



sterker
Mantelzorg
Nijmegen



Respijtzorg Wijzer

Nijmegen 2026



Inhoudsopgave

VOORWOORD	4	ANDERE VORMEN VAN ONDERSTEUNING	42
INLEIDING	5	TIPS VOOR HET OVERDRAGEN VAN DE ZORG	45
AANBOD OP HET GEBIED VAN RESPIJTZORG	6	GEZOND MANTELZORGEN	46
Individuele ondersteuning of gezelschap	6	VERGOEDINGEN DOOR ZORGVERZEKERAARS	47
Buddyzorg Nijmegen	6	WETTEN EN REGELINGEN	48
Buurtgezinnen	7	HANDIGE WEBSITES	50
Dovida	8	NAWOORD	51
Gerda aan huis	9	BRONVERMELDING	51
Handen in Huis	10		
Hulpdienst Nijmegen	11		
Hups	12		
Saar aan huis	13		
Senior Service	14		
Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ)	15		
Zorgmaatje aan Huis	16		
ZorgMies	17		
Zorgoppas	18		
Dagbesteding, dagbehandeling of buitenschoolse specialistische opvang	19		
Baytona	19		
Blixem	20		
De Waalboog	21		
Griffioen	22		
Huize Mientje	23		
Kalorama	24		
OBG (Oud Burgeren Gasthuis)	25		
Onder de Bomen	26		
Sterker Ouderenwerk	27		
Stichting CAP	28		
Stichting Liz	29		
Stichting TriUnity	30		
Thuiszorg M.O.C.	31		
't Personnebos	32		
TVN Zorgt	33		
Unik B.V.	34		
Zinnig-in	35		
Logeervoorziening of logeerszorg	36		
De Waalboog	36		
Entrea lindenhout	37		
GrandCare	38		
Hoeve Ruimzicht	39		
Ons Dorpje Overeind	40		
ZZG zorggroep	41		

“In de gemeente Nijmegen zijn op basis van een schatting van MantelzorgNL per jaar circa 54.000 mantelzorgers actief.”

Voorwoord

Beste lezer,

Dit is de Respijtzorg Wijzer 2026. Verschillende organisaties hebben hieraan meegewerkt. Zij bieden respijtzorg in verschillende vormen in en rondom Nijmegen. Denk aan individuele ondersteuning, gezelschap, dagbesteding, dagbehandeling, buitenschoolse specialistische opvang, een logeervoorziening of logeerszorg. We danken deze organisaties voor hun bijdrage.

Het aanbod in deze Respijtzorg Wijzer is niet volledig. Het geeft een overzicht van wat er mogelijk is. Per organisatie vind je informatie voor je naaste én voor jou als mantelzorger. De meeste ondersteuning is bedoeld voor mensen die thuis wonen. Soms is ondersteuning ook mogelijk voor mensen die in een zorginstelling wonen.

Voordat hulp start, wordt er altijd goed afgestemd. Er wordt gekeken naar wat je naaste wil, nodig heeft en aankan. Ook jouw wensen en situatie als mantelzorger tellen mee.

Neem altijd contact op met de organisatie om te bespreken wat mogelijk is. Soms kan hulp niet worden ingezet, bijvoorbeeld bij agressie of bepaalde ziektebeelden. In dat geval kan de organisatie je soms doorverwijzen. Lukt dat niet, dan kun je contact opnemen met Mantelzorg Nijmegen. Wij denken graag met je mee over passende ondersteuning.

In deze Respijtzorg Wijzer vind je ook informatie over andere vormen van hulp. Je leest tips over het overdragen van zorg. En over hoe je goed voor een ander én voor jezelf kunt zorgen. Ook vind je informatie over wetten, verlofregelingen en handige websites.

Heb je vragen of kom je er niet uit? Neem dan contact op met de organisatie of met Mantelzorg Nijmegen. Wij helpen je graag, telefonisch of tijdens een afspraak.

We hopen dat deze Respijtzorg Wijzer je verder helpt.

Mantelzorg Nijmegen

Nijmegen, februari 2026

**“Even tijd voor mezelf hebben,
gaf mij nieuwe energie om
weer voor mijn vader te
kunnen zorgen.”**

– Mantelzorger

Inleiding

Zorgen voor een naaste kan intensief en stressvol zijn. Ook als je geen zorgtaken hebt, maar je vaak zorgen maakt of je aanpast aan de zorgsituatie.

Je kunt pas goed voor een ander zorgen als je ook goed voor jezelf zorgt. Daarvoor is balans belangrijk. De zorg moet te combineren zijn met andere belangrijke dingen, zoals werk, studie, gezin, vrienden en ontspanning.

Respijtzorg, of vervangende zorg, kan hierbij helpen. Je kunt het inzetten als je boodschappen wil doen, wil sporten, even rust nodig hebt of op vakantie wil. Soms wil degene voor wie je zorgt ook wat ander gezelschap of meedoen aan een activiteit of dagbesteding.

Respijtzorg kan jou als mantelzorger ontlasten. Je laat de zorg niet helemaal los en blijft vaak aan je naaste denken. Toch kan respijtzorg verlichting geven en je helpen om even tijd te maken voor jezelf of voor iets anders.

RESPIJTZORG DOOR FAMILIE, VRIENDEN, BUREN, VRIJWILLIGERS OF ZORGVERLENERS

Je kunt de zorg voor je naaste op verschillende manieren delen. Dat kan met vrienden, familie, buren, vrijwilligers of zorgverleners.

Vrienden, familie en buren willen vaak helpen omdat ze om jou en je naaste geven. Ze willen dat het goed met jullie gaat. Vrijwilligers kiezen er bewust voor om anderen te ondersteunen. Voor hen is het fijn om iets te kunnen betekenen. Ze krijgen waardering en ontmoeten nieuwe mensen. Soms hebben zij ook andere redenen om vrijwilligerswerk te doen.

Zorgverleners helpen via een organisatie. Ook zij willen graag iets voor anderen betekenen.

Respijtzorg kan jou als mantelzorger ontlasten. Het kan fijn zijn voor je naaste. En het is vaak ook waardevol voor de vrijwilliger of zorgverlener.

VERSCHILLENDE VORMEN VAN RESPIJTZORG

Respijtzorg kan één keer of vaker worden ingezet. Dat kan bij je naaste thuis of op een andere plek. Welke hulp het beste past, hangt af van wat jouw naaste wil, nodig heeft en kan. Ook wat jij als mantelzorger belangrijk vindt, speelt mee.

De kosten verschillen per organisatie. Soms is een indicatie of toestemming nodig. Het kan ook zijn dat de zorgverzekeraar de kosten (deels) vergoedt.

“Het gaf rust om te weten dat mijn partner in goede handen was, terwijl ik kon uitrusten.”

– Mantelzorger

Buddyzorg Nijmegen



AANBOD

Buddyzorg biedt ondersteuning door een buddy in te zetten. Een buddy kan bijvoorbeeld:

- een luisterend oor bieden en steun geven;
- persoonlijk en emotioneel helpen;
- samen iets doen waar jouw naaste van geniet;
- helpen om het sociale netwerk uit te breiden;
- aandacht geven aan de zorgen rond de ziekte;
- begeleiden bij een ziekenhuisafpraak;
- kijken hoe jouw naaste verder geholpen kan worden.

Wat de buddy doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. De buddy biedt geen medische zorg of huishoudelijke hulp. Buddyzorg kan ingezet worden voor maximaal 1 dagdeel per week voor 1 tot 2 jaar.



DOELGROEP

Buddyzorg helpt mensen van alle leeftijden die weinig steun hebben. Het gaat om mensen met een langdurige of levensbedreigende ziekte. Dit kan bijvoorbeeld MS, COPD, kanker of een hart- en vaatziekte zijn. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Buddyzorg kan alleen helpen als jouw naaste zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan Buddyzorg helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Buddyzorg heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Vooraf zijn er een paar gesprekken om te kijken of Buddyzorg past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een vrijwilliger. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.

KOSTEN

Buddyzorg rekent geen kosten voor de hulp. Jouw naaste betaalt wel voor activiteiten die de buddy samen met jouw naaste doet. Dit wordt altijd van tevoren besproken.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Neem dan contact op met Buddyzorg.



Contactpersoon: Karin van der Zwaluw
Telefoon: 06 - 34000268

Contactpersoon: Gabriëlle Langhout
Telefoon: 06 - 34000403

Telefoon: 088 - 0011333
E-mail: buddyzorg@sterker.nl
Website: www.buddyzorgnijmegen.nl



Buurtgezinnen



AANBOD

Buurtgezinnen biedt steun door een steungezin in te zetten. Een steungezin is een stabiel gezin bij jou in de buurt waar jouw kind naartoe kan. Zo krijgt jouw kind extra liefde en aandacht. Als je geen familie, buren of vrienden in de buurt hebt, kan extra steun heel fijn zijn.

Wat het steungezin doet, wordt besproken en afgestemd op jouw kind.



DOELGROEP

Buurtgezinnen helpt gezinnen met kinderen van alle leeftijden die steun nodig hebben. Het gaat om gezinnen zonder familie, buren of vrienden in de buurt. Soms is er wel iemand in de buurt, maar heeft diegene het druk. Buurtgezinnen kan alleen helpen als jouw kind thuis woont. In sommige situaties kan Buurtgezinnen helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Buurtgezinnen heb je geen indicatie nodig. Je kunt jouw kind zelf aanmelden. Vooraf zijn er een paar gesprekken om te kijken of Buurtgezinnen past bij jouw kind. En als het past, welke steun dan nodig is. Daarna maken jullie kennis met een steungezin. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.



KOSTEN

Buurtgezinnen rekent geen kosten voor de steun. Je betaalt wel voor activiteiten die het steungezin met jouw kind doet. Dit wordt altijd van tevoren besproken.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw kind? Neem dan contact op met Buurtgezinnen.



Contactpersoon: Jiske Broers
Telefoon: 06 - 49960245
E-mail: jiske@buurtgezinnen.nl

Contactpersoon: Loes van Maanen
Telefoon: 06 - 24195024
E-mail: loes@buurtgezinnen.nl

E-mail: buddyzorg@sterker.nl
Website: www.buurtgezinnen.nl



Dovida



AANBOD

Dovida biedt ondersteuning door een caregiver in te zetten. Een caregiver kan bijvoorbeeld:

- gezelschap houden, een luisterend oor bieden of samen iets doen waar jouw naaste van geniet;
- helpen met opstaan en met persoonlijke verzorging, zoals aan- en uitkleden, wassen, herinneren aan medicatie en begeleiding bij incontinentie;
- begeleiden en vervoeren bij een (ziekenhuis)afpraak.

Wat de caregiver doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. De caregiver biedt geen medische zorg. Dovida kan ingezet worden vanaf 2 uur per week tot 24 uur per dag.



DOELGROEP

Dovida helpt mensen van alle leeftijden die steun nodig hebben. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte, beperking of ouderdomsklachten. Dit kan bijvoorbeeld CVA, hartfalen, dementie of de ziekte van Parkinson zijn. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Dovida kan helpen als jouw naaste zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan Dovida helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Dovida heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden, jij kunt dat doen of een verwijzer meldt jouw naaste aan. Vooraf is er een gesprek om te kijken of Dovida past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een caregiver. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.

KOSTEN

Als jouw naaste een Wmo-indicatie (Wet maatschappelijke ondersteuning) of een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). Als jouw naaste een pgb (persoons gebonden budget) heeft, kan het hieruit betaald worden. Reiskosten voor de caregiver worden apart gerekend.

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Misschien wordt deze hulp vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Kijk voor meer informatie op de [website](#) van Zorgwijzer of neem contact op met jouw zorgverzekeraar of die van jouw naaste. Er kan ook gekozen worden om de hulp zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten en vergoedingen? Neem dan contact op met Dovida.



