

U bent mantelzorger als u onbetaald en voor langere tijd zorgt voor familieleden, vrienden of kennissen. Bijvoorbeeld vanwege ziekte, ouderdom of een beperking. Mantelzorg kan zwaar zijn, vooral naast een baan. Vaak kiest u er niet voor om mantelzorger te worden, maar overkomt het u. Om ervoor te zorgen dat u niet overbelast raakt, zijn er verschillende soorten hulp.

## Bent u op zoek naar praktische hulp voor mantelzorgers?

Op de website van MantelzorgNL staat een overzicht van organisaties voor mantelzorgondersteuning en vrijwilligerszorg bij u in de buurt.

Elke mantelzorger heeft een aansprakelijkheidsverzekering nodig. Meer informatie hierover leest u op de website van MantelzorgNL.

Midden-Holland heeft een website voor ondersteuning van mantelzorgers. Kijk op Mantelzorgcentraal. U kunt zich online registreren als mantelzorger.

### Mantelzorgcentraal

Klik op de knop Waddinxveen om u aan te melden als mantelzorger.

**088 023 42 26**

**d.schipper@paletwelzijn.nl**

**www.mantelzorgcentraal.nl**

---

### MantelzorgNL - overzicht lidorganisaties

Organisaties voor mantelzorgondersteuning en vrijwilligerszorg bij u in de buurt.

**www.mantelzorg.nl/overzicht-lidorganisaties**

---

### MantelzorgNL - aansprakelijkheidsverzekering

**030 760 60 55 (€ 0,10 per minuut)**

**mantelzorglijn@mantelzorg.nl**

**www.mantelzorg.nl/verzekeringen**

---

## Zorg je voor een ouder en wil je erover praten?

Op school kun je terecht bij je mentor of het schoolmaatschappelijk werk. Ook de gemeente

geeft informatie en advies. Of ze verwijzen je door naar deskundige hulp.

Als je zorgt voor een ouder of voor allebei je ouders, heet dat mantelzorg. Kijk op de website van MantelzorgNL voor meer informatie over mantelzorg. Op de website Zorg voor je ouders staat informatie in verschillende talen.

De coördinator mantelzorg in Waddinxveen helpt jonge mantelzorgers. Als je wilt kun je je zorgen delen, want ze kan goed luisteren.

### **2becool Waddinxveen - contact**

Op de website 2becool vind je allerlei informatie voor en over jonge mantelzorgers in Waddinxveen.

**[d.schipper@paletwelzijn.nl](mailto:d.schipper@paletwelzijn.nl)**

**[www.2becool.nl](http://www.2becool.nl)**

---

**MantelzorgNL - jonge mantelzorgers**

**[www.mantelzorg.nl/jonge-mantelzorgers](http://www.mantelzorg.nl/jonge-mantelzorgers)**

---

**Zorg voor je ouders**

Je vindt hier informatie in verschillende talen.

**[www.zorgvoorjeouders.nl](http://www.zorgvoorjeouders.nl)**

---

## **Wilt u activiteiten doen samen met degene voor wie u zorgt?**

Kijk op de website van Palet Welzijn voor het Mantelzorgcafé. Of neem contact op en vraag naar de agenda. U kunt ook contact opnemen met Team Wadwijzer. Zij denken met u mee.

Heeft degene waar uw voor zorgt dementie? Bezoek dan het Alzheimer Café.

### **Mantelzorgcentraal**

Klik op de knop Waddinxveen om u aan te melden als mantelzorger.

**088 023 42 26**

**[d.schipper@paletwelzijn.nl](mailto:d.schipper@paletwelzijn.nl)**

**[www.mantelzorgcentraal.nl](http://www.mantelzorgcentraal.nl)**

---

**Palet Welzijn - Anne Frank Centrum**

Klik op de link Folder Activiteiten voor de weekagenda.

Jan van Bijnenpad 1

2242 VS Waddinxveen

**088 023 42 47**

**info@paletwelzijn.nl**

**www.paletwelzijn.nl/activiteiten-ouderen**

---

**Team Wadwijzer**

Kerkstraat 13

2742 BG Waddinxveen

**14 01 82**

**wadwijzer@waddinxveen.nl**

**www.wadwijzer.info**

---

**Alzheimer Café - Waddinxveen**

Iedere 2e woensdag van de maand is er een bijeenkomst voor mensen die te maken hebben met dementie. De bijeenkomst is in het Anne Frank Centrum van 19:30 tot 21.00 uur. Mensen met dementie, mantelzorgers, familieleden en andere belangstellenden zijn van harte welkom. De toegang is vrij.

