Fuhrmann) E info@annahofke.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN
D'r Sjurberig Vijlen	Bieden van dagstructuur en activiteiten die niet alleen gezellig maar ook zinvol zijn en aansluiten op de behoefte van de gast.	A Pater Gelissenstraat 40C, Vijlen W envida.nl T 06 - 28 45 55 40 E info@envida.nl Open: woensdag en vrijdag WMO-INDICATIE

LOCATIE	DOELGROEP	MEER INFORMATIE
Artidé Wittem	Persoonsgerichte zorg door het aanbieden van dagbesteding, individuele begeleiding en/of (dag)behandeling. De dagbesteding is gericht op activerende en belevingsgerichte activiteiten. Daarnaast bieden wij verzorging en verpleging.	A Oude Heirbaan 5-7, Wittem W artide.org T 043 - 45 52 826 E info@artide.org Open: maandag t/m vrijdag van 9.00 - 16.00 uur WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB OF ZIN, PARTICULIER

BIJLAGE 7 • ZORGBOERDERIJEN IN MAASTRICHT-HEUVELLAND

Bij onderstaande zorgboerderijen is er sprake van een gemengde doelgroep. Dit betekent dat er naast mensen met dementie ook mensen met een ander ziektebeeld/andere beperking voor dagbesteding terecht kunnen. Voor meer informatie over zorgboerderijen met het landelijke keurmerk voor zorgboeren, zie: **W** limburgsezorgboeren.nl. Zij kunnen ook dagbesteding bieden aan mensen met een Wlz-indicatie.

LOCATIE	LOCATIE EN DETAILS
Activiteitenhoeve Wijlre	A Valkenburgerweg 105, Wijlre W activiteitenhoeve.nl T 043 - 32 61 1 29 E info@activiteitenhoeve.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB, PARTICULIER
Vreugdehoeve (Envida)	A Hekstraat 70, 6235 NL, Ulestraten W envida.nl T 06 - 21 80 13 92 E info@envida.nl WMO-INDICATIE, PARTICULIER
Zorgboerderij Genzon	A Genzon 39, 6235 AA, Ulestraten W genzon.nl T 043-3644925 E info@genzon.nl Contactpersoon: Sebastiaan van der Flier WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PARTICULIER
Zorgboerderij Mondani farm	A Reijmerstokkerdorpsstraat 125 A, 6274 NJ, Reijmerstock W mondanifarm.nl T 06 - 46 65 87 41 WMO-INDICATIE, PGB

LOCATIE	LOCATIE EN DETAILS
Zorgboerderij Regihoeve	A Groenestraat 1, Reijmerstok W regihoeve.nl T 043 - 45 73 572 E regihoeve@hetnet.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB
Zorgboerderij Spetses	A Bommerigerweg 8, Mechelen W zorgboerderijspetses.nl T 043 - 45 51 226 E i_slenter@hotmail.com WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB

BIJLAGE 8 • THUISZORGORGANISATIES

WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
Thuiszorgpunt Maastricht-Heuvelland	Mensen die verzorging of verpleging thuis nodig hebben kunnen bellen met het Thuiszorgpunt Maastricht-Heuvelland. Het Thuiszorgpunt werkt voor alle door de zorgverzekeraar gecontracteerde thuiszorgorganisaties in Maastricht Heuvelland.	T 043 - 85 09 301 E aanvraag@thuiszorgpuntmaastrichtheuvelland.nl
Buurtzorg	• Persoonlijke verzorging • Verpleging (soms ook gespecialiseerde verpleging, o.a. infuuszorg thuis) • Advies, voorlichting en begeleiding door gespecialiseerde verpleegkundigen dementie • Terminale zorg overdag/'s nachts • Soms individuele begeleiding voor chronisch zieken, handicap, zelfzorgtekort, na ontslag bij ziekenhuisopname • In sommige gevallen individuele begeleiding	Buurtzorg Maastricht: • Sint Pieter-Centrum T 06 - 23 93 50 00 E maastrichtsintpietercentrum@buurtzorgnederland.com • Buurtzorg Maastricht Noord T 06 - 23 01 45 13 E maastrichtnoord@buurtzorgnederland.com • Buurtzorg Maastricht West T 06 - 23 91 90 80 E maastricht@buurtzorgnederland.com

WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
		Buurtzorg Gulpen-Wittern (Wijlre) T 06 - 10 43 12 72 (24u/dag bereikbaar) E gulpenwittern@buurtzorgnederland.com
		Buurtzorg Meerssen T 06 - 83 53 77 70 E meerssen@buurtzorgnederland.com
Cicero Zorgservice Maastricht-Heuvelland	• Hulp bij het huishouden • Verzorging, (gespecialiseerde) verpleging (wijkverpleging) • Palliatieve/terminale zorg • Personenalarmering • Volledig pakket thuis (vpt) of modulair pakket thuis (mpt)*	W cicerozorggroep.nl T 0900 - 500 95 00 E zorgservice@cicerozorggroep.nl VOOR EEN AANTAL ZORGDIENSTEN IS EEN CIZ-INDICATIE VEREIST
Elis thuiszorg Zuid-Limburg	Kleinschalige thuiszorgorganisatie, waarbij gepland wordt met kleine teams op vaste tijden: • Hulp bij het huishouden • Verzorging en verpleging • Wijkverpleegkundigen • Volledig pakket thuis (vpt) of modulair pakket thuis (mpt)* • Individuele Begeleiding	W elisthuiszorg.nl T 043 - 40 94 734 of T 046 - 47 59 922 E info@elisthuiszorg.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB, ZIN, TARIEVEN STAAN OP WEBSITE

WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
Envida Maastricht-Heuvelland	Kleine teams gekoppeld aan wijken of dorpen, nauwe samenwerking met huisarts of medisch specialist. • Hulp bij het huishouden • Verzorging en verpleging • Gespecialiseerde verpleging o.a. infuuszorg thuis • Advies, voorlichting en begeleiding door gespecialiseerde verpleegkundigen dementie • Wijkverpleegkundigen • Terminale zorg overdag/'s nachts • Personenalarmering • Diëtisten • Thuiszorgwinkels • Extra servicediensten aan huis (zie 4.1 op pagina 39) • Volledig pakket thuis (vpt) of modulair pakket thuis (mpt)* • Individuele Begeleiding (IB)	W envida.nl T 0900 - 22 33 440 (24 uur per dag) E info@envida.nl
Hart voor Zorg en Welzijn Maastricht-West	• Hulp bij dagelijkse verrichtingen en huishouden • Verpleegkundige ondersteuning • Psychosociale begeleiding • Algemeen advies rond zorg en welzijn • Volledig pakket thuis (vpt) of modulair pakket thuis (mpt)*	W hartvoorzorgenwelzijn.nl T 043 - 20 705 90 E info@hartvoorzorgenwelzijn.nl
Stichting de Keerderberg Cadier en Keer	Kleinschalig team, in straal van 10 km, waaronder Cadier en Keer, Eckelrade en Bemelen • Hulp bij het huishouden • Verzorging en verpleging • Advies, voorlichting en begeleiding door gespecialiseerde verpleegkundigen dementie • Wijkverpleegkundigen • Volledig pakket thuis (vpt)* of modulair pakket thuis (mpt)*	W dekeerderberg.nl/thuiszorg T 043 - 85 52 530 (keuzemenu optie 3) E wijkverpleging@keerderberg.nl

* **vpt en mpt zijn leveringsvormen van zorg**

De pakketten bevatten bijna alle zorg die u ook in een zorgcentrum zou kunnen krijgen.

Voor meer informatie: **W** rijksoverheid.nl ► onderwerpen ► verpleeghuizen en zorginstellingen ► vraag en antwoord ► kan ik zorg vanuit de Wlz ook thuis krijgen?

WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
Sevagram Zorg aan huis Maastricht-Heuvelland	• Zorg thuis in de seniorenwoningen • Verzorging en verpleging • Advies, voorlichting en begeleiding door gespecialiseerde verpleegkundigen dementie • Wijkverpleegkundigen • Hulp bij het huishouden (kan ook particulier) • Begeleiding (groep en individueel) • Palliatieve terminale zorg • Personenalarmering • Volledig pakket thuis (vpt) of modulair pakket thuis (mpt)*	W sevagram.nl T 0900 - 777 4 777 (zorgbemiddeling) E zorgbemiddeling@sevagram.nl
Pallium Portam Maastricht-Heuvelland	Zorg vanuit de positieve gezondheidsvisie. • Zorgbemiddeling • Verzorging en verpleging • Huishoudelijke ondersteuning • Individuele begeleiding • Nachtzorg • Volledig pakket thuis (vpt)* of modulair pakket thuis (mpt)*	W palliumportam.nl T 06 - 81 00 99 93 of T 06 - 40 06 74 38 E info@palliumportam.nl
Blinkers Maastricht en omstreken	• Verzorging en verpleging • Nachtzorg • Palliatieve/terminale zorg • Vakantiezorg • Individuele begeleiding	W blinkers.nl T 043 - 36 29 150 E maastricht@blinkers.nl
Artidé, Wittem	Individuele begeleiding, dagbesteding en (dag)behandeling (fysiotherapeut, ergotherapeut en logopedist). Activiteiten thuis of in een groep hebben als doel de zelfstandigheid en persoonlijke ontwikkeling te bevorderen of te behouden en mantelzorgers te ontlasten. Artidé beschikt over eigen (rolstoel-) vervoer.	W artide.org T 043 - 45 52 826 of T 043 - 45 51 943 E info@artide.org Open: maandag t/m vrijdag van 9.00 - 16.00 uur WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB, ZIN, PARTICULIER

* **vpt en mpt zijn leveringsvormen van zorg**

De pakketten bevatten bijna alle zorg die u ook in een zorgcentrum zou kunnen krijgen.

Voor meer informatie: [W rijksoverheid.nl](http://rijksoverheid.nl) ► onderwerpen ► verpleeghuizen en zorginstellingen ► vraag en antwoord ► kan ik zorg vanuit de Wlz ook thuis krijgen?

WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
Servaas Thuiszorg	SERVAAS Thuis • Verzorging • Verpleging • Individuele begeleiding • Zorg bij dementie • Terminale zorg • Palliatieve zorg SERVAAS Extra • Persoonlijk vervoer • Huishoudelijke hulp • Dagbesteding bij partners • Gezelschap	W servaasthuiszorg.nl T T 043 - 85 12 509 E info@servaasthuiszorg.nl
Thuiszorg Groot Limburg (TGL) Maastricht-Heuvelland	Kleine vaste teams, specifieke ondersteuning voor mensen met dementie • Hulp bij het huishouden • Welzijn op maat • Persoonlijke verzorging • Verpleging • Begeleiding individueel • Nachtzorg • Zorg in de laatste levensfase • Modulair pakket thuis (mpt)* • Volledig pakket thuis (vpt)*	W thuiszorggrootlimburg.nl T 043 - 34 72 494 E info@infothuiszorggrootlimburg.nl
NOVIZorg Maastricht	Begeleiding, behandeling, algemene ondersteuning en dagbesteding voor mensen met dementie, parkinson, niet aangeboren hersenletsel of afasie.	A Ambyerstraat Noord 28, Maastricht info: A Grubbelaan 22, 6431 Hoensbroek T 045 - 23 10 310 E info@novizorg.nl

WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
Zorg en Co Maastricht-Heuvelland	• Hulp bij het huishouden • Verzorging en verpleging • individuele begeleiding • 24-uurszorg • Palliatieve/terminale zorg • Modulair pakket thuis (mpt)*	W zorgenco.nl T 088 - 04 05 900 E thuiszorg@zorgenco.nl
Zorg en Gezelschap Maastricht-Heuvelland	Kleinschalig. • Huishoudelijke hulp • Persoonlijke verzorging • Begeleiding individueel	W zorgengezelschap.nl T 088 - 01 87 788 E info@zorgengezelschap.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, GEEN BEMIDDELINGSKOSTEN
Zorg voor Welzijn Limburg	Maatwerk en vraaggericht. • Hulp bij dementie • Intensieve individuele begeleiding (start binnen 1 week na de aanmelding) • Praktische ondersteuning, ook voor de mantelzorger • 2-3 keer per week op huisbezoek komen (afhankelijk van de indicatie) • Overbruggingszorg tot aan opname • Ondersteuning bij aanvraag pgb • Modulair pakket thuis (mpt)*	W zorgvoorwelzijnlimburg.nl T 06 - 30 141 169 E info@zorgvoorwelzijnlimburg.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB, ZIN, PARTICULIER
Zorgzuster	Zorgzuster is de schakel tussen u als klant en de zorgverlener. • Huishoudelijke hulp • Verzorging • Verpleging • Begeleiding • Nacht- of 24-uurszorg	W zorgzuster-limburg.nl T 043 - 711 21 00 E planningzuid@zorgzuster.nl PGB, ZIN, PARTICULIER

