



KEUZEWIJZER DEMENTIE

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

**hulp bij
dementie**
maastricht & heuvelland

MAASTRICHT
HEUVELLAND

2025

Colofon

redactie

Judith Lansink
Roos Roberts
Rani Knops
Huda Zeroual
Zoë Ekkerink

vormgeving en opmaak

Armand Bonné, BURO BONNÉ

fotografie

Joey Roberts

Inleiding

**U bent op zoek naar informatie of ondersteuning.
Met deze gids willen we u daarbij helpen.**

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

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

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

Leeswijzer

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

Voor de contactinformatie gebruiken we de volgende afkortingen:

A voor adres;

W voor website;

T voor telefoonnummer;

E voor e-mailadres.

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

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

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

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

E keuzewijzer@maastrichtuniversity.nl

Inhoudsopgave

WAT HOUDT U BEZIG?		
1	Is het dementie of niet?	6
1.1	Waar kan ik meer informatie vinden over de eerste symptomen van dementie?	7
1.2	Wie stelt de diagnose?	8
2	Dementie en nu...?	10
2.1	Wie kan ons verder helpen na de diagnose dementie?	11
2.2	Ik wil begrijpen wat er in mijn naaste met dementie omgaat en hoe ik hiermee om kan gaan	15
2.3	Waar kan ik lotgenoten ontmoeten?	19
2.4	Welke zaken zijn verstandig om te regelen, nu dit nog samen kan?	21
3	Samen leven met dementie	24
3.1	Hoe behoud ik ons sociale netwerk en waar kunnen we nieuwe contacten opdoen?	25
3.2	Welke activiteiten zijn er voor mensen met (beginnende) dementie?	27
3.3	Op vakantie	32
4	Ondersteuning thuis organiseren	38
4.1	Wat kan ik doen om de zorg thuis zo lang mogelijk vol te houden?	39
4.2	Waar kan ik terecht voor ondersteuning in en om huis?	40
4.3	Hoe zorg ik voor de juiste hulpmiddelen in en om huis?	44
4.4	Ik wil of kan niet meer zelf voor het eten zorgen. Waar kan ik terecht?	46
4.5	Waar vind ik informatie over vervoer op maat?	48
5	Zorg uit huis	50
5.1	Welke mogelijkheden voor zorg uit huis zijn er in mijn omgeving?	52

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

BIJLAGEN		
1	Websites, boeken, kinderboeken en films/documentaires over dementie	63
2	Huiskamers in Maastricht-Heuvelland	68
3	Buurtbrök in Maastricht	74
4	Wijkservicepunten in Maastricht	75
5	Dagbestedingsmogelijkheden bij woonzorgcentra	76
6	Bijzondere dagbestedingsmogelijkheden	78
7	Zorgboerderijen in Maastricht-Heuvelland	80
8	Thuiszorgorganisaties	81
9	Respijtzorg	85
10	Kleinschalig wonen	86
11	Zorgcentra	87

1

Is het dementie of niet?

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

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

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

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

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

een mantelzorger • 73 jaar

INFORMATIE OVER EERSTE SYMPTOMEN VAN DEMENTIE

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

1.2 Wie stelt de diagnose?

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

U kunt zich voorbereiden op het gesprek met de huisarts door op [W dementie.nl](http://dementie.nl) te lezen over de signalen van dementie. Ook leest u er meer over wat u van de huisarts kunt verwachten.