DovidaTM
Mijn leven, mijn manier

Telefoon:	024 - 3730716
E-mail:	info.nijmegen@dovida.nl
Website:	www.dovida.nl



Gerda aan huis



AANBOD

Gerda aan huis biedt ondersteuning door een Gerda in te zetten. Een Gerda kan bijvoorbeeld:

- een luisterend oor bieden en steun geven;
- gezelschap houden;
- samen iets doen waar jouw naaste van geniet;
- helpen boodschappen doen of koken;
- een gezin met een zorgintensief kind ondersteunen.

Wat de Gerda doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. De Gerda biedt geen medische zorg of huishoudelijke hulp.



DOELGROEP

Gerda aan huis helpt mensen van alle leeftijden die steun nodig hebben. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte, beperking of ouderdomsklachten. Dit kan bijvoorbeeld MS, autisme, de ziekte van Parkinson of een niet-aangeboren hersenletsel zijn. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Gerda aan huis kan alleen helpen als jouw naaste zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan Gerda aan huis helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Gerda aan huis heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Vooraf zijn er een paar gesprekken om te kijken of Gerda aan huis past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een Gerda. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.

KOSTEN

Gerda aan huis rekent €31,20 per uur overdag op doordeweekse dagen. 's Avonds en in het weekend zijn de tarieven anders. Reiskosten voor de Gerda worden apart gerekend. Als jouw naaste een pgb (persoonsgebonden budget) heeft, gelden andere regels en tarieven.

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Misschien wordt deze hulp vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Kijk voor meer informatie op de [website](#) van Zorgwijzer of neem contact op met jouw zorgverzekeraar of die van jouw naaste. Er kan ook gekozen worden om de hulp zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten en vergoedingen? Neem dan contact op met Gerda aan huis.



Telefoon: 0800 – 4449444
06 – 83792475
E-mail: berg-en-dal@gerdaanhuis.nl
Website: www.gerdaanhuis.nl



Handen in Huis



AANBOD

Handen in Huis biedt ondersteuning door een vrijwilliger in te zetten. Een vrijwilliger kan bijvoorbeeld:

- helpen met opstaan, wassen en aankleden;
- helpen boodschappen doen;
- licht huishoudelijk werk doen.

Wat de vrijwilliger doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. De vrijwilliger biedt geen medische zorg. Handen in Huis kan ingezet worden vanaf 3 dagen, inclusief 2 nachten, of langer.



DOELGROEP

Handen in Huis helpt mensen vanaf 6 jaar die hulp nodig hebben en niet alleen thuis kunnen zijn. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte, beperking of aandoening. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Handen in Huis kan alleen helpen als jouw naaste niet alleen thuis kan zijn. In sommige situaties kan Handen in Huis helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Handen in Huis heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Vooraf zijn er een paar gesprekken om te kijken of Handen in Huis past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een vrijwilliger. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.



KOSTEN

Jouw naaste moet rekening houden met kost en inwoning van de vrijwilliger. Daarnaast zijn er reiskosten van de vrijwilliger voor het kennismakingsbezoek. Als jouw naaste een pgb (persoonsgebonden budget) heeft, kan het hieruit betaald worden.

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Misschien wordt deze hulp vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Kijk voor meer informatie op de [website](#) van Zorgwijzer of neem contact op met jouw zorgverzekeraar of die van jouw naaste. Er kan ook gekozen worden om de hulp zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten en vergoedingen? Neem dan contact op met Handen in Huis.



Telefoon: 030 – 6590970
E-mail: info@handeninhuis.nl
Website: www.handeninhuis.nl

Hulpdienst Nijmegen



AANBOD

Hulpdienst Nijmegen biedt ondersteuning door een vrijwilliger in te zetten. Een vrijwilliger kan bijvoorbeeld:

- een luisterend oor bieden, gezelschap houden of een spelletje spelen;
- samen wandelen, de natuur in of eropuit gaan naar de stad;
- helpen met boodschappen;
- kleine klusjes in huis of tuin doen.

Wat de vrijwilliger doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. De vrijwilliger biedt geen medische zorg of huishoudelijke hulp. Hulpdienst Nijmegen kan ingezet worden voor maximaal 1 keer per week.



DOELGROEP

Hulpdienst Nijmegen helpt mensen van alle leeftijden die steun nodig hebben. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte, fysieke beperking of ouderdomsklachten. Dit kan bijvoorbeeld vergevorderde ouderdom, dementie, de ziekte van Parkinson of een niet-aangeboren hersenletsel zijn. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Hulpdienst Nijmegen kan alleen helpen als jouw naaste zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan Hulpdienst Nijmegen helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Hulpdienst Nijmegen heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Vooraf zijn er een paar gesprekken om te kijken of Hulpdienst Nijmegen past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een vrijwilliger. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.



KOSTEN

Hulpdienst Nijmegen rekent geen kosten voor de hulp. Jouw naaste betaalt wel voor activiteiten die de vrijwilliger samen met jouw naaste doet. Dit wordt altijd van tevoren besproken.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Neem dan contact op met Hulpdienst Nijmegen.



Telefoon: 024 – 3228280
Bereikbaar tussen 9u en 12u
E-mail: hulpdienst@hulpdienstnijmegen.nl
Website: www.hulpdienstnijmegen.nl



Hups



AANBOD

Hups biedt ondersteuning door een hulp in te zetten. Een hulp kan bijvoorbeeld:

- samen koffie/thee drinken of wandelen;
- helpen boodschappen doen of koken;
- helpen met wassen, aankleden of toiletbezoek;
- begeleiden bij een ziekenhuisafpraak.

Wat de hulp doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. De hulp biedt geen medische zorg. Hups kan ingezet worden vanaf 3 uur per week tot 24 uur per dag.



DOELGROEP

Hups helpt mensen van alle leeftijden die steun nodig hebben. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte, beperking of ouderdomsklachten. Dit kan bijvoorbeeld MS, autisme, een ontwikkelingsachterstand, vergevorderde ouderdom, de ziekte van Parkinson of een niet-aangeboren hersenletsel zijn. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Hups kan helpen als jouw naaste zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan Hups helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Hups heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Vooraf zijn er een paar gesprekken om te kijken of Hups past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een hulp. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.



KOSTEN

Hups rekent vanaf €28,- per uur overdag op doordeweekse dagen. Voor nachtzorg en 24uurs zorg zijn de tarieven anders. Reiskosten voor de dienstverlener worden apart gerekend. Als jouw naaste een pgb (persoonsgebonden budget) heeft, gelden andere regels en tarieven.

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Misschien wordt deze hulp vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Kijk voor meer informatie op de [website](#) van Zorgwijzer of neem contact op met jouw zorgverzekeraar of die van jouw naaste. Er kan ook gekozen worden om de hulp zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten en vergoedingen? Neem dan contact op met Hups.



HUPS

Contactpersoon: Amber van Valburg

Telefoon: 024 - 2024067

E-mail: nijmegen@hups.nl

Website: www.hups.nl

Saar aan huis



AANBOD

Saar aan huis biedt ondersteuning door een Saar of Bram in te zetten. Een Saar of Bram kan bijvoorbeeld:

- gezelschap houden of samen een spelletje spelen;
- samen wandelen of eropuit gaan;
- helpen met administratie, boodschappen of koken;
- licht huishoudelijk werk of kleine klusjes in huis of tuin doen;
- begeleiden bij een afspraak.

Wat de Saar of Bram doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. De Saar of Bram biedt geen medische zorg. Saar aan huis kan ingezet worden vanaf 2 uur per week tot 24 uur per dag.



DOELGROEP

Saar aan huis helpt mensen van alle leeftijden die steun nodig hebben. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte, beperking of ouderdomsklachten. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Saar aan huis kan helpen als jouw naaste zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan Saar aan huis helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Saar aan huis heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Vooraf is er een gesprek om te kijken of Saar aan huis past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een Saar of Bram. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.

KOSTEN

Saar aan huis werkt overdag op doordeweekse dagen met een uurtarief. 's Avonds en in het weekend zijn de tarieven anders. Reiskosten voor de Saar of Bram worden apart gerekend. Als jouw naaste een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, zijn er andere manieren om de hulp te betalen.

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Misschien wordt deze hulp vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Kijk voor meer informatie op de [website](#) van Zorgwijzer of neem contact op met jouw zorgverzekeraar of die van jouw naaste. Er kan ook gekozen worden om de hulp zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten en vergoedingen? Neem dan contact op met Saar aan huis.



Contactpersoon:	Anita Rossen
Telefoon:	024 – 2001377
E-mail:	anita.rossen@saaraanhuis.nl
Website:	www.saaraanhuis.nl



Senior Service



AANBOD

Senior Service biedt ondersteuning door een thuishulp/zorgondersteuner in te zetten. Een thuishulp/zorgondersteuner kan bijvoorbeeld:

- gezelschap houden of samen een spelletje spelen;
- helpen met administratie, boodschappen doen, koken of samen eten;
- licht huishoudelijk werk of kleine klusjes in huis of kleine tuin doen;
- ondersteunen en assisteren bij persoonlijke verzorging;
- helpen bij nachtzorg in de vorm van slaapdiensten of waakdiensten;
- begeleiden bij een ziekenhuisafpraak.

Wat de thuishulp/zorgondersteuner doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. De thuishulp/zorgondersteuner biedt geen medische zorg. Senior Service kan ingezet worden vanaf 2 uur per bezoek tot 24 uur per dag.



DOELGROEP

Senior Service helpt mensen van alle leeftijden die steun nodig hebben. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte, beperking of ouderdomsklachten. Dit kan bijvoorbeeld MS, vergevorderde ouderdom, dementie, de ziekte van Parkinson of een niet-aangeboren hersenletsel zijn. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Senior Service kan helpen als jouw naaste zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan Senior Service helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Senior Service heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Vooraf zijn er een paar gesprekken om te kijken of Senior Service past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een thuishulp/zorgondersteuner. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.

KOSTEN

Senior Service rekent €33,50 per uur op doordeweekse dagen. In het weekend zijn de tarieven anders. Reiskosten voor de thuishulp/zorgondersteuner worden apart gerekend. Als jouw naaste een pgb (persoonsgebonden budget) heeft, gelden andere regels en tarieven. Als jouw naaste een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, zijn er andere manieren om de hulp te betalen.

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Misschien wordt deze hulp vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Kijk voor meer informatie op de [website](#) van Zorgwijzer of neem contact op met jouw zorgverzekeraar of die van jouw naaste. Er kan ook gekozen worden om de hulp zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten en vergoedingen? Neem dan contact op met Senior Service.



Contactpersoon: Meriam Derks

Telefoon: 06 – 46370028

E-mail: nijmegen@senior-service.nl

Website: www.senior-service.nl

VPTZ (Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg)



AANBOD

Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) biedt ondersteuning door een vrijwilliger in te zetten. Een vrijwilliger kan bijvoorbeeld:

- een luisterend oor en wakend oog bieden;
- helpen met persoonlijke verzorging, zoals draaien in bed, toiletgang, eten en drinken.

Wat de vrijwilliger doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. De vrijwilliger biedt geen medische zorg of huishoudelijke hulp. VPTZ kan overdag, 's avonds of 's nachts worden ingezet.



DOELGROEP

VPTZ helpt mensen van alle leeftijden die steun nodig hebben en niet alleen thuis kunnen zijn. Het gaat om mensen die ongeneeslijk ziek zijn en in de terminale fase zitten. VPTZ kan helpen als jouw naaste zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan VPTZ helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor VPTZ heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Vooraf is er een gesprek om te kijken of VPTZ past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een vrijwilliger. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.



KOSTEN

VPTZ rekent geen kosten voor de hulp. Zij vraagt wel om een eenmalige vrijwillige bijdrage van €30.



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Neem dan contact op met VPTZ.



Telefoon: 06 – 13210731
E-mail: info@vptzrijkvannijmegen.nl
Website: www.vptzrijkvannijmegen.nl

Zorgmaatje aan Huis



AANBOD

Zorgmaatje aan Huis biedt ondersteuning door een zorgmaatje in te zetten. Een zorgmaatje kan bijvoorbeeld:

- gezelschap houden of een spelletje spelen;
- samen koffie/thee drinken, wandelen, sporten of eropuit gaan;
- zorgen voor huisdieren, helpen met boodschappen of koken;
- licht huishoudelijk werk of kleine klusjes in huis of tuin doen;
- begeleiden bij een ziekenhuisafpraak.