* **vpt en mpt zijn leveringsvormen van zorg** De pakketten bevatten bijna alle zorg die u ook in een zorgcentrum zou kunnen krijgen.
 Voor meer informatie: **W** rijksoverheid.nl ► onderwerpen ► verpleeghuizen en zorginstellingen ► vraag en antwoord ► kan ik zorg vanuit de Wlz ook thuis krijgen?

BIJLAGE 9 • RESPIJTZORG

NAAM	DETAILS
Steunpunt Mantelzorg Zuid	Inzet van goed opgeleide vrijwilligers, incidenteel of structureel W mantelzorgzuid.nl T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl
Handen in huis	24-uurs mantelzorgvervanging door vrijwilligers W handeninhuis.nl T 030 - 65 90 970 E info@handeninhuis.nl
In Harmony 'Spésjaal'	Tijdelijke en volledige vervangende mantelzorg, ook slaapdiensten bij een laag complexe vorm van nachtzorg W inharmonyonline.nl T 06 - 21 66 14 14 of T 06 - 12 20 46 50 E contact@inharmonyonline.nl
Annahofke Vijlen	Kleinschalig W annahofke.nl T 06 - 83 69 50 25 (Anja Sommer) T 06 - 47 69 35 58 (Linda Fuhrmann) E info@annahofke.nl • max. 4 personen
Envida en Sevagram	Logeren voor ouderen om mantelzorger (preventief) te ontlasten. Aanvragen via Zorgpunt Maastricht-Heuvelland W 043 - 850 93 00 BIJ ENVIDA VIA WMO-INDICATIE OF WLZ-INDICATIE BIJ SEVAGRAM VIA WLZ-INDICATIE
Saar aan huis Zuid-Limburg	Vervangende mantelzorg en hulp bij dementie (ook voor 24-uurs en terminale mantelzorg) W saaraanhuis.nl T 043 - 20 58 104 E zuidlimburg@saaraanhuis.nl

BIJLAGE 10 • KLEINSCHALIG WONEN

NAAM	DETAILS
Annahofke Vijlen	W annahofke.nl T 06 - 83 69 50 25 (Anja Sommer) T 06 - 47 69 35 58 (Linda Fuhrmann) E info@annahofke.nl ZORG MIDDELS PGB, WONEN UIT EIGEN MIDDELEN
Cicero Residentie Maastricht	W cicerozorggroep.nl T 0900 - 500 9 500 E zorgservice@cicerozorggroep.nl
Dagelijks-leven.nl Kerkrade en Roermond	W dagelijks-leven.nl T 055 - 200 23 03 E zorg@dagelijks-leven.nl betaalbaar voor iedereen

NAAM	DETAILS
De Keerderberg Cadier en Keer	W dekeerderberg.nl T 043 - 85 52 530 E administratie@dekeerderberg.nl
Het Gastenhuis Maastricht	A Dillenburg 3, Maastricht E maastricht@hetgastenhuis.nl T 06 - 51 85 59 78 (Patricia) T 06 - 51 53 60 14 (Monica) Opent in de loop van 2024
Elsresidentie Margraten	W elsresidentie.nl T 043 - 71 15 092 E info@elsresidentie.nl
Fonterhof	A Valkenburgerstraat 114, Berg en Terblijt T 043 - 60 88 100
Het andere wonen Klimmen	W hetanderewonenklimmen.nl T 085 - 77 37 776 E klimmen@hetanderewonen.nl
Het Gouden Hart Valkenburg	W hetgoudenhart.nl T 085 - 808 70 20 E info@hetgoudenhart.nl
Kleinschalig (T)huis	A Keerderweg, Gronsveld T 0900 - 22 33 440 E info@envida.nl
Martha Flora Huis Maastricht en Hulsberg	W marthaflora.nl T 06 - 30 98 91 36 (Anke Lousberg, Maastricht) T 06 - 27 32 77 37 (Diana Kil, Hulsberg)
Meandergroep Eschveld Gulpen-Wittem en Epen	W meandergroep.com T 045 - 567 68 05 E klantenservice@mgzl.nl groepswoningen
Nobama Care, Meerssen en Houthem	W nobamacare.nl T 043-20 412 51 E info@nobamacare.nl
Warm Hart Zorghuis Ulestraten	W warmhartzorghuizen.nl T 06 - 41 49 77 75 E info@warmhartzorg.nl