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

GGZ

DE DIAGNOSE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Huisarts	Onderzoek en diagnose.	Maak een afspraak bij uw huisarts, indien nodig verwijst hij/zij u door naar een specialist BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
Geheugenpoli van MUMC+	Onderzoek en diagnose.	Aanmelden met verwijsbrief van de huisarts T 043 - 38 77 100 W mumc.nl ► geheugenpoli INFORMEREN BIJ DE ZORGVERZEKERING
Diagnostisch Onderzoekscentrum Psychogeriatric (DOC-PG) van MUMC+	Onderzoek en diagnose voor ouderen met meerdere gezondheidsproblemen.	Aanmelden met verwijsbrief van de huisarts T 043 - 38 77 100 W mumc.nl ► DOC-PG BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
Mondriaan	Onderzoek, diagnostiek en behandeling bij complexe diagnostiek en indien naast de dementie er psychische problemen spelen.	Aanmelden met verwijsbrief van de huisarts T 088 - 506 63 63 W mondriaan.eu ► DOC-PG BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
MET ggz	Onderzoek en diagnose, indien nodig bij u thuis.	Aanmelden met verwijsbrief van de huisarts T 043 - 32 99 699 E info@metggz.nl W metggz.nl BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
Lionarons GGZ	Onderzoek en diagnose, indien nodig bij u thuis.	Aanmelden met verwijsbrief van de huisarts T 088 - 166 11 00 E info@lionarons-ggz.nl W lionarons-ggz.nl BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO

“Mijn vrouw, 67 jaar, heeft ernstige symptomen van vergeetachtigheid. Ze wil er niets van weten, ze wil niet naar de huisarts en ze wil er ook niet met de kinderen over praten. Er is immers echt niets aan de hand! Ik ben naar de huisarts gestapt en heb de situatie besproken. De huisarts heeft de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) ingeschakeld.

Zij kwamen bij ons thuis en na een paar gesprekken stond mijn vrouw toch open voor onderzoek en was de diagnose zo gesteld, waardoor we passende hulp konden krijgen.”

mantelzorger • 68 jaar

2

Dementie en nu...?

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

2.1 Wie kan ons verder helpen na de diagnose dementie?

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

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

mantelzorger van iemand met gevorderde dementie

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

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

mantelzorger van iemand met dementie

PROFESSIONALS DIE U VERDER HELPEN NA DE DIAGNOSE DEMENTIE

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

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Begeleiding Mondriaan	Begeleiding en behandeling bij complexe diagnostiek en indien naast de dementie er psychische problemen spelen.	Uw huisarts verwijst u door. T 088 - 506 63 63 W mondriaan.eu BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
Ergotherapeut	Hulp bij het zo zelfstandig mogelijk functioneren van de persoon met dementie, het ondersteunen van de mantelzorgers en uitleg/uitproberen over te gebruiken hulpmiddelen.	Informeert naar de mogelijkheden via uw huisarts. W edomah.nl ► zoek een ergotherapeut 10 BEHANDELINGEN BASISVERZEKERING EN EIGEN RISICO
Centrum Bijzondere Tandheelkunde (CBT), Sittard	Mondzorg voor mensen voor wie behandeling in een reguliere praktijk moeilijk of onmogelijk is. Onder andere mensen met dementie.	A Bradleystraat 23, 6135 CV, Sittard T 046 - 303 01 35 E info@bijzonderetandarts.nl W bijzonderetandarts.nl ► geriatische-tandheelkunde INFORMEER NAAR DE KOSTEN (AFHANKELIJK VAN BEHANDELING)
Steunpunt Mantelzorg Zuid, algemeen:	Steunpunt Mantelzorg Zuid informeert, adviseert en begeleidt mantelzorgers. Ook zet het steunpunt bekwame en betrokken vrijwilligers in om de mantelzorgers tijdelijk te ontlasten.	T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl GRATIS
Steunpunt Mantelzorg Zuid, jonge mantelzorgers	Webpagina's voor en over jonge mantelzorgers	T 043 - 321 5046 E info@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl ► jonge mantelzorgers
Mantelzorgconsulent van Steunpunt Mantelzorg Zuid	Helpt bij allerlei regeltaken op het gebied van zorg, arbeid, welzijn, wonen of financiën. Hierdoor hoeft u zelf minder te regelen en komt u snel bij het juiste loket.	Steunpunt Mantelzorg Zuid: T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl GRATIS
Mantelzorgmakelaar en cliëntondersteuning via TriaCura Mantelzorgmakelaars Zuid-Limburg	Helpt op het gebied van uitzoekwerk en regeltaken. De aandachtsgebieden zijn zorg, wonen, welzijn, financiën en werk.	T 06 - 22 90 83 92 T 06 - 57 23 00 93 E info@triacura.nl W triacura.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Mantelzorgmakelaar via zorgverzekering	Om regeltaken van de mantelzorger over te nemen.	Informatie algemeen: W mantelzorgmakelaar.nl Aanvragen bij uw zorgverzekeraar AANVULLENDE VERZEKERING
Mantó	Informatie, advies, tips, persoonlijke hulp, scholingsactiviteiten en de contactgegevens van alle steunpunten door heel Limburg.	T 046 - 42 08 159 E info@manto.nu W manto.nu
Mantelzorg.NL landelijke vereniging die opkomt voor iedereen die zorgt voor een ander	Zorg je voor ee ander en heb je vragen? Wil je graag een advies over je persoonlijke situatie? Of heb je behoefte aan een luisterend oor? De medewerkers van de Mantelzorglijn staan voor u klaar.	Algemeen: Mantelzorg.NL T 030 - 65 92 222 (€ 0,10 ct /min.) E mantelzorglijn@mantelzorg.nl W mantelzorg.nl Mantelzorglijn: Bereikbaar via telefoon, WhatsApp en e-mail: T 030 - 76 06 055 E mantelzorglijn@mantelzorg.nl (reactie binnen 3 werkdagen) LIDMAATSCHAP: €23/JAAR
Centrum voor Levensvragen, Heuvelland	Begeleiding bij levens- en zingevingsvragen in de thuissituatie. Door de tijd te nemen om bij deze vragen stil te staan, kan iemand tot draagkracht en rust komen, wat het welzijn verhoogt.	Aanvraag begeleiding via: T 0900 - 72 55 486 Informatie: W palliaweb.nl ► netwerkzorg ► Heuvelland KOSTELOOS
Meldpunt Stichting Samen	Voor mensen die problemen ervaren met zorg en welzijn of hier vragen over hebben. U kunt ook terecht als u uw ervaring wilt delen. Het kan bv. gaan over mantelzorg, het persoonsgebonden budget, de Wet langdurige zorg, etc.	Woensdag en donderdag van 11.30 - 14.30 uur T 06 - 83 82 46 85 E samenonbeperkt@gmail.com W samenonbeperkt.nl