Wat het zorgmaatje doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. Het zorgmaatje biedt geen medische zorg. Zorgmaatje aan Huis kan ingezet worden vanaf 1 uur per week tot 24 uur per dag.



DOELGROEP

Zorgmaatje aan Huis helpt mensen van alle leeftijden die steun nodig hebben. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte, beperking of ouderdomsklachten. Dit kan bijvoorbeeld MS, vergevorderde ouderdom, dementie, de ziekte van Parkinson of een niet-aangeboren hersenletsel zijn. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Zorgmaatje aan Huis kan helpen als jouw naaste zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan Zorgmaatje aan Huis helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Zorgmaatje aan Huis heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden, jij kunt dat doen of een verwijzer meldt jouw naaste aan. Vooraf is er een gesprek om te kijken of Zorgmaatje aan Huis past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een zorgmaatje. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.

KOSTEN

Zorgmaatje aan Huis rekent €34,75 per uur overdag op doordeweekse dagen. 's Avonds, op zondag en op feestdagen zijn de tarieven anders. Reiskosten voor het zorgmaatje worden apart gerekend. Als jouw naaste een pgb (persoonsgebonden budget) heeft, gelden andere regels en tarieven. Als jouw naaste een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, zijn er andere manieren om de hulp te betalen.

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Misschien wordt deze hulp vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Kijk voor meer informatie op de [website](#) van Zorgwijzer of neem contact op met jouw zorgverzekeraar of die van jouw naaste. Er kan ook gekozen worden om de hulp zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten en vergoedingen? Neem dan contact op met Zorgmaatje aan Huis.



Contactpersoon:	Maurice Rodenberg <i>Nijmegen Noord, Zuid & Oost</i>
Telefoon:	06 - 10442373
E-mail:	nijmegen-nzo@zmah.nl
Contactpersoon:	Bianca Schepers <i>Nijmegen Midden & West</i>
Telefoon:	06 - 45809494
E-mail:	nijmegen-middenwest@zmah.nl
Website:	www.zorgmaatjeaanhuis.nl



ZorgMies



AANBOD

ZorgMies biedt ondersteuning door een ZorgMies of ZorgSiem in te zetten. Een ZorgMies of ZorgSiem kan bijvoorbeeld:

- een luisterend oor bieden of gezelschap houden;
- samen wandelen, helpen bij boodschappen of koken;
- helpen bij dag- en nachtwelzijnszorg;
- begeleiden bij een ziekenhuisafpraak;
- een gezin met een zorgintensief kind ondersteunen.

Wat de ZorgMies of ZorgSiem doet, wordt besproken en afgestemd op jouw naaste. De ZorgMies of ZorgSiem biedt geen medische zorg. ZorgMies kan ingezet worden vanaf 2 uur per week tot 24 uur per dag.



DOELGROEP

ZorgMies helpt mensen van alle leeftijden die steun nodig hebben. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte, beperking of ouderdomsklachten. Dit kan bijvoorbeeld MS, autisme, een ontwikkelingsachterstand, vergevorderde ouderdom, de ziekte van Parkinson of een niet-aangeboren hersenletsel zijn. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. ZorgMies kan helpen als jouw naaste zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan ZorgMies helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor ZorgMies heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Vooraf zijn er een paar gesprekken om te kijken of ZorgMies past bij jouw naaste. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maakt jouw naaste kennis met een ZorgMies of ZorgSiem. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.

KOSTEN

ZorgMies rekent €38,00 per uur overdag op doordeweekse dagen. 's Avonds en in het weekend zijn de tarieven anders. Reiskosten voor de ZorgMies of ZorgSiem worden apart gerekend. Als jouw naaste een pgb (persoonsgebonden budget) heeft, gelden andere regels en tarieven.

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Misschien wordt deze hulp vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Kijk voor meer informatie op de [website](#) van Zorgwijzer of neem contact op met jouw zorgverzekeraar of die van jouw naaste. Er kan ook gekozen worden om de hulp zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten en vergoedingen? Neem dan contact op met ZorgMies.



ZorgMies

AANVULLENDE MANTELZORG

Contactpersoon: Veerle Vos

Telefoon: 06 – 10274304

E-mail: nijmegen@zorgmies.nl

Website: www.zorgmies.nl



Zorgoppas



AANBOD

Zorgoppas biedt ondersteuning door een oppas in te zetten. Een oppas kan bijvoorbeeld:

- bij jullie thuis komen om op jouw kind te passen;
- samen iets doen wat jouw kind leuk vindt;

Wat de oppas doet, wordt besproken en afgestemd op jouw kind. De oppas biedt geen huishoudelijke hulp. Zorgoppas kan ingezet worden voor flexibele momenten in de avond of in het weekend. Niet voor vaste uren overdag.



DOELGROEP

Zorgoppas helpt kinderen tot 18 jaar die steun nodig hebben en niet alleen thuis kunnen zijn. Het gaat om kinderen die een ziekte of beperking hebben. Dit kan bijvoorbeeld gedragsproblemen, autisme, een ontwikkelingsachterstand, een fysieke of zintuiglijke beperking, een verstandelijke beperking of een chronische ziekte zijn. De ziekte of beperking kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Zorgoppas kan alleen helpen als jouw kind thuis woont. In sommige situaties kan Zorgoppas helaas niet helpen.



AANMELDEN

Voor Zorgoppas heb je geen indicatie nodig. Je kunt jouw gezin zelf aanmelden. Vooraf zijn er een paar gesprekken om te kijken of Zorgoppas past bij jouw kind. En als het past, welke hulp dan nodig is. Daarna maken jullie kennis met een oppas. Er wordt altijd gekeken of er van beide kanten een klik is.



KOSTEN

Zorgoppas rekent €27,- per maand. Daarin zitten 3 oppasuren. Vanaf het 4e uur betaal je €8,- per uur. Reiskosten van de oppas zijn meegeteld tot 1 uur reistijd.



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw kind? Neem dan contact op met Zorgoppas.



Telefoon: 085 – 2083450
E-mail: info@zorgoppas.nl
Website: www.zorgoppas.nl

Baytona



AANBOD

TVN Zorgt, Directe Zorg Nijmegen en Sterker Ouderenwerk werken samen en bieden ondersteuning in de vorm van dagbesteding 'Baytona'. Dit gebeurt op de locatie van Directe Zorg Nijmegen. Jouw naaste kan:

- op woensdagen een praatje maken met een kop koffie, een spelletje spelen of samen wandelen door de tuin;
- samen met anderen lunchen en wie wil kan vooraf deelnemen aan het gebed.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Het samenwerkingsverband biedt dagbesteding voor Arabischspreekende mannen van 60 jaar en ouder. Het gaat om mensen met ouderdomsklachten. Dit kan bijvoorbeeld dementie of de ziekte van Parkinson zijn. De ziekte kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. Als de ziekte al vergevorderd is, kan jij, de mantelzorger, soms meehelpen met bijvoorbeeld eten geven of helpen bij toiletbezoek. De dagbesteding past alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor de dagbesteding is geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Als jouw naaste een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor).

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Sterker Ouderenwerk of TVN Zorgt.



sterker
Ouderenwerk



dzn
directe zorg nijmegen

Contactpersoon:	Najat Khanfour Sterker Ouderenwerk
Telefoon:	06 - 21971779
Contactpersoon:	Badia Ouhdifa TVN Zorgt
Telefoon:	06 - 13901598
Adres:	Kerkstraat 65 6543 KG Nijmegen

Blixem



AANBOD

Blixem biedt ondersteuning in de vorm van dagbesteding. Dit gebeurt in het eetcafé of de catering van Blixem. Jouw naaste kan:

- werkzaamheden uitvoeren in de bediening, uitgifte van dranken of in de keuken;
- schoonmaak- of DHL-werkzaamheden uitvoeren.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Blixem biedt dagbesteding voor mensen van alle leeftijden. Het gaat om mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. De dagbesteding past bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor Blixem is een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Als jouw naaste een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). Als jouw naaste een indicatie van het Werkbedrijf heeft dan wordt alles betaald door de gemeente vanuit de Participatiewet. Als jouw naaste een pgb (persoons gebonden budget) heeft, kan het hieruit betaald worden. Jouw naaste moet rekening houden met het meenemen van een eigen lunch.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Blixem.



Contactpersoon: Yanaika van Leeuwen, Bo Broeren en Lieke van Boxtel

Telefoon: 024 - 3888678
E-mail: ai@blixemnijmegen.nl
Website: www.blixemnijmegen.nl



De Waalboog



AANBOD

De Waalboog biedt ondersteuning in de vorm van dagbehandeling. Dit gebeurt op twee locaties in Nijmegen. 'De Boog' op locatie Joachim en Anna en 'Het Tumpke' op locatie De Honinghoeve. Jouw naaste kan:

- op werkdagen meedoen aan groepsactiviteiten;
- een praatje maken en samen koffie/thee drinken of koken;
- geheugentraining doen of wandelen;
- meedoen aan muzikale, creatieve bezigheden, zingen of spelletjes spelen;
- ondersteuning, begeleiding en persoonlijke aandacht krijgen.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

De Boog

De Waalboog biedt dagbehandeling voor mensen met dementie op jonge leeftijd. Het gaat om mensen waarbij de diagnose dementie is gesteld vóór hun 65e levensjaar. De dagbehandeling past in de meeste gevallen alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbehandeling.

Het Tumpke

De Waalboog biedt dagbehandeling voor mensen van met name 65 jaar en ouder. Het gaat om mensen geheugenproblemen en dementie. De dagbehandeling past in de meeste gevallen alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbehandeling.



AANMELDEN

Voor De Waalboog is een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een telefonisch kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbehandeling past bij jouw naaste.

KOSTEN

Als jouw naaste een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). Als de zorg wordt vergoed via GZSP (dagbehandeling die onder de zorgverzekering valt), valt dit onder het eigen risico van de zorgverzekering. Naast het eigen risico zijn er geen extra kosten of eigen bijdrage voor deze GZSP-zorg.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met De Waalboog.



Telefoon: 024 – 3826483
E-mail: zorgbemiddeling@waalboog.nl
Website: www.waalboog.nl/dementieopjongeleeftijd
www.waalboog.nl/dementie

Griffioen



AANBOD

Sterker Ouderenwerk, ZZG, BUUR en Riverland Healthcentre werken samen en bieden ondersteuning in de vorm van een ontmoetingsplek. Jouw naaste kan:

- op werkdagen meedoen aan groepsactiviteiten;
- een praatje maken en samen koffie/thee drinken;
- voor meer rust en structuur meedoen aan de dagbesteding 'de huiskamer'.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Het samenwerkingsverband biedt een ontmoetingsplek en dagbesteding voor mensen van 65 jaar en ouder. Het gaat om mensen met ouderdomsklachten of beginnende dementie. De ontmoetingsplek past alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. Heeft jouw naaste meer begeleiding nodig? Dan past de dagbesteding (de huiskamer) misschien beter. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de ontmoetingsplek of dagbesteding.



AANMELDEN

Ontmoetingsplek

Voor de ontmoetingsplek is geen indicatie nodig. Jouw naaste kan hier gewoon binnenlopen. Je kunt ook altijd bellen om te kijken of de ontmoetingsplek past bij jouw naaste.

Dagbesteding

Voor de dagbesteding is een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.

KOSTEN

Jouw naaste moet rekening houden met een kleine bijdrage voor koffie, thee en de lunch. Er kunnen ook kosten zijn voor de activiteiten.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Sterker Ouderenwerk.



sterker
Ouderenwerk

Telefoon: 088 - 0017121
E-mail: ouderenwerk@sterker.nl
Website: www.sterkerouderenwerk.nl



Huize Mientje



AANBOD

Huize Mientje biedt ondersteuning in de vorm van dagbesteding. Jouw naaste kan hier op alle dagen meedoen aan groepsactiviteiten.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Huize Mientje biedt dagbesteding voor mensen van 65 jaar en ouder. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte of beperking. De dagbesteding past alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor Huize Mientje heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Jouw naaste moet rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). Daarnaast zijn er extra kosten voor activiteiten en maaltijden bij de dagbesteding.