Jan van Bijnenpad 1

2742 VS Waddinxveen

**06 15 12 87 07**

**ellysmit56@gmail.com**

**www.alzheimer-nederland.nl/alzheimer-cafe-waddinxveen**

---

## **Bent u op zoek naar iemand die de mantelzorg tijdelijk kan overnemen?**

Als familie en vrienden niet kunnen helpen, zijn er andere mogelijkheden. Misschien heeft u recht op respijtzorg. Respijtzorg betekent dat iemand anders de mantelzorg tijdelijk van u overneemt.

Respijtzorg kan af en toe of op vaste momenten. Er zijn verschillende vormen:

- iemand kan bij de persoon voor wie u zorgt langskomen
- de persoon die u verzorgt kan naar een dagbesteding of logeerafslag

Uw vervanger kan zowel een vrijwilliger als een beroepskracht zijn. Dat hangt af van de zorg die nodig is en wie dat kan doen. Misschien komt u in aanmerking voor hulp van Handen-in-Huis. Kijk op de website bij mantelzorgvervanging hoe dat werkt.

Wilt u professionele zorg voor de persoon voor wie u zorgt? Gaat het om zorg voor dag en nacht? Vraag dan respijtzorg aan bij de gemeente. Sommige zorgverzekeraars vergoeden

respijtzorg. Kijk op de website van de zorgkantoren.

Op de website van MantelzorgNL staat een overzicht van organisaties voor mantelzorgondersteuning en vrijwilligerszorg bij u in de buurt.

Kijk voor meer informatie over mantelzorg op de pagina van Zorg Verandert.

Ook NPV-Zorg biedt ondersteuning aan mantelzorgers. Kijk ook op Mantelzorgcentraal voor meer informatie. Of neem contact op met Palet Welzijn.

### **Mantelzorg Palet Welzijn**

Neem contact op met de mantelzorgcoördinator.

Locatie: Anne Frank Centrum

Jan van Bijnenpad 1  
2742 VS Waddinxveen

**088 023 42 26**

**d.schipper@paletwelzijn.nl**

**www.paletwelzijn.nl/mantelzorg**

---

### **Mantelzorgcentraal**

Klik op de knop Waddinxveen om u aan te melden als mantelzorger.

**088 023 42 26**

**d.schipper@paletwelzijn.nl**

**www.mantelzorgcentraal.nl**

---

### **NPV-Zorg**

De NPV komt vanuit een christelijke overtuiging op voor de bescherming van het leven. De NPV geeft haar missie 'zorg voor het leven' op drie manieren gestalte: door persoonlijk advies en toerusting, door praktische thuishulp en door beleidsbeïnvloeding.

### **Bezoekadres**

Kerkewijk 115  
3904 JA Veenendaal

### **Postadres**

Postbus 178  
3900 AD Veenendaal

**031 854 78 88**

**info@npvzorg.nl**

**www.npvzorg.nl**

---

### **Handen in Huis**

Telefonisch bereikbaar: ma t/m do 08.30 - 16.30 uur, vrijdag 09.00 - 14.00 uur.

Postbus 110

3980 CC Bunnik

**030 659 09 70**

**info@handeninhuis.nl**

**www.handeninhuis.nl**

---

## **MantelzorgNL - overzicht lidorganisaties**

Organisaties voor mantelzorgondersteuning en vrijwilligerszorg bij u in de buurt.

**www.mantelzorg.nl/overzicht-lidorganisaties**

---

## **Zorgkantoren**

Overzicht van zorgkantoren.

**www.zn.nl/zorgkantoren**

---

**Zorg Verandert - mantelzorg: hoe zit dat?**

**www.zorgverandert.nl/mantelzorg-hoe-zit-dat**

---

## **Bent u op zoek naar emotionele steun voor mantelzorgers?**

MantelzorgNL is de landelijke vereniging voor mantelzorgers. MantelzorgNL biedt informatie, advies en een luisterend oor. Wilt u uw verhaal kwijt? Bel dan met de mantelzorglijn van MantelzorgNL.