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

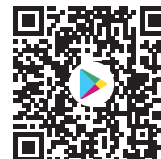
"Ik heb veel aan de cursus Partner in Balans gehad, het is een goed hulpmiddel. Vooral door er actief mee bezig te zijn, durf ik nu ook meer te lezen. Ik heb geleerd dat je zelf ook heel veel invloed hebt op degene met dementie (trucjes van veilige omgeving, regelmaat en één boodschap per keer, versimpelen)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

deelnemer 'Partner in Balans'



Dementiegame

scan de QR code om de app te downloaden



OMGAAN MET DEMENTIE

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



AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Dialogen rondom Dementie	Lezingen over diverse onderwerpen in het MUMC+ (4 keer per jaar).	<p>E dialogen@alzheimercentrumlimburg.nl W alzheimercentrumlimburg.nl ► maatschappelijk U hoeft zich niet aan te melden.</p> <p>GRATIS</p>
Partner in Balans, een onlinecursus voor naasten van mensen met dementie.	De onlinecursus is gericht op het behouden van een gezonde balans in het dagelijks leven. Gedurende 8 weken krijgt u verdiepende informatie over het thema en leert u reflecteren op uw persoonlijke situatie. U wordt daarbij begeleid door een deskundige coach.	<p>E info@partnerinbalans.nl of E info@hulpbijdementiemaastrichtheuvelland.nl W partnerinbalans.nl</p> <p>INFO VIA WEBSITE OF ZORGVERLENER/CASEMANAGER</p>
Partner in Balans-waaiër	Tips van en voor partners van mensen met geheugenklachten	<p>E info@partnerinbalans.nl</p>
Alzheimer Café Maastricht, Vaals en Alzheimer trefpunt Heuvelland	Informeel bijeenkomsten voor mensen met dementie, partners, familieleden, hulpverleners en belangstellenden om informatie te krijgen en/of ervaringen met elkaar te delen. Elke keer wordt een ander thema aan de orde gesteld.	<p>Alzheimer Café Maastricht: elke 2^e woensdag van de maand, inloop vanaf 19.00 uur, zonder aanmelding (niet in juli en augustus) A Dagbeleving 'Hei Neve', Duitse Poort 13A, 6221 VA Maastricht T 06 - 83 04 55 56 (Judith Lansink) E alzheimercafemaastricht@gmail.com W Alzheimercentrumlimburg.nl ► maatschappelijk ► AlzheimerCafé</p> <p>Alzheimer Café Vaals: elke 3^e maandag van de maand Programma van 15.00 - 17.00 uur A Ontmoetingsruimte Protestantse Kerk, Kerkstraat 41, 6291 AB Vaals E alzheimercafevaals@gmail.com</p> <p>Alzheimer trefpunt Heuvelland: elke laatste woensdag van de maand Inloop vanaf 13.15 uur zonder aanmelding. A 't Gulper Hoes, Rosstraat 5, 6271 BG Gulpen T 06 - 10 40 21 24 (Sjef Ramakers) E s.ramakers@live.nl</p> <p>GRATIS</p>