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Huize Mientje.



Huize Mientje

Telefoon: 024 – 2022021
E-mail: info@huizementje.nl
Website: www.huizementje.nl

Kalorama



AANBOD

Kalorama biedt ondersteuning in de vorm van dagbehandeling en dagbesteding. Dit gebeurt in Kalorama Veste Brakkestein. Jouw naaste kan:

- op werkdagen meedoen aan groepsactiviteiten;
- hulp krijgen om beter om te gaan met dagelijkse problemen.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Dagbehandeling

Kalorama biedt dagbehandeling voor mensen met een langdurige ziekte of beperking. Dit kan bijvoorbeeld de ziekte van Parkinson, CVA of MS zijn. De dagbehandeling past alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbehandeling.

Dagbesteding

Kalorama biedt dagbesteding voor mensen van 65 jaar en ouder. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte of een beperking. De dagbesteding past alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor Kalorama is een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbehandeling of dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.

KOSTEN

Dagbehandeling

Als jouw naaste een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). Als de zorg wordt vergoed via GZSP (dagbehandeling die onder de zorgverzekering valt), valt dit onder het eigen risico van de zorgverzekering. Naast het eigen risico zijn er geen extra kosten of eigen bijdrage voor deze GZSP-zorg. Daarnaast zijn er extra kosten voor activiteiten en maaltijden bij de dagbehandeling.

Dagbesteding

Jouw naaste moet rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK. Daarnaast zijn er extra kosten voor activiteiten en maaltijden bij de dagbesteding.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Kalorama.



kalorama

Telefoon:	024 – 3525525 <i>Dagbehandeling</i> 024 – 6847741 <i>Zorgbureau</i>
E-mail:	dagbehandeling@kalorama.nl zorgbureau@kalorama.nl
Website:	www.kalorama.nl



Dagbesteding, dagbehandeling of buitenschoolse specialistische opvang

OBG (Oud Burgeren Gasthuis)



AANBOD

OBG (Oud Burgeren Gasthuis) biedt ondersteuning in de vorm van dagbesteding. Dit gebeurt in Dienstencentrum OBG. Jouw naaste kan op werkdagen meedoen aan het dagaanbod of het dagdéélaanbod van de dagbesteding.

Dagaanbod

Deelnemers van de dagbesteding bij OBG horen bij een vaste groep. Er zijn drie groepen: Rode Bloesem, Groene Bloesem en de Blauwe Bloesem. Samen wordt gekeken naar de groep die het beste past bij de (begeleidings) behoeften van jouw naaste. Elke groep heeft een vaste dagindeling, zodat er duidelijkheid is. Jouw naaste doet mee aan activiteiten die passen bij zijn of haar interesses, zoals tekenen, puzzelen, spelletjes spelen, samen de krant lezen of praten over wat hem of haar bezighoudt. Jouw naaste kan ook meefietsen op de Riksja of samen de Kwiekroute wandelen.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.

Dagdéélaanbod

Deelnemers die niet de hele dag mee willen doen aan de dagbesteding, kunnen kiezen voor het dagdéélaanbod. Jouw naaste kan kiezen uit de creatieve ochtend, Meebewegen, de Hoofdzaak of het Kookcafé.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

OBG biedt dagbesteding voor mensen die hulp nodig hebben om hun dagen te vullen. De dagbesteding past alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.

AANMELDEN

Voor OBG is niet altijd een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding of het dagdéélaanbod past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.

KOSTEN

Als jouw naaste een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). OBG kan ook zelf bepalen of jouw naaste onder de Wet maatschappelijke ondersteuning valt. Als dit het geval is, hoeft jouw naaste niks te betalen. Als jouw naaste geen Wlz-indicatie heeft en niet onder de Wet maatschappelijke ondersteuning valt, kan hij of zij ervoor kiezen om de dagbesteding of het dagdéélaanbod zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met het OBG.



Telefoon: 024 – 3279279
E-mail: dagbesteding@obg.nu
Website: www.obg.nu



Onder de Bomen



AANBOD

Onder de Bomen biedt ondersteuning in de vorm van dagbesteding. Dit gebeurt op twee locaties in Nijmegen, bij 'Mijn werkplek' en 'In het Westen'. Jouw naaste kan:

- op werkdagen meedoen bij 'Mijn werkplek' of op de zorgboerderij 'In het Westen';
- anderen ontmoeten, leren en werken in een vak dat aanspreekt;
- samen ontdekken waar jouw naaste in uitblinkt, wat hij of zij leuk vindt en welke ondersteuning daarvoor nodig is.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Onder de Bomen biedt dagbesteding aan volwassenen van 18 jaar en ouder. Het gaat om volwassenen met een psychische kwetsbaarheid en/of licht verstandelijke beperking. De dagbesteding past bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor Onder de Bomen is een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Jouw naaste moet rekening houden met een maandelijks eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor).

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Onder de Bomen.



Telefoon: 06 – 16473246

Mijn werkplek

06 – 16452860

In het Westen

E-mail: aanmelding@onderdebomen.nl

Website: www.mijnwerkplekinnijmegen.nl
www.inhetwesten.nl

Sterker Ouderenwerk



AANBOD

Sterker Ouderenwerk biedt ondersteuning in de vorm van dagbesteding. Dit gebeurt op verschillende locaties. Jouw naaste kan:

- op werkdagen meedoen aan groepsactiviteiten;
- samen met andere ouderen uit de wijk de dag delen;
- een praatje maken, samen koffie/thee drinken en lunchen;
- meedoen aan uitjes, creatieve bezigheden, zingen of spelletjes spelen.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Sterker Ouderenwerk biedt dagbesteding voor mensen van 65 jaar en ouder. Het gaat om mensen met ouderdomsklachten of beginnende dementie. De dagbesteding past alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor Sterker Ouderenwerk heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Jouw naaste moet rekening houden met een kleine bijdrage voor koffie, thee en de lunch. Er kunnen ook kosten zijn voor de activiteiten.



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Sterker Ouderenwerk.



sterker

Ouderenwerk

Telefoon: 088 – 0017121
E-mail: ouderenwerk@sterker.nl
Website: www.sterkerouderenwerk.nl

Stichting CAP (Centra voor Aangepast Paardrijden)



AANBOD

Stichting Centra voor Aangepast Paardrijden (CAP) biedt ondersteuning in de vorm van dagbesteding. Dit gebeurt op twee locaties. 'Zorgmanege de Winckelsteegh' in Nijmegen en 'Boszicht' in Malden. Jouw naaste kan:

- op werkdagen meedoen aan groepsactiviteiten, die gericht zijn op paarden en kleine dieren;
- leren omgaan met de dieren of leren zorgdragen voor de manege, omgaan met paarden en soms een paard begeleiden;
- leren van anderen, samenwerken in een groep, opkomen voor zichzelf en taken vervullen die passend zijn en goed voelen;
- werken aan individuele ontwikkeldoelen;

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Stichting CAP biedt dagbesteding voor mensen van alle leeftijden. Het gaat om mensen met een beperking. De dagbesteding past bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor Stichting CAP is een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden, jij kunt dat doen of een verwijzer meldt jouw naaste aan. Tijdens een telefonisch kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken.



KOSTEN

Stichting CAP heeft toestemming nodig van de gemeente Nijmegen om hulp te bieden. Met deze toestemming wordt de hulp betaald vanuit de Jeugdwet. Als er sprake is van een andere indicatie dan moet jouw naaste rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Stichting CAP.



Telefoon:	088 - 7794730
E-mail:	info@stichtingcap.nl
Website:	www.stichtingcap.nl



Dagbesteding, dagbehandeling of buitenschoolse specialistische opvang

Stichting Liz



AANBOD

Stichting Liz biedt ondersteuning in de vorm van dagbehandeling. Dit gebeurt op verschillende locaties. Jouw kind kan:

- samen spelen en leren, maar er wordt ook veel individueel gewerkt;
- geholpen worden op basis van de vragen: 'Wie ben je?', 'Wat heb je nodig?' en 'Hoe kunnen wij jou dat bieden?'.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw kind.



DOELGROEP

Stichting Liz biedt dagbehandeling aan kinderen tot 23 jaar. Het gaat om kinderen met een ernstig meervoudige handicap. De dagbehandeling past alleen bij jouw kind als hij of zij thuis woont. In sommige situaties kan een kind helaas niet meedoen aan de dagbehandeling.



AANMELDEN

Voor Stichting Liz is een indicatie nodig. De huisarts, specialist of een medewerker van Buurtteams moet jouw kind aanmelden. Pas daarna wordt er tijdens een kennismakingsgesprek gekeken of de dagbehandeling past bij jouw kind. Als het past kan jouw kind een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Je moet rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage van jouw kind aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor).

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw kind? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Stichting Liz.



Contactpersoon
voor vragen
rondom financiën:

Telefoon:
E-mail:

Esther de Bruijn
06 – 46625540
esther@stichtingliz.nl
info@stichtingliz.nl
www.stichtingliz.nl

Website:

Groep de Vuurvlinders

Telefoon: 06 – 39865179
Adres: Laauwikstraat 2,
6663 CJ
Nijmegen-Lent

Groepen de Waterlelies en de Luchtballonnen

Telefoon: 06 – 14435235
Waterlelies
06 – 43032863
Luchtballonnen
Adres: Tolhuis 44-50,
6537 PN in Nijmegen

Liz Voortgezet Onderwijs Groep

Telefoon: 06 – 34069411
Adres: Malderburchtstraat 11
6535 ND Nijmegen

Stichting TriUnity



AANBOD

Stichting TriUnity biedt ondersteuning in de vorm van dagbesteding. Dit gebeurt op locatie of bij jouw naaste thuis. Jouw naaste kan:

- op werkdagen meedoen aan de dagbesteding;
- anderen ontmoeten, leren en werken in een vak dat aanspreekt;
- samen ontdekken waar jouw naaste in uitblinkt, wat hij of zij leuk vindt en welke ondersteuning daarvoor nodig is.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Stichting TriUnity biedt dagbesteding aan kinderen vanaf 15 jaar en volwassenen.

Het gaat om kinderen en volwassenen met autisme en normale tot hoge intelligentie. De dagbesteding past bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor Stichting TriUnity is een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Jouw naaste moet rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor).



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw kind? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met TriUnity.



Telefoon: 06 – 83851169
E-mail: tessa.weijers@triunity.nl
secretariaat@triunity.nl
Website: www.triunity.nl

Thuiszorg M.O.C.



AANBOD

Thuiszorg M.O.C. biedt ondersteuning in de vorm van dagbesteding. Dit gebeurt in het Ontmoetingscentrum de Kampenaar. Jouw naaste kan:

- op 1 of 2 dagdelen op maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag meedoen aan groepsactiviteiten zoals knutselen, schilderen, gymnastiek of werken in het tuintje;
- samen met andere deelnemers een praatje maken en koffie/thee drinken, samen koken en eten of een spelletje spelen.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Thuiszorg M.O.C.



Telefoon:	024 - 6756760
E-mail:	info@thuiszorgmoc.nl
Website:	www.thuiszorgmoc.nl



DOELGROEP

Thuiszorg M.O.C. biedt dagbesteding voor volwassenen. Het gaat om mensen die hulp nodig hebben om hun dagen in te vullen. De dagbesteding past alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor de dagbesteding is niet altijd een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Als jouw naaste een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). Thuiszorg M.O.C. kan ook zelf bepalen of jouw naaste onder de Wet maatschappelijke ondersteuning valt. Als dit het geval is, hoeft jouw naaste niks te betalen.

