

Respijtzorg

2023



www.welzijnbergen.nl



**Stichting
Welzijn
Bergen**

Even tijd voor uzelf, zonder zorgen om uw dierbare

Als een dierbare langdurig ziek wordt, ga je geleidelijk aan meer zorgen. Vanzelfsprekend. U wordt mantelzorger, iemand die onbetaalde zorg geeft aan een naaste met een ziekte of handicap. Er is aandacht en zorg voor de ander, maar... hoe gaat het eigenlijk met uzelf?

Respijtzorg is zorg bij dementerende ouderen en chronisch zieken met als doel ondersteuning te bieden in de thuissituatie zodat de verzorger even aan zichzelf toekomt.

In deze folder geven we u een (beknopt) overzicht van de mogelijkheden om de mantelzorger te ontlasten.

Vrijwilligers

Een vrijwilliger om uw dierbare gezelschap te houden en dan bijvoorbeeld een eindje te wandelen of samen de krant te lezen, foto's te kijken en een kopje thee te drinken.

Bij de volgende organisaties kunt u een beroep doen op vrijwilligers:

- Stichting Welzijn Bergen
- Team Vrijwillig

Particulier

Onderstaande organisaties verzorgen tegen betaling mantelzorgondersteuning. Deze professionals kunnen samen met de zorgvrager gaan wandelen, koken of een spelletje doen. U geeft aan waar behoefte aan is.

Bij o.a. de volgende organisaties kunt u aanvullende mantelzorgondersteuning aanvragen:

- Saar aan Huis
- Zorgmies
- Seniorservice
- Bijzorg
- Home in Stead

Handen in Huis

Handen in Huis is er om u als mantelzorger te ontlasten. Ze willen u graag de mogelijkheid bieden om er even tussenuit te gaan en op te laden. Een vrijwilliger van Handen in Huis komt u, in uw eigen huis, 3 aaneengesloten dagen en 2 nachten of langer vervangen. Dit is mede afhankelijk van uw wensen.

Ouderenzorg in Huis

Met de zorg van Ouderenzorg in Huis kan de zorgvrager thuis blijven wonen met behulp van een inwonende 24-uurs zorgverlener

Zorgboerderijen

Een zorgboerderij is een instelling voor dagbesteding voor mensen die zorg of begeleiding nodig hebben. U kunt er bijvoorbeeld dieren verzorgen of werken in een groente- of bloementuin.

In de buurt zijn o.a. de volgende zorgboerderijen:

- De Noorderhoeve: Schoorl
- Zorgboerderij Boeiend: Warmenhuizen
- Zorgboerderij Egmondermeer
- Zorgboerderij De Vrijheid: Warmenhuizen
- Zorgboerderij De Maartenshoeve: Egmond
- De Klompenhoeve: Egmond
- Scorlewald: Schoorl

Dagbesteding

Dagbesteding bestaat uit activiteiten overdag met een groep mensen, onder begeleiding van professionals. De zorgvrager ontmoet andere mensen en heeft een zinvolle invulling van de dag.

Voorbeelden van dagbesteding in de buurt:

- Oudtburgh: Bergen
- Warm Thuis: Oterleek
- Westervenne: Heiloo
- Amada Atelier: Bergen
- De Zilvermeeuw: Alkmaar

Tijdelijk opname

Soms is het als mantelzorger nodig om de zorg voor je naaste tijdelijk over te dragen aan een ander. Misschien omdat je ziek bent of op vakantie wilt. Het kan ook zijn dat je overbelast dreigt te raken en af en toe de zorg even helemaal los moet kunnen laten. Voor dit soort momenten is er tijdelijke opname mogelijk.

In de buurt zijn o.a. de volgende mogelijkheden:

- Warm Thuis logeershuis
- Respijthuis Alkmaar
- 't Huis Lioba: Egmond
- Bregthoeve: Schoorl (vanaf 1 juni 2023)
- De Marke: Bergen
- Oudtburgh: Bergen

Samen Bewegen

Onderstaande activiteiten zijn bedoeld voor mensen die extra ondersteuning nodig hebben. Terwijl de zorgvrager lekker bezig is heeft u even tijd voor uzelf. U kunt er natuurlijk ook voor kiezen om samen met uw partner hieraan deel te nemen.

- Sport-Z heeft een ruim aanbod aan activiteiten voor mensen die extra zorg nodig hebben
- Duo fiets met een vrijwilliger van Stichting Welzijn Bergen of met iemand uit het eigen netwerk
- Dans wat je kan
- Buurtsportcoach

Inloop activiteiten

Er zijn verschillende inloop mogelijkheden in de gemeente Bergen. Ontmoeten is hierbij een belangrijk thema. De zorgvrager kan hier heen zodat de mantelzorger bijvoorbeeld tijd heeft om even te winkelen, maar u kunt er natuurlijk ook voor kiezen om samen heen te gaan.

- Hof van Heden: Bergen: met aandacht voor tuinieren
- Koffie ochtenden van Stichting Welzijn Bergen in Bergen-Egmond-Schoorl

Informele hulp

Er zijn genoeg mensen die graag iets voor een ander doen. Ook al bieden zij dat niet altijd uit zichzelf aan. Misschien zijn er bekenden die er al wel eens aan hebben gedacht om u hun hulp aan te bieden. Uw vraag helpt hen over de drempel.

U zou bijvoorbeeld hulp kunnen vragen aan uw buren, kennissen, vrienden en familie. Het kan ook zijn dat zij weer iemand kennen, die u kan helpen.

Handige website

www.mantelzorgvrij.nl

Hier komt vraag en aanbod van respijtzorg bij elkaar. Ben je mantelzorger en wil je graag een paar uur, een dag (of meer) vrij zijn van de zorg voor je naaste? Dan vind je hier misschien de oplossing.

Tot slot

Wellicht zit er in uw aanvullend pakket van uw zorgverzekering een vergoeding voor mantelzorgondersteuning.

In sommige situaties kunt u ook gebruik maken van een tegemoetkoming via de WMO: 072-8880000

De Mantelzorgmakelaar kan u helpen met informatie over wet- en regelgeving wat betreft mantelzorgondersteuning:
tel. 0224-745059

Bovenstaande informatie is niet compleet maar is bedoeld om uw inzicht te geven in de verschillende mogelijkheden van respijtzorg.

Mocht u hier meer over willen weten of gewoon eens over uw situatie willen praten dan kunt u ook contact opnemen met het Steunpunt Mantelzorg Bergen: 072- 5095267 of steunpuntmantelzorg@welzijnbergen.nl

U kunt bovenstaande folder ook bekijken op onze website:
www.welzijnbergen.nl/folderrespijt

Heeft u vragen?

Neem dan gerust contact op met één van de wijksteunpunten van Stichting Welzijn Bergen.

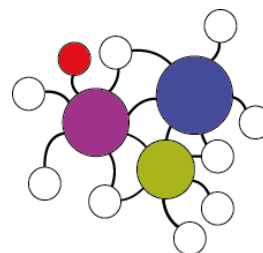
Op werkdagen tussen 09.00 en 12.00 uur bereikbaar op:

Wijksteunpunt Bergen: T 072 - 582 14 50
Binnenhof 9-11, 1861 JW Bergen

Wijksteunpunt Egmond: T 072 - 506 52 04
Hanswijk 1B, 1934 CP Egmond a/d Hoef

Wijksteunpunt Schoorl: T 072 - 509 52 67
De Sanderij 7, 1871 ER Schoorl

www.welzijnbergen.nl



Algemeen Nut
Beogende Instelling
ANBI

**Stichting
Welzijn
Bergen**