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
TANDEM: Training voor mensen met dementie en mantelzorgers.	8-wekelijkse groepsbijeenkomsten die steeds 2 tot 2,5 uur duren. Een groep bestaat uit acht tot tien deelnemers (4 of 5 koppels). Vooraf vindt een telefonische intake plaats.	Informatie en het vinden van een trainer in uw buurt: E via contactformulier website W tandemproject.nl
Steunpunt Mantelzorg Zuid Cursus/themabijeenkomsten voor mantelzorgers van naasten met dementie	Vergroten van kennis over dementie en ontvangen van tips voor omgang met uw naaste met dementie.	T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl ▶ activiteiten GRATIS
Online zelfhulptraining voor mantelzorgers	zelfhulptraining voor mantelzorgers	W mondriaan.eu GRATIS
Humanitas: korte onlinetrainingen voor vrijwilligers en mantelzorgers.	Zes korte onlinetrainingen voor iedereen die zich inzet voor een ander. Met nuttige handvatten voor het omgaan met emoties.	T 020 - 523 11 00 E info@humanitas.nl W humanitas.nl ▶ over ons ▶ trainingen voor vrijwilligers GRATIS
Academie voor zelfzorg	<ul style="list-style-type: none"> • Eén op één instructies voor cliënten en mantelzorgers op het gebied van verpleegtechnische handelingen. • PEPP4ALL (Patiënt en Partner Educatie Programma voor Alle chronische ziekten): dit programma biedt psychosociale ondersteuning voor mensen met een chronische ziekte en hun naasten. • Training voor mantelzorgers om hun naaste op een goede en veilige manier te kunnen ondersteunen. 	Meer informatie: T 043 - 631 43 90 E info@academiezelfzorg.nl W envida.nl/academie-voor-zelfzorg GRATIS
Hulp bij Dementie	Ondersteuning door casemanager (zie 2.1 op pagina 11-14)	T 06 - 83 04 55 56 E info@hulpbijdementiemaastrichtheuvelland.nl W hulpbijdementie.nl