't Personnebos



AANBOD

't Personnebos biedt ondersteuning in de vorm van dagbesteding. Dit gebeurt op en rond de (zorg)boerderij. Er is een agrarisch bedrijf waar zij melkvee, vleesvarkens en divers kleinvee houden. Jouw naaste kan hier op alle dagen meedoen aan groepsactiviteiten.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

't Personnebos biedt dagbesteding voor mensen van 65 jaar en ouder. Het gaat om mensen met een lichamelijke en/of geestelijke beperking. De dagbesteding past alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor 't Personnebos is een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Als jouw naaste een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). 't Personnebos kan ook zelf bepalen of jouw naaste onder de Wet maatschappelijke ondersteuning valt. Als dit het geval is, hoeft jouw naaste niks te betalen.



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met 't Personnebos.



Telefoon: 024 - 6777279
E-mail: info@personnebos.nl
Website: www.personnebos.nl
Adres: Bijsterhuizenstraat 12
6641 KL Beuningen

TVN Zorgt



AANBOD

TVN Zorgt biedt ondersteuning in de vorm van dagbesteding 'Pluk de Vruchten'. Er is een huiskamer met keuken en een eigen moestuin op het terrein van de Warmoes. Jouw naaste kan:

- op werkdagen meedoen aan groepsactiviteiten, die vooral met de tuin te maken hebben;
- samen met andere deelnemers koffie/thee drinken en warm lunchen.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

TVN Zorgt biedt dagbesteding voor mensen van met name 65 jaar en ouder. Het gaat om mensen met een kwetsbaarheid en/of dementie. De dagbesteding past alleen bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor TVN Zorgt is geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

TVN Zorgt rekent geen kosten voor de ondersteuning.



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met TVN Zorgt.



Telefoon:	085 – 0712812
E-mail:	plukdevruchten@tvnzorgt.nl
Website:	www.tvnzorgt.nl

Unik B.V.



AANBOD

Unik B.V. biedt ondersteuning in de vorm van buitenschoolse specialistische opvang.

Jouw kind kan:

- na school en in de vakanties meedoen aan een leuk en leerzaam activiteitenaanbod in kleine groepen;
- op een fijne plek, in een rustige omgeving, spelen met leeftijdsgenoten;
- werken aan individuele ontwikkeldoelen.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw kind.



DOELGROEP

Unik B.V. biedt buitenschoolse specialistische opvang voor kinderen van 4 tot 18 jaar.

Het gaat om kinderen met een ontwikkelingsachterstand en/of gedragsproblematiek. De buitenschoolse specialistische opvang past in de meeste gevallen alleen bij jouw kind als hij of zij thuis woont. In sommige situaties kan een kind helaas niet meedoen bij de buitenschoolse specialistische opvang.



AANMELDEN

Voor Unik B.V. is een indicatie nodig. De huisarts, specialist of een medewerker van Buurteams moet jouw kind aanmelden. Pas daarna wordt er tijdens een kennismakingsgesprek gekeken of de buitenschoolse specialistische opvang past bij jouw kind. Als het past kan jouw kind een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Unik B.V. heeft toestemming nodig van de gemeente Nijmegen om hulp te bieden. Met deze toestemming wordt de hulp betaald vanuit de Jeugdwet.



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw kind? Neem dan contact op met Unik B.V.



Telefoon: 088 – 2052369
Klant en aanmelding
E-mail: aanmelding@unik.nl
Website: www.unik.nl

Zinnig-in



AANBOD

Zinnig-in biedt ondersteuning in de vorm van creatieve dagbesteding.

Jouw naaste kan:

- op werkdagen meedoen aan de dagbesteding;
- veel ontdekken en leren op creatief gebied met verschillende materialen en technieken;
- werken met eigen ideeën en ontwerpen, zoals het maken van knuffels, kleding, breien, schilderen of werken met papier-maché;
- soms meewerken aan opdrachten voor bedrijven of organisaties, zoals het maken van vlaggenlijnen.

Wat er wordt gedaan, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Zinnig-in biedt dagbesteding voor mensen van alle leeftijden. Het gaat om mensen met een langdurige ziekte, beperking of psychische kwetsbaarheid. Dit kan bijvoorbeeld autisme, een ontwikkelingsachterstand, een verstandelijke of visuele beperking, of niet-aangeboren hersenletsel zijn. De ziekte of beperking kan nog net begonnen zijn of al verder gevorderd. De dagbesteding past bij jouw naaste als hij of zij zelfstandig thuis of in een zorginstelling woont. In sommige situaties kan iemand helaas niet meedoen aan de dagbesteding.



AANMELDEN

Voor Zinnig-in is een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of de dagbesteding past bij jouw naaste. Als het past kan jouw naaste een keer komen kijken en meedoen.



KOSTEN

Jouw naaste moet rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor).

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Zinnig-in.



Contactpersoon: Anne-Marie Groothuizen

Telefoon: 06 – 23974063
E-mail: info@zinnig-in.nl
Website: www.zinnig-in.nl



De Waalboog



AANBOD

De Waalboog biedt ondersteuning in de vorm van logeertzorg. Het verblijf is op locatie Joachim en Anna, Nijeveld of Lentsehof. Jouw naaste kan:

- een nacht, een paar dagen, een weekend, midweek of een week op een fijne plek komen logeren;
- meedoen aan groepsactiviteiten;
- samen met andere bewoners eten;
- ondersteuning en persoonlijke aandacht krijgen.

Wat er tijdens het verblijf gebeurt, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Joachim en Anna

De Waalboog biedt logeertzorg voor mensen met dementie op jonge leeftijd. Het gaat om mensen waarbij de diagnose dementie is gesteld vóór hun 65e levensjaar. In sommige situaties kan iemand hier helaas niet verblijven.

Nijeveld of Lentsehof

De Waalboog biedt logeertzorg voor mensen van met name 65 jaar en ouder. Het gaat om mensen met een vorm van dementie. In sommige situaties kan iemand hier helaas niet verblijven.



AANMELDEN

Voor De Waalboog is een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een telefonisch kennismakingsgesprek wordt gekeken of het verblijf past bij jouw naaste.



KOSTEN

Jouw naaste moet rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor).



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Neem dan contact op met De Waalboog.



Telefoon: 024 – 3826483
E-mail: zorgbemiddeling@waalboog.nl
Website: www.waalboog.nl

Entrea Lindenhout



AANBOD

Entrea Lindenhout biedt ondersteuning in de vorm van logeerszorg. Jouw kind kan:

- een weekend, soms twee weekenden, per maand op een fijne plek komen logeren;
- meedoen aan groepsactiviteiten of iets voor zichzelf doen;
- ondersteuning krijgen van jeugdzorgwerkers bij bijvoorbeeld omgaan met anderen, conflicten oplossen en afspraken en regels volgen.

Wat er tijdens het verblijf gebeurt, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw kind.



DOELGROEP

Entrea Lindenhout biedt logeerszorg voor kinderen van 6 tot 18 jaar waarbij de opvoeders ook al een andere vorm van jeugdhulp ontvangen. Het Logeerhuis is altijd aanvullende en tijdelijke hulp. Het gaat om kinderen met een normaal intelligentieniveau en een vorm van autisme, ADHD, trauma, hechtingsproblemen of andere psychiatrische problemen. In sommige situaties kan een kind hier helaas niet verblijven.



AANMELDEN

Voor Entrea Lindenhout is een indicatie nodig. De (huis)arts, een medewerker van Buurteams of jeugdbescherming moet jouw kind aanmelden. Voordat een aanmelding verder doorgezet wordt zal er eerst afstemming plaatsvinden. Pas daarna wordt er tijdens een kennismakingsgesprek gekeken of het verblijf past bij jouw kind.



KOSTEN

Entrea Lindenhout rekent geen kosten voor de logeerszorg.



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw kind? Neem dan contact op met Entrea Lindenhout.



Telefoon: 088 – 3563000
E-mail: entreeteam@entrealindhout.nl
Website: www.entrealindhout.nl

GrandCare



AANBOD

GrandCare biedt ondersteuning in de vorm van een logeervoorziening. Het verblijf is in het Logeerhuis, in het voormalige St. Jozef-klooster. Jouw naaste kan:

- verblijven in een studio in het Logeerhuis, dat 30 aparte studio's heeft;
- begeleiding krijgen om te helpen met het vinden van een dagelijks ritme of gewoon een luisterend oor en aandacht voor welzijn;
- 24 uur per dag, 7 dagen per week, hulp krijgen van het begeleidingsteam.

Wat er tijdens het verblijf gebeurt, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

GrandCare biedt een logeervoorziening voor mensen van 15 tot en met 100 jaar. Het gaat om mensen die om welke reden dan ook tijdelijke opvang nodig hebben.



AANMELDEN

Voor GrandCare is een indicatie nodig. Een verwijzer moet jouw naaste aanmelden. Pas daarna wordt er tijdens een kennismakingsgesprek gekeken of het verblijf past bij jouw naaste.



KOSTEN

GrandCare heeft toestemming nodig van de gemeente Nijmegen om deze logeervoorziening te bieden. Met deze toestemming wordt de logeervoorziening betaald vanuit de Jeugdwet. Als jouw naaste een Wmo-indicatie (Wet maatschappelijke ondersteuning) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). Als jouw naaste een pgb (persoons gebonden budget) heeft, kan het hieruit betaald worden.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Neem dan contact op met GrandCare.



GrandCare

Telefoon:	085 – 4011576
E-mail:	info@grandcare.nl
Website:	www.grandcare.nl
Adres:	Kerkstraat 65 6543KG Nijmegen

Hoeve Ruimzicht



AANBOD

Hoeve Ruimzicht biedt ondersteuning in de vorm van logeerszorg. Het verblijf is in het Logeerhuis 'Buitenplaats Ruimzicht'.

Jouw naaste kan:

- verblijven in een kamer in het Logeerhuis, dat 6 kamers heeft, met elk eigen sanitair;
- terecht in een omgeving met een christelijke identiteit;
- meedoen aan groepsactiviteiten bij de dagbesteding;
- genieten van een natuurlijke omgeving met boerderijdieren en wandelpaden op eigen terrein;
- ondersteuning en persoonlijke aandacht krijgen.

Wat er tijdens het verblijf gebeurt of nodig is aan zorg, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Hoeve Ruimzicht biedt logeerszorg voor mensen van alle leeftijden. Het gaat met name om mensen met dementie of geheugenproblematiek. In sommige situaties kan iemand hier helaas niet verblijven.



AANMELDEN

Voor Hoeve Ruimzicht is niet altijd een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden, jij kunt dat doen of een verwijzer meldt jouw naaste aan. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of het verblijf past bij jouw naaste.



KOSTEN

Als jouw naaste een Wmo-indicatie (Wet maatschappelijke ondersteuning) of een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). Er kan ook gekozen worden om de logeerszorg zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Hoeve Ruimzicht.

Hoeve
Ruimzicht

Telefoon: 06 – 20818750
E-mail: info@hoeve-ruimzicht.nl
Website: www.hoeve-ruimzicht.nl
Adres: Bloemendaalseweg 2D
3862 RN Nijkerk

Ons Dorpje Overeind



AANBOD

Ons Dorpje Overeind biedt ondersteuning in de vorm van een logeervoorziening. Het verblijf is in het logeerhuis. Jouw naaste kan:

- verblijven in een kamer in het logeerhuis, dat 2 kamers heeft;
- onderdeel uitmaken van een leefgemeenschap in een ecodorpje en zich er thuis voelen;
- ondersteuning en persoonlijke aandacht krijgen.

Wat er tijdens het verblijf gebeurt of nodig is aan zorg, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

Ons Dorpje Overeind biedt een logeervoorziening voor mensen van alle leeftijden. Het gaat om mensen die om welke reden dan ook tijdelijke opvang nodig hebben. In sommige situaties kan iemand hier helaas niet verblijven.



AANMELDEN

Voor Ons Dorpje Overeind is niet altijd een indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden, jij kunt dat doen of een verwijzer meldt jouw naaste aan. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of het verblijf past bij jouw naaste.



KOSTEN

Als jouw naaste een Wmo-indicatie (Wet maatschappelijke ondersteuning) of een Wlz-indicatie (Wet langdurige zorg) heeft, moet hij of zij rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor). Als jouw naaste een pgb (persoonsgebonden budget) heeft, kan het hieruit betaald worden. Daarnaast moet jouw naaste rekening houden met een eigen bijdrage van €25,- per nacht, voor de servicekosten van de kamer.