Of bezoek een Mantelzorgcafé. Neem contact op met Palet Welzijn. Kijk ook op de website van Mantelzorgcentraal. Ook bij uw geloofsgemeenschap of kerk kunt u terecht voor ondersteuning. U vindt een overzicht van kerken op de website van Waddinxveen Alles Dichtbij.

Wilt u met iemand praten over wat er mogelijk is? Neem contact op met Team Wadwijzer. Zij denken met u mee en geven tips en advies. Of verwijzen u door naar passende hulp.

## **Mantelzorg Palet Welzijn**

Neem contact op met de mantelzorgcoördinator.

Locatie: Anne Frank Centrum

Jan van Bijnenpad 1

2742 VS Waddinxveen

**088 023 42 26**

[d.schipper@paletwelzijn.nl](mailto:d.schipper@paletwelzijn.nl)  
[www.paletwelzijn.nl/mantelzorg](http://www.paletwelzijn.nl/mantelzorg)

**Mantelzorgcentraal**

---

Klik op de knop Waddinxveen om u aan te melden als mantelzorger.

**088 023 42 26**

[d.schipper@paletwelzijn.nl](mailto:d.schipper@paletwelzijn.nl)

[www.mantelzorgcentraal.nl](http://www.mantelzorgcentraal.nl)

**Waddinxveen Alles Dichtbij - kerken**

[www.waddinxveenallesdichtbij.nl/kerken](http://www.waddinxveenallesdichtbij.nl/kerken)

**Team Wadwijzer**

Kerkstraat 13

2742 BG Waddinxveen

**14 01 82**

[wadwijzer@waddinxveen.nl](mailto:wadwijzer@waddinxveen.nl)

[www.wadwijzer.info](http://www.wadwijzer.info)

**MantelzorgNL**

**030 760 60 55**

[mantelzorglijn@mantelzorg.nl](mailto:mantelzorglijn@mantelzorg.nl)

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

---

## **Bent u op zoek naar kennis voor mantelzorgers?**

Vraag informatie en advies bij Palet Welzijn. Kijk ook op Mantelzorgcentraal.

Wilt u meer weten over dementie? Bezoek dan het Alzheimer Café.

Op DementieOnline staat informatie, tips en advies voor mantelzorgers van mensen met dementie. Download het boekje met ervaringsverhalen en praktische informatie. Of neem contact op voor gratis advies via telefoon of e-mail.

Zorgt uw kind voor u? Op Kop Op Ouders vindt u informatie en tips. Op het forum kunt u met anderen chatten over iets voor uw kind doen. Ook op GGnet vindt u meer informatie en advies voor familie van patiënten.

### **Mantelzorg Palet Welzijn**

Neem contact op met de mantelzorgcoördinator.

Locatie: Anne Frank Centrum

Jan van Bijnenpad 1

2742 VS Waddinxveen

**088 023 42 26**

**d.schipper@paletwelzijn.nl**

**www.paletwelzijn.nl/mantelzorg**

---

### **Mantelzorgcentraal**

Klik op de knop Waddinxveen om u aan te melden als mantelzorger.

**088 023 42 26**

**d.schipper@paletwelzijn.nl**

**www.mantelzorgcentraal.nl**

---

### **Alzheimer Café - Waddinxveen**

Iedere 2e woensdag van de maand is er een bijeenkomst voor mensen die te maken hebben met dementie. De bijeenkomst is in het Anne Frank Centrum van 19:30 tot 21.00 uur. Mensen met dementie, mantelzorgers, familieleden en andere belangstellenden zijn van harte welkom. De toegang is vrij.

Jan van Bijnenpad 1

2742 VS Waddinxveen

**06 15 12 87 07**

**ellysmit56@gmail.com**

**www.alzheimer-nederland.nl/alzheimer-cafe-waddinxveen**

---

### **DementieOnline**

**www.dementieonline.nl**

---

### **GGnet voor familie van patiënten**

**www.ggnet.nl/familie-en-naasten**

---

### **Kop Op Ouders**

**www.kopopouders.nl**

---



Wadwijzer is ontwikkeld in opdracht van de **gemeente Waddinxveen**, in samenwerking met de deelnemende maatschappelijke organisaties.

### **Over Wadwijzer**

---