2.3 Waar kan ik lotgenoten ontmoeten?

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

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

mantelzorger • 63 jaar over het Alzheimer Café

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

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

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
De Luisterlijn	Dag en nacht een luisterend oor per telefoongesprek, chat of e-mail.	<p>T 088 - 07 67 000 W deluisterlijn.nl</p>
Steunpunt Mantelzorg Zuid (algemeen)	Organisatie waar mantelzorgers terecht kunnen voor ondersteuning op diverse gebieden, lokaal en regionaal.	<p>T 043 - 321 50 46 E info@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl</p> <p>GRATIS</p>
Steunpunt Mantelzorg Zuid: Contactgroep Dementie	Lotgenotencontact, uitwisselen van ervaringen onder begeleiding van een ervaren mantelzorgconsulent.	<p>De contactgroepen vinden plaats in Maastricht, Valkenburg en Meerssen.</p> <p>Actuele informatie over locaties, openingstijden en aanmelden via de website: T 043 - 32 15 046 (Maastricht) T 06 - 83 66 81 81 (Meerssen, Mantelzorgconsulent Lilian Frusch) E info@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl</p> <p>GRATIS</p>
MUMC+: Groepsprogramma voor mensen met lichte geheugenproblemen (geen dementie)	Gericht op het leren omgaan met lichte geheugenklachten in het dagelijks leven en het uitwisselen van ervaringen met lotgenoten.	<p>U kunt hiervoor terecht op de geheugenpoli van het MUMC+ T 043 - 38 77 100 W mumc.nl ► geheugenpoli</p> <p>INFORMEER NAAR DE KOSTEN</p>
Stichting Mantelzorg	Komt op voor iedereen die zorgt voor een ander, door het bieden van een luisterend oor via de mantelzorglijn, info voor mantelzorgers, juridisch advies, voordeel op diensten en producten, ervaringsverhalen.	<p>T Mantelzorglijn: 030 - 76 06 055 E mantelzorglijn@mantelzorg.nl W mantelzorg.nl</p>
zelfregietool.nl	Een op een lotgenotencontact. Een overzicht van lotgenotengroepen in Limburg.	<p>W zelfregietool.nl</p>

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

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

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

een notaris

VERSTANDIG OM TE REGELEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Rijvaardigheidsbewijs	Na de diagnose dementie is iemand onbevoegd om auto te rijden. In geval van 'zeer lichte' of 'lichte' dementie kan een speciale rijtest worden afgelegd bij het Centraal Bureau Rijvaardigheidsbewijzen (CBR). Als hij of zij daarvoor slaagt, mag er nog een bepaalde tijd gereden worden.	<p>Bespreek dit met uw (huis)arts.</p> <p>Informatie: dementie.nl W dementie.nl ▶ informatie ▶ autorijden en dementie of CBR: T 0900 - 02 10 (klantenservice CBR) W cbr.nl</p> <p>INFORMEER NAAR DE KOSTEN</p>
Wilsverklaring van mensen met dementie	Zolang uw naaste nog wilsbekwaam is, kan hij op papier vastleggen welke medische behandelingen hij nog wel of niet wil (verklaring niet-reanimeren, aanwijzen van een vertegenwoordiger die met de arts mag praten en medische beslissingen mag nemen).	<p>Bespreek de door u en uw naaste opgestelde wilsverklaring met de huisarts. Er zijn standaard wilsverklaringen te vinden op internet, maar u kunt deze ook zelf opstellen.</p> <p>informatie: W rijksoverheid.nl ▶ onderwerpen ▶ familie, zorg en gezondheid ▶ levens einde en euthanasie ▶ hoe stel ik een wilsverklaring op</p> <p>GRATIS</p>
Wettelijk vertegenwoordiger voor mensen met dementie	Een persoon die benoemd is door de kantonrechter tot: Mentor (regelt persoonlijke zaken en neemt beslissingen over de verzorging, verpleging, behandeling of begeleiding van de persoon met dementie) of Bewindvoerder (regelt financiële zaken) of Curator (regelt financiële en persoonlijke zaken).	<p>Verzoek voor wettelijke vertegenwoordiging indienen bij de kantonrechter, door:</p> <ul style="list-style-type: none"> • partner of familieleden tot in de vierde graad of • de instelling waar iemand verblijft of die begeleiding biedt. <p>Deze laatste moet dan wel aangeven waarom familie dit niet kan aanvragen. U kunt deze zaken, en hoe dit te regelen, ook bespreken met uw casemanager, wijkverpleegkundige en/of huisarts.</p> <p>Algemene informatie: W rijksoverheid.nl ▶ onderwerpen ▶ Familie, zorg en gezondheid ▶ curatele, bewind en mentorschap</p> <p>INFORMEER NAAR DE KOSTEN</p>

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Levenstestament	In het levenstestament wijst uw naaste iemand aan die zijn belangen behartigt, als hij daar zelf niet meer toe in staat is en wie zijn financiën regelt of medische beslissingen neemt. Het levenstestament voorkomt beschermingsmaatregelen zoals curatele, beschermingsbewind en mentorschap.	Een levenstestament kunt u laten vastleggen bij de notaris, maar dit hoeft niet. Via een onderhandse akte legt u ook afspraken vast, maar een notarieel levenstestament biedt meer zekerheid. Informatie: W juridischloket.nl (onafhankelijk advies door juristen) W notaris.nl W goedvertegenwoordigd.nl W dementie.nl ► hulp en advies ► experts (een notaris voor advies raadplegen) INFORMEER NAAR DE KOSTEN BIJ HET JURIDISCH LOKET OF BIJ DE NOTARIS
Juridisch Loket	Het juridisch loket geeft eerste hulp bij juridische vragen over bijvoorbeeld een levenstestament.	A Avenue Ceramique 2-6, 6221 KV Maastricht Inloopspreekuur. Meer informatie via: T 0900 - 80 20 (€0,25/min.) W juridischloket.nl INLOOPSPREEKUR IS GRATIS
Mantelzorgmakelaar via Steunpunt Mantelzorg Zuid	Helpt bij allerlei regeltaken op het gebied van zorg, arbeid, welzijn, wonen of financiën. Hierdoor hoeft u zelf minder te regelen en komt u snel bij het juiste loket.	Steunpunt Mantelzorg Zuid: T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl GRATIS
Mantelzorgmakelaar en cliëntondersteuning via TriaCura Mantelzorg-makelaars Zuid-Limburg	Helpt op het gebied van uitzoekwerk en regeltaken. De aandachtsgebieden zijn zorg, wonen, welzijn, financiën en werk.	T 06 - 22 90 83 92 T 06 - 57 23 00 93 E info@triacura.nl W triacura.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN
Mantelzorgpas van CZ	Met deze pas kan iedereen meteen zien dat u voor iemand zorgt en wie uw vervanger is. Dus als u iets overkomt kan er meteen contact worden gezocht met uw vervanger.	CZ Zorggroep: T 088 - 555 77 77 W cz.nl ► mantelzorgpas GRATIS

3

Samen leven met dementie

“Samen leven met dementie...

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

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

Blijf actief, samen en apart.

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

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

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

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

ACTIVITEITEN OM NIEUWE CONTACTEN OP TE DOEN

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

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

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

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

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

deelnemer dagbesteding op een zorgboerderij

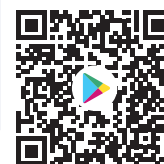
ZINVOLLE INVULLING VAN DE DAG VOOR MENSEN MET DEMENTIE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Dementie en Herinneringen - app	Door samen te kijken en luisteren naar o.a. filmpjes en liedjes uit de jaren '30-'70 herinneringen ophalen met mensen met dementie.	Download 'Dementie en Herinneringen' via: <ul style="list-style-type: none"> • Android ► Google Play Store • Apple ► App Store  GRATIS
Alzheimer Nederland	100 activiteiten voor binnen- en buitenshuis voor mensen met dementie. Online maar ook op te vragen via e-mail. (Ook: 10 tips voor betere communicatie)	W alzheimer-nederland.nl/100-activiteiten-voor-mensen-met-dementie E via contactformulier website GRATIS
Dementie-winkel.nl	Deze winkel maakt het mogelijk om de leefwereld van mensen met dementie op een praktische manier aan te passen en meer kennis en begrip op te doen.	W dementie-winkel.nl ► dagelijkse activiteiten en andere thema's GRATIS
Klessebasjes	Van puzzelen naar praten over de tijd van toen. Puzzelboekjes, prentenboekjes, praatplaten en postkaarten.	W klessebasjes.nl
Maastricht Sport	Diverse sport- en beweegactiviteiten met een speciaal senioren 70+ programma. Het aanbod varieert, er is o.a. wandelen, dansen, yoga en gymnastiek. Verspreid door de hele stad.	Informatie: T 043 - 35 04 500 E info@maastrichtsport.nl W maastrichtsport.nl Programma: W maastrichtsport.nl ► ik wil sporten ► sport & beweegaanbod Maastricht ► senioren plus VEELAL GRATIS



Dementie en Herinneringen

scan de QR code om de app te downloaden



AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Smile project	Smile is een stichting die staat voor elkaar ontmoeten en het bevorderen van een