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Misschien wordt het verblijf vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Kijk voor meer informatie op de [website](#) van Zorgwijzer of neem contact op met jouw zorgverzekeraar of die van jouw naaste. Er kan ook gekozen worden om het verblijf zelf te betalen.

CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met Ons Dorpje Overeind.



Telefoon:	06 – 34032603
E-mail:	logeerhuis@onsdorpjeovereind.nl
Website:	www.onsdorpjeovereind.nl
Adres:	Overeind 24 3998 JA Schalkwijk

ZZG zorggroep



AANBOD

ZZG zorggroep biedt ondersteuning in de vorm van logeertzorg. Het verblijf is in wooncomplex Griffioen. Jouw naaste kan:

- samen met andere bewoners eten;
- meedoen aan groepsactiviteiten.

Wat er tijdens het verblijf gebeurt of nodig is aan zorg, hoelang en op welke dag(en) wordt besproken en afgestemd op jouw naaste.



DOELGROEP

ZZG zorggroep biedt logeertzorg voor mensen van alle leeftijden. Het gaat om mensen met lichamelijke klachten of dementie. In sommige situaties kan iemand hier helaas niet verblijven.



AANMELDEN

Voor ZZG zorggroep heb je geen indicatie nodig. Jouw naaste kan zichzelf aanmelden of jij kunt dat doen. Tijdens een kennismakingsgesprek wordt gekeken of het verblijf past bij jouw naaste.



KOSTEN

Jouw naaste moet rekening houden met een maandelijkse eigen bijdrage aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor).

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Misschien wordt het verblijf vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Kijk voor meer informatie op [website](#) van Zorgwijzer of neem contact op met jouw zorgverzekeraar of die van jouw naaste. Er kan ook gekozen worden om het verblijf zelf te betalen.



CONTACT

Wil je meer weten over dit aanbod of twijfel je of het past bij jouw naaste? Of heb je vragen over de kosten? Neem dan contact op met ZZG zorggroep.

Oog voor elkaar  ZZG zorggroep

Telefoon: 024 – 3017620
E-mail: zorgbemiddeling@zzgzorggroep.nl
Website: www.zzzgzorggroep.nl
Adres: Wooncomplex Griffioen
Voorstadslaan 267
6541 SP Nijmegen

Andere vormen van ondersteuning

Je hebt gelezen wat organisaties kunnen doen op het gebied van respijtzorg. In en rond Nijmegen zijn er nog meer organisaties met een vergelijkbaar aanbod. Helaas konden we niet van alle organisaties informatie opnemen. Deze Respijtzorg Wijzer is daarom niet volledig.

Ben je mantelzorger en heb je vragen of behoefte aan ondersteuning? Dan kun je contact opnemen met Mantelzorg Nijmegen, een mantelzorgmakelaar of de Mantelzorglijn van MantelzorgNL.

Heeft jouw naaste vragen of hulp nodig? Dan kan hij of zij terecht bij een onafhankelijke cliëntondersteuner.



MANTELZORG NIJMEGEN

Mantelzorg Nijmegen is er voor alle mantelzorgers in de gemeente Nijmegen. Zij heeft extra aandacht voor: jonge mantelzorgers, mantelzorgers met een migratie-achtergrond, GGZ-mantelzorgers en werkende mantelzorgers.

Wij, mantelzorgconsulenten van Mantelzorg Nijmegen, kunnen naar je luisteren. Zo kan jij even je hart luchten. We kijken samen hoe je goed kunt blijven zorgen voor je naaste en voor jezelf. Als het nodig is denken we mee over passende hulp of andere vormen van ondersteuning.

Bij ons kun je ook meedoen aan cursussen, (thema) bijeenkomsten, activiteiten en een gespreksgroep. We hebben ook aandacht voor de Week van de Jonge Mantelzorger en de Dag van de Mantelzorg. Hier kun je andere mantelzorgers ontmoeten en ervaringen delen.

Kosten en contact

Voor onze ondersteuning hoef je niet te betalen. Heb je een vraag of wil je graag met een mantelzorgconsulent praten? Neem dan contact met ons op. Je kunt bellen naar 088 – 0011333 of een e-mail sturen naar info@sterker.nl. Meer informatie vind je op onze [website](#).

Op de hoogte blijven

We sturen een paar keer per jaar e-mails met belangrijk nieuws voor mantelzorgers. Je leest hierin over onze cursussen en activiteiten voor jonge en volwassen mantelzorgers. Ook delen we informatie over ontwikkelingen rond mantelzorg in de gemeente Nijmegen. Wil je deze e-mails ontvangen? Stuur dan een e-mail naar info@sterker.nl

MANTELZORGMAKELAAR

Een mantelzorgmakelaar helpt je met alle regeltaken rond de zorg. Denk aan zorg en welzijn, wonen, inkomen, wet- en regelgeving en verzekeringen. Als het nodig is, kan de mantelzorgmakelaar deze taken tijdelijk van je overnemen. Dat geeft overzicht en overzicht zorgt voor rust.

De mantelzorgmakelaar helpt je ook om de balans tussen zorgtaken, werk en privé (weer) te vinden. Hij of zij luistert, geeft informatie en regelt zaken. Jij houdt daarbij altijd zelf de regie. Op deze [website](#) kun je een mantelzorgmakelaar bij jou in de buurt vinden.

Kosten

Deze ondersteuning is niet gratis. Vraag een mantelzorgmakelaar bij jou in de buurt naar het uurtarief. In veel gevallen kun je de kosten vergoed krijgen. Dat kan op verschillende manieren:

- **Via de zorgverzekering:**
Veel aanvullende verzekeringen vergoeden de kosten van een mantelzorgmakelaar. Zorgwijzer heeft hiervoor een [overzicht](#) gemaakt van zorgverzekeraars die dit vergoeden.
- **Via je werkgever:**
Soms betaalt je werkgever (een deel van) de kosten. Een goed geregelde zorgsituatie kan ook voor je werkgever fijn zijn. Bespreek dit met hem of haar.



MANTELZORGLIJN VAN MANTELZORGNL

De medewerkers van de Mantelzorglijn staan voor je klaar als mantelzorger. Je kunt hen bellen met vragen of voor advies over jouw situatie. Ook als je behoefte hebt aan een luisterend oor, kun je contact opnemen.

Meedenktraject

Je kunt ook met grotere vragen terecht bij de Mantelzorglijn. Bijvoorbeeld als je niet weet hoe je met een situatie om moet gaan of vastloopt en niet weet wie kan helpen.

Bij een meedenktraject helpt een medewerker van de Mantelzorglijn je langer. Je hebt dan regelmatig een belafsprake. De medewerker kijkt samen met jou wat er aan de hand is, denkt mee en helpt je dingen te regelen. Als het nodig is, word je doorverwezen naar de juiste hulp in de buurt.

Juridisch advies

Ook voor vragen over wetten en regels kun je bij de Mantelzorglijn terecht. Als je vraag moeilijker is, verwijst de medewerker je naar de afdeling Juridisch Advies. Ze helpen je ook als je een brief voor bemiddeling of bezwaar nodig hebt.

Kosten en contact

Voor deze ondersteuning hoef je niet te betalen. Je kunt bellen naar 030 – 7606055 of een e-mail sturen naar mantelzorglijn@mantelzorg.nl. Je kunt ook Whatsappen naar 06 – 27236854. Meer informatie vind je op de [website](#).

ONAFHANKELIJKE CLIËNTONDERSTEUNER

Jouw naaste kan vragen stellen of hulp krijgen van een onafhankelijke cliëntondersteuner. Deze helpt bij het nadenken over zorg en welke zorg het beste past. De cliëntondersteuner helpt ook bij het maken van keuzes.

Als jouw naaste een belangrijk gesprek heeft, kan de cliëntondersteuner helpen met de voorbereiding of meegaan naar het gesprek. Hij of zij komt op voor de belangen van jouw naaste. Iedereen die zorg nodig heeft, heeft recht op deze hulp. Dat staat in de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en de Wet langdurige zorg (Wlz).

Er zijn verschillende organisaties die deze ondersteuning geven, bijvoorbeeld:

- MEE Gelderse Poort
- De Kentering
- Zelfregiecentrum Nijmegen

Onafhankelijkheid

Een cliëntondersteuner werkt los van de gemeente en hulpverleners. Wat het beste is voor jouw naaste, is het belangrijkste.. Persoonlijke gegevens blijven veilig en geheim.

Kosten

Voor deze ondersteuning hoeft jouw naaste niet te betalen.



STERKER SOCIAAL WERK

Mantelzorg Nijmegen is onderdeel van Sterker Ouderenwerk en Sterker Sociaal Werk. Sterker Ouderenwerk heeft veel verschillende diensten. Die kunnen jou als mantelzorger misschien helpen.



Sterker Ouderenwerk

Sterker Ouderenwerk helpt mensen van 65 jaar en ouder. Ze helpen ook hun mantelzorgers in Nijmegen. Beroepskrachten en vrijwilligers geven praktische hulp. Ze kijken samen met jou hoe je naaste langer actief kan blijven en veilig kan blijven wonen.

Praktische hulp

- **Automaatje**
Moet jij of jouw naaste naar het ziekenhuis, de tandarts of de kapper, maar kun je niet met de bus? Een vrijwillige chauffeur brengt je en haalt je weer op.
- **Belastinghulp**
Heb jij of heeft jouw naaste moeite met het invullen van de belastingaangifte? Een getrainde vrijwilliger helpt bij eenvoudige aangiften.
- **Boodschappenhulp**
Kun jij of kan jouw naaste niet meer zelf de boodschappen doen? Een vrijwilliger gaat samen met jou naar de winkel of haalt de boodschappen voor je.
- **Computerhulp**
Heb je problemen met je computer, tablet of smartphone? Een vrijwilliger helpt je graag verder.
- **Klusservice**
Heb je hulp nodig bij kleine klusjes in huis? Een handige vrijwilliger helpt je hierbij.
- **Maaltijdservice**
Kun jij of kan jouw naaste niet goed koken? Een vrijwilliger van de Maaltijdservice bezorgt dagelijks een verse maaltijd, in samenwerking met Hofmans Catering.

Kosten en contact

Voor sommige vrijwilligersdiensten betaal je een kleine onkostenvergoeding. Wil je met iemand praten of je aanmelden voor een dienst? Of heb je een andere vraag? Neem dan contact op. Je kunt bellen naar 088 – 0017121 of een e-mail sturen naar ouderenwerk@sterker.nl. Meer informatie vind je op de [website](#).

HUISHOUDELIJKE HULP

Als je door gezondheidsproblemen je huishouden niet meer kunt doen, kun je hulp vragen bij de gemeente Nijmegen. Je kunt ook aan je zorgverzekeraar vragen of zij huishoudelijke hulp vergoeden. Of je huurt de hulp zelf in en betaalt zelf.

Via de gemeente Nijmegen

Als je het huishouden niet meer zelf kunt doen, kun je misschien hulp krijgen van de gemeente. Dit valt onder de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Er zijn regels en voorwaarden om hulp aan te vragen.

Voorwaarden:

- Je woont in Nijmegen en bent ouder dan 18 jaar.
- Je hebt hulp nodig door een beperking.
- Je partner of mensen met wie je woont kunnen je niet genoeg helpen.
- Je woont thuis en krijgt geen hulp via de Wet langdurige zorg (Wlz).

Regels:

- Je betaalt €20,60 per maand, ook als je geen hulp krijgt.
- Per woning krijg je maar één keer hulp, ook als meerdere mensen hulp nodig hebben.
- De hulp geldt alleen voor jouw woning.
- Als je een kamer huurt, kun je alleen hulp krijgen voor jouw kamer.

Contact

Wil je hulp aanvragen? Ga dan naar de [website](#) van de gemeente Nijmegen. Klik op 'Aanmelden voor Wmo-hulp: voorwaarden en regels' en daarna op 'Melden voor Wmo-hulp'. Klik naast het DigiD-logo op 'Online aanmelden'. Je kunt ook bellen naar 14024. De gemeente is op werkdagen bereikbaar van 9.00 tot 13.00 uur.

Via de zorgverzekeraar

Vraag bij je zorgverzekeraar naar de mogelijkheden.

Particulier inhuren

Als je zelf kunt betalen voor huishoudelijke hulp, kun je iemand particulier inhuren. Dat kan bijvoorbeeld via [Witte Werksters](#), [Homeworks](#), [Eefke](#), of [Tzorg](#). Let op: wij werken niet samen met deze organisaties en hebben er geen ervaring mee. Wees dus voorzichtig als je daarvoor kiest.

Heb je hulp nodig of wil je ergens anders huishoudelijke hulp zoeken? Ga dan naar een Stip bij jou in de buurt. Op deze [website](#) kun je een Stip bij jou in de buurt vinden.



Tips voor het overdragen van de zorg

Als je de zorg tijdelijk aan iemand anders geeft, kun je vragen hebben. Zoals: 'Zal het goed gaan?' of 'Wat moet ik regelen?'. Hieronder vind je tips van MantelzorgNL. Die kunnen je helpen bij het overdragen van de zorg.

VERZAMEL EN GEEF TIPS

Als je voor je naaste zorgt, denk je aan dingen die je vervanger moet weten. Bijvoorbeeld over de verzorging of het eten. Schrijf deze tips op als je eraan denkt en geef ze door aan je vervanger.

GEBRUIK EEN CHECKLIST

Je kunt de tips ook opschrijven op een checklist van MantelzorgNL. Zo vergeet je niets en kun je de informatie makkelijk terugvinden. Als je voor het eerst de zorg overdraagt, is deze checklist vooral handig.

- [Checklist tijdelijk overdragen van de zorg](#)
- [Checklist overdagen van de zorg van je partner](#)
- [Checklist overdragen van de zorg van je kind](#)

GA VAN TEVOREN KIJKEN

Gaat je naaste naar een plek buiten huis? Ga dan samen van tevoren even kijken. Als jij weet hoe het daar is, wordt het voor jullie allebei makkelijker om je voor te bereiden.

LAAT WETEN WAT JE ZOEKT

Praat met de organisatie waar je de vervangende zorg aanvraagt. Leg duidelijk uit wat de situatie is van je naaste. En welke zorg nodig is. De organisatie zoekt dan de juiste hulp voor je naaste.

WAT ALS DEGENE VOOR WIE JE ZORGT NIET WIL?

Het kan moeilijk zijn om je naaste te laten zien dat je tijd voor jezelf nodig hebt. De zorg die jij geeft is heel vertrouwd. Maar tijd voor jezelf is goed voor jullie allebei. Je krijgt er nieuwe energie van. Misschien kan een familielid, vriend of huisarts met je naaste praten. Iemand die jullie allebei vertrouwen, kan vaak goed helpen.

“Door de inzet van respijtzorg kon ik goed naar mijn werk en mijn sociale leven combineren met de zorg.”

Gezond mantelzorgen

JE GRENZEN BEWAKEN KAN LASTIG ZIJN

Volgens MantelzorgNL is het voor iedereen belangrijk om goed op jezelf te letten en te weten wat je wel en niet aankunt. Maar voor mensen die voor een naaste zorgen, dus mantelzorgers, is dit extra belangrijk. Vooral als je lang of veel zorgt of voor meer mensen tegelijk. Het kan snel gebeuren dat je jezelf voorbijloopt.

Het is belangrijk om gezonde grenzen te hebben. Zo kun je het zorgen volhouden, ook als het lang duurt. Je wil ook tijd hebben voor andere dingen zoals werk, school, je gezin en vrienden. Veel mantelzorgers vinden het moeilijk om die grenzen te houden.

Het is niet altijd makkelijk om tegen een naaste te zeggen wat je wel en niet kunt als je voor die persoon zorgt. Je wilt dat het goed gaat met je naaste en hem of haar helpen als dat nodig is. Maar soms merk je niet dat je te veel doet en voorbij gaat aan wat je zelf aankunt. Soms maakt het gedrag van je naaste het ook moeilijker om je grenzen aan te geven.

OVERBELASTING EN MANTELZORG

Merk je dat het allemaal teveel voor je wordt? Dan is het belangrijk om iets te veranderen. Zo voel je je weer beter, en dat is goed voor jou én voor je naaste. Maar hoe weet je eigenlijk of je te veel doet? En nog belangrijker: wat kun je doen om dit te voorkomen of beter te maken?

Herken je deze klachten?

- Je kunt last krijgen van je lichaam, zoals hoofdpijn, buikpijn, snel ademhalen, pijn in je nek, schouders of rug, duizelig zijn of heel moe zijn. Misschien eet je minder of juist heel veel.
- Je kunt ook dingen merken aan hoe je je voelt, zoals schuldgevoel, problemen met opletten, dingen vergeten, geen energie, slecht slapen of veel piekeren. Je kunt je ook gespannen voelen en snel huilen of boos worden.
- Ook kun je anders gaan doen, zoals onrustig zijn, snel geïrriteerd zijn, boos voelen, minder goed voor jezelf zorgen, meer gaan roken of drinken, of pillen gebruiken om rustig of juist wakker te worden.

Herken je dit? Doe dan iets om het beter te maken!



WAT KUN JE DOEN?

Zorg goed voor jezelf

Eet gezond, slaap genoeg en doe ook leuke dingen. Dit klinkt makkelijk, maar het is echt belangrijk. Je kunt pas goed voor iemand anders zorgen als je ook goed voor jezelf zorgt.

Praat erover op je werk

Het is belangrijk dat werk en mantelzorg goed samen gaan. Praat op je werk over hoe het met jou gaat en kijk of je bijvoorbeeld flexibeler kunt werken.

Draag de zorg tijdelijk over

Heb je geen tijd om uit te rusten? Is het moeilijk om mantelzorg te combineren met andere dingen? Dan kun je misschien iemand anders tijdelijk de zorg laten overnemen. Zo heb jij even tijd voor jezelf. Deze Respijtzorg Wijzer laat je zien wat er mogelijk is in en rondom Nijmegen.

Deel de zorg

Vraag op tijd hulp van familie, vrienden of mensen die er voor je kunnen zijn, zoals de huisarts of thuiszorg. Zij kunnen je steunen, advies geven of gewoon luisteren. Soms vergoedt je zorgverzekering een mantelzorgmakelaar. Die kan helpen met regelen, zodat jij meer tijd voor jezelf hebt.

Praat over je zorgen

Praten over wat je meemaakt kan helpen. Zoek contact met mensen die hetzelfde meemaken. Wij van Mantelzorg Nijmegen kunnen met je praten over je situatie en vertellen over bijvoorbeeld onze cursussen die jou kunnen helpen.

Vergoedingen door zorgverzekeraars

Welke vergoedingen kun je krijgen van je zorgverzekeraar om de zorg voor je naaste vol te houden en goed voor jezelf te zorgen? Zorgwijzer heeft een [overzicht](#) met alle vergoedingen.

DE VERGOEDINGEN PER ZORGVERZEKERAAR IN 2025

Bekijk wat zorgverzekeraars in hun aanvullende verzekeringen vergoeden voor:

- Mantelzorgmakelaars
- Mantelzorgcursussen
- Respijtzorg

BASISVERZEKERING

Iedereen in Nederland moet een zorgverzekering hebben. Die verzekering heet het basispakket. De overheid bepaalt welke zorg in het basispakket zit. Als je zorg uit het basispakket gebruikt, moet je een eigen risico betalen. Maar voor sommige zorg, zoals een bezoek aan de huisarts, betaal je geen eigen risico. Meer hierover lees je [hier](#). Voorbeelden van zorg uit het basispakket zijn: zorg van de huisarts en hulp van de wijkverpleegkundige.

AANVULLENDE VERZEKERING

Zorgverzekeraars hebben soms extra vergoedingen in hun aanvullende verzekering.

Aandachtspunt

Bel altijd eerst je zorgverzekeraar om te vragen of jij of degene voor wie je zorgt recht heeft op een vergoeding. Vraag ook naar de voorwaarden, hoe lang van tevoren je iets moet aanvragen en bij welke zorgverleners je terecht kunt. Veel zorgverzekeraars hebben nu zorgcoaches of adviseurs. Die kunnen je helpen met het regelen van zorg en wachten minder lang maken.

Tip

Sommige zorgverzekeraars geven op hun website uitleg over hoe ze mantelzorgers helpen. Ze hebben ook een telefoonlijn voor bijvoorbeeld hulp bij wachtlijsten. Soms kun je ook een mantelzorgmap, mantelzorgpas of andere gratis diensten krijgen. MantelzorgNL heeft een [lijst](#) met de meest gestelde vragen over zorgverzekeringen en mantelzorg.

“Een paar uur vrij van de zorg hielp me echt om weer op adem te komen.”

Wetten en regelingen

WETTEN

Als je mantelzorger bent, krijg je te maken met verschillende wetten en regels. In Nederland zijn er vier belangrijke zorgwetten: de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), de Wet langdurige zorg (Wlz), de Jeugdwet en de Zorgverzekeringswet (Zvw). Het kan moeilijk zijn om alles te begrijpen. Vooral als je naaste niet meer zelf kan beslissen. MantelzorgNL legt hieronder de belangrijkste wetten en regels makkelijk uit.

Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) helpt mensen om zo lang mogelijk thuis te wonen. Ook mantelzorgers kunnen hulp krijgen via de Wmo.

Wat regelt de Wmo?

De gemeente Nijmegen zorgt voor:

- huishoudelijke hulp, aanpassingen in het huis en vervoer;
- begeleiding, dagbesteding en logeervoorziening/logeerszorg;
- beschermd wonen voor mensen met psychische problemen.

Je vraagt hulp aan bij een Wmo-consulent of bij Buurtteams. De hulp krijg je via een persoonsgebonden budget (pgb), waarmee je zelf hulp regelt. Of als zorg die de gemeente regelt. Voor hulp via de Wmo betaal je een eigen bijdrage. Heb je een minimum inkomen? Dan kun je dat geld terugvragen bij je zorgverzekering.

Hoe werkt het?

De gemeente kijkt samen met jou en je naaste wat jouw naaste zelf kan doen. Zij kijkt ook naar wat jij en anderen kunnen doen en welke extra hulp nodig is. Als mantelzorger is het belangrijk dat je bij dit gesprek aanwezig bent, want het gaat ook over hulp voor jou.

Jeugdwet

De gemeente Nijmegen zorgt voor alle hulp aan kinderen en jongeren onder de 18 jaar via de Jeugdwet. Deze wet is voor kinderen die een beperking, stoornis, ziekte of problemen hebben tijdens het opgroeien. Heeft jouw kind zorg nodig? Dan kun je daarvoor bij de gemeente terecht.

Wat hoort bij de Jeugdwet?

De Jeugdwet regelt bijvoorbeeld:

- behandeling en begeleiding voor jongeren met psychische problemen of een verstandelijke beperking (soms ook met verblijf ergens);
- persoonlijke verzorging en tijdelijk ergens anders verblijven voor jongeren met een beperking of stoornis;
- vervoer naar en van jeugdhulp;
- pleegzorg.

Je kunt kiezen voor een persoonsgebonden budget (pgb) of zorg in natura (zorg die de gemeente regelt). Soms betaal je een eigen bijdrage.

Voor wie geldt de Jeugdwet niet?

De Jeugdwet geldt niet voor kinderen die:

- heel intensieve zorg nodig hebben (dit valt onder de Wet langdurige zorg);
- verpleging of intensieve kindzorg nodig hebben (dit valt onder de Zorgverzekeringswet);
- problemen hebben met horen, zien of voelen (dit valt ook onder de Zorgverzekeringswet).

Logeeropvang als oplossing

Als je veel voor je kind zorgt en even rust nodig hebt, kan een logeervoorziening of logeerszorg helpen. De kosten worden soms vergoed via de Jeugdwet of de Wet langdurige zorg (Wlz), als je kind een Wlz-indicatie heeft.

Wet langdurige zorg (Wlz)

Soms heeft iemand voor lange tijd veel zorg nodig, bijvoorbeeld door een ernstige beperking of psychische problemen. Dit wordt geregeld via de Wet langdurige zorg (Wlz).

Wat is de Wlz?

De Wlz is voor mensen die 24 uur per dag zorg of toezicht nodig hebben, bijvoorbeeld:

- ouderen met vergevorderde dementie;
- mensen met een ernstige verstandelijke, lichamelijke, of zintuiglijke beperking.

Om zorg via de Wlz te krijgen, heb je goedkeuring nodig van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). Als je twijfelt of de Wlz geschikt is, kun je online een [Wlz-check](#) doen.

Zorgverzekeringswet (Zvw)

Verpleging en verzorging thuis wordt geregeld via de Zorgverzekeringswet (Zvw). Dit hoort bij je zorgverzekering. Die bestaat uit een basisverzekering, die iedereen moet hebben, en een extra verzekering die je zelf kunt kiezen.

Wat regelt de Zvw?

De Zvw regelt bijvoorbeeld:

- verpleging en verzorging thuis, zoals thuiszorg;
- zorg van de huisarts, apotheek of het ziekenhuis;
- behandeling bij problemen met horen, zien of voelen;
- de eerste drie jaar verblijf in een psychiatrische instelling;
- zorg voor kinderen die intensieve medische zorg nodig hebben.

De rol van de wijkverpleegkundige

De wijkverpleegkundige is belangrijk bij zorg thuis. Zij:

- kijkt welke zorg nodig is en regelt dit;
- overlegt met jou en je naaste;
- zorgt voor contact met andere zorgverleners, zoals de huisarts.

Zorg voor kinderen

Kinderen met ernstige medische problemen kunnen intensieve zorg krijgen via de Zvw. Dit geldt bijvoorbeeld voor kinderen met een langdurige ziekte of kinderen die zorg nodig hebben in de laatste fase van hun leven.

VERLOFREGELINGEN

Één op de vijf mensen in Nederland werkt en zorgt voor een naaste. Dat kan zwaar zijn. Daarom is steun belangrijk.

Als je werkt heb je recht op verschillende soorten verlof, zoals:

- calamiteitenverlof (bij noodsituaties);
- de Wet flexibel werken (bijvoorbeeld andere werktijden);
- kortdurend zorgverlof;
- langdurend zorgverlof.

Soms staan er in jouw cao andere afspraken over verlof. Die afspraken zijn dan belangrijker dan de wet. Sommige werkgevers bieden extra hulp aan mantelzorgers. Lees je cao goed door, zodat je weet wat je kunt regelen.

Calamiteitenverlof

Als je werkt, kun je calamiteitenverlof opnemen bij een noodsituatie. Dit is voor momenten waarop je direct iets moet regelen. Bijvoorbeeld als je kind plotseling ziek wordt of een naaste overlijdt. Calamiteitenverlof duurt meestal een paar uur tot een paar dagen. Dit spreek je afhankelijk van de situatie af met je werkgever. Tijdens dit verlof krijg je meestal gewoon doorbetaald, behalve als er in je cao iets anders staat. Meer informatie vind je op deze [website](#).

Flexibel werken

Als je werkt, kun je vragen of je andere werktijden kunt krijgen of minder uren kunt werken. Dat kan helpen om werk en zorg beter te combineren. De Wet flexibel werken geeft je het recht om te vragen of je thuis mag werken of op andere tijden mag werken. Je kunt ook vragen om minder uren te werken. Praat met je werkgever over je situatie. Samen kunnen jullie kijken naar mogelijkheden zoals flexibele werktijden, thuiswerken of parttime werken. Je werkgever mag dit verzoek ook weigeren. Meer informatie staat op deze [website](#).

Kortdurend zorgverlof

Als je werkt, kun je kortdurend zorgverlof opnemen. Dit verlof is voor situaties waarin je voor je naaste moet zorgen. Je hebt recht op twee keer het aantal uren dat je per week werkt. Werk je bijvoorbeeld 24 uur per week, dan krijg je 48 uur verlof per jaar. Je kunt deze uren in één keer of verspreid opnemen, in overleg met je werkgever. Tijdens dit verlof krijg je minimaal 70% van je loon. In sommige cao's gelden andere afspraken. Je werkgever mag je aanvraag meestal niet weigeren, alleen als het bedrijf in grote problemen komt. Meer informatie vind je op deze [website](#).

Langdurend zorgverlof

Als je werkt, kun je langdurend zorgverlof opnemen. Dit verlof is voor als je langere tijd voor je naaste moet zorgen. Je hebt recht op zes keer het aantal uren dat je per week werkt. Werk je bijvoorbeeld 32 uur per week, dan krijg je 192 uur verlof per jaar. Je moet het verlof minstens twee weken van tevoren schriftelijk aanvragen bij je werkgever. Het verlof is meestal onbetaald, behalve als er in je cao iets anders staat. Je werkgever mag je aanvraag niet weigeren, behalve als het bedrijf daardoor in grote problemen komt. Meer informatie vind je op deze [website](#).

BELEMMERENDE WET- EN REGELGEVING

Mantelzorgers spelen een steeds grotere rol in de zorg in Nederland. Het grootste deel van de zorg wordt gegeven door mantelzorgers en vrijwilligers. Je zou verwachten dat zorgen voor een naaste dan makkelijker wordt. Maar in de praktijk maken regels het soms juist moeilijk voor mantelzorgers.

Bijstandsuitkering en machtiging pinpas zorgvrager

Als je een bijstandsuitkering hebt en je mag de bankzaken van je naaste regelen, kan dit problemen geven. Soms kan je uitkering zelfs worden stopgezet. Dit gebeurde bij een mantelzorger die niet had doorgegeven aan de uitkeringsinstantie dat zij de bankrekening van haar naaste beheerde. Ze vertelde haar verhaal in het TV-programma Radar op 27 november 2017.

Bijstandsuitkering en samenwonen

Als je een bijstandsuitkering hebt, kan je uitkering lager worden als je meer dan drie nachten per week bij je naaste blijft slapen.

Kostendelersnorm

Als je met je naaste gaat samenwonen en je hebt een bijstandsuitkering, wordt je uitkering lager. De overheid gaat er dan van uit dat je kosten samen kunt delen. Maar zorgen voor een naaste kost ook geld, zoals voor was, reizen en telefoonkosten. Soms moet het huis ook worden aangepast.

Mantelzorgurgentieverklaring

Als je dichterbij je naaste wil wonen of je naaste dichterbij jou dan kun je een mantelzorgurgentieverklaring aanvragen. Dit doe je bij een woningcorporatie in Nijmegen. De Regionale Urgentiecommissie beslist daarna of je de verklaring krijgt.

Mantelzorgverklaring

Als je een woning of unit voor je naaste in de tuin wilt plaatsen, kan dat soms zonder vergunning. Dit kan alleen als er echt sprake is van mantelzorg. De gemeente kan vragen om een mantelzorgverklaring. Er bestaat geen officiële verklaring, maar een huisarts kan deze wel afgeven. Huisartsen doen dit niet altijd. Hierdoor duurt het aanvragen soms lang en word je van het kastje naar de muur gestuurd. Meer informatie vind je op deze [website](#).

Medehuurderschap

Een medehuurder heeft dezelfde rechten als de hoofdhuurder. Als je in de huurwoning van je naaste wilt gaan wonen, ben je niet automatisch medehuurder. Je kunt medehuurderschap aanvragen als je minstens twee jaar samenwoont en samen een huishouden hebt. Je vraagt dit aan bij de woningcorporatie. Elke woningcorporatie heeft eigen regels en het is niet altijd zeker dat je aanvraag wordt goedgekeurd. Het is belangrijk om hier goed over na te denken voordat je gaat samenwonen. Als je naaste binnen twee jaar komt te overlijden, mag je niet in de woning blijven. Je krijgt vaak zes maanden om een andere woning te vinden.

Ontmoediging persoonsgebonden budget (pgb) voor mantelzorgers

Als je naaste een pgb heeft kan hij of zij ervoor kiezen om zelf zorg te regelen. Dat kan bijvoorbeeld door jou als mantelzorger in te huren. Sommige gemeenten geven geen pgb als ze weten dat de mantelzorger daaruit betaald wordt. Ze zijn bang dat meer mantelzorgers een pgb willen om daaruit betaald te worden, terwijl het om zorg gaat die eigenlijk al nodig is.

Sollicitatieplicht

Als je een WW-uitkering hebt kun je zes maanden vrijstelling krijgen van solliciteren. Dit kan als je veel zorgt voor je naaste. Na zes maanden moet je weer solliciteren, ook als dit moeilijk te combineren is met de zorg. Voor mantelzorgers met een bijstandsuitkering zijn er geen vaste regels. De gemeente beslist per persoon of je tijdelijk niet hoeft te solliciteren.

Handige websites

LOKALE WEBSITES

Gemeente Nijmegen

De gemeente Nijmegen is er voor iedereen die in de gemeente Nijmegen woont.

Mantelzorg Nijmegen

Mantelzorg Nijmegen is er voor mantelzorgers die in de gemeente Nijmegen wonen.

Vraaghulp

Vraaghulp wijst de weg naar een organisatie in jouw buurt die jou verder kan helpen.

Wegwijzer024

Wegwijzer024 is de sociale kaart voor welzijn, wonen en ontmoeten in Nijmegen.

LANDELIJKE WEBSITES

Kennisloket Blijvende Zorg

Het Kennisloket geeft informatie over ouderenzorg en hulp en zorg die past bij de situatie.

MantelzorgNL

MantelzorgNL is er voor alle mantelzorgers en geeft informatie over alles wat met mantelzorg te maken heeft.

Patiëntenfederatie

Patiënten federatie Nederland is er voor alle mensen die zorg nodig hebben.

Per Saldo

Per Saldo is er voor mensen met (interesse in) een persoonsgebonden budget (pgb).

Regelhulp

Regelhulp geeft informatie over hulp en zorg. Regelhulp geeft ook uitleg over de zorgwetten.

Rijksoverheid

De Rijksoverheid geeft informatie over mantelzorg en je vindt hier handige websites.

Werk & Mantelzorg

Werk & Mantelzorg is er voor werkgevers en organisaties die mantelzorgvriendelijk willen werken.

Zorgwijzer

Zorgwijzer geeft informatie over alle zorgverzekeringen. Hier kun je aanvullende zorgverzekeringen vergelijken op de punten die voor jou belangrijk zijn.

Nawoord

Voor de Respijtzorg Wijzer hebben wij informatie verzameld over respijtzorg in en rondom Nijmegen. We hopen dat je hierin vindt wat je zoekt. En dat het je helpt.

Heb je nog vragen? Of kun je niet vinden wat je nodig hebt? Neem dan contact op met de organisatie of met ons.

Wil je eerst met iemand praten over jouw situatie? Dan kun je bij ons terecht. Wij luisteren naar je en denken met je mee. Als het nodig is, verwijzen we je door.

Nijmegen, februari 2026

Marie Louise van der Ploeg, Hester Siemons, Loes Hendrickx, Wendy van de Putte & Jehzira Huwaë
Mantelzorgconsulenten van Mantelzorg Nijmegen

Telefoon **088 – 0011333**
E-mailadres **info@sterker.nl**

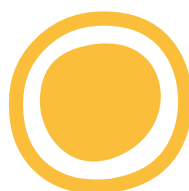
Bekijk ook onze [website](#), volg ons op [Facebook](#), [Instagram](#) of [LinkedIn](#).

“Het gaf me ruimte om te ontspannen en mijn zorgen even los te laten.”

– Mantelzorger

Bronvermelding

- Rapport ‘Voor elkaar?’ van het Sociaal Cultureel Planbureau (SCP)
- Website Gemeente Nijmegen
- Website MantelzorgNL & Factsheet
De maatschappelijke waarde van Mantelzorg
- Website Movisie & Rapport ‘Respijtzorg: een adempauze voor mantelzorgers’
- Website Rijksoverheid
- Website Sterker Ouderenwerk
- Website Werk & Mantelzorg



sterker
Mantelzorg
Nijmegen