BIJLAGE 11 • ZORGCENTRA

NAAM	LOCATIE	DETAILS
Envida	Algemeen	W Envida.nl T 0900 - 22 33 440 E info@envida.nl
	Maastricht	Grubbeveld A Vijverdalseweg 10 T 043 - 40 77 500 Hagerpoort A Laurierhoven 50A, 50B, 52A, 5 T 043 - 85 11 480 Croonenhoff A Veldstraat 18A T 043 - 63 14 700 Koepelhof A Koepelstraat 84 T 043 - 63 14 800 Larisa A Polvertorenstraat 20 T 043 - 85 11 040 Lindhoven A Laurierhoven 50A, 50B, 52A, 5 T 0900 - 22 33 440 (Envida) De Zeven Bronnen A Lovendaalhoeve 30 T 043 - 63 14 300 De Mins A Ponjaardruwe 91 T 043 - 85 11 200 Lenculenhof A Abstraat 13 T 043 - 63 14 760 Residentie Gerlachus A Bieslanderweg 60 T 0900 - 22 33 440 (Envida)
	Meerssen	Beukeloord A Gasthuisplantsoen 1 T 043 - 63 16 600
	Bunde	De Wilgenhof A Wilgenlaan 1 T 043 - 85 11 400
	Eijsden-Margraten	De Bron A Breusterhof 45, Eijsden T 043 - 85 11 100 Appelgaard A van Schaluynhofstraat 4, Margraten T 043 - 63 14 830 De Lommer A Spronkstraat 21A, Margraten T 043 - 85 11 260
	Gulpen	Klein Gulpen A Oude Rijksweg 47 T 043 - 85 11 500
	Valkenburg	Huize St. Jozef A Kloosterweg 34 T 0900 - 22 33 449
Levantogroep (meerzorglocatie GGZ)	Maastricht	Koepelhof A Koepelstraat 84 T 088 - 707 76 00
Sevagram	Algemeen	W sevagram.nl T 0900 - 777 4 777 (Servicebureau)
	Maastricht	Algemeen T 043-3549180 Campagne* A Médoclaan 66 T 043 - 35 49 300 Scharwyerveld* A Daalderuwe 93 T 043 - 35 49 400 Licht en Liefde A Prins Bisschopsingel 20 T 043 - 35 49 180

* In de aanleunwoningen bij deze zorgcentra biedt Sevagram zorg thuis, waaronder o.a. wijkverpleging, personenalarmering.
Voor meer informatie neem contact op met het Servicebureau.

NAAM	LOCATIE	DETAILS
	Gulpen	Dr. Ackenshuis A de Oude Maastrichterweg 21 Hazelhof (Korsakov-afdeling) A Oude Maastrichterweg 11
	Vaals	Langedael A Bloemendalstraat 148
	Valkenburg	Oosterbeemd A Wethouder Paulssenlaan 8, Valkenburg Valkenheim A Burgemeester Henssingel 2
	Berg en Terblijt	Zorgcentrum Fonterhof A Valkenburgerstraat 114, Berg en Terblijt
Cicero Zorggroep	Algemeen	W cicerozorggroep.nl T 045 - 56 37 400 T 0900 - 500 9 500 (algemeen nummer - 24 uur per dag bereikbaar)
	Geulle	Ave Maria A Hussenbergstraat 21 T 043 - 36 41 010
De Beyart	Maastricht	De Beyart A Brusselsestraat 38 in Maastricht W debeyart.nl T 043 - 311 700





BURO BONNÉ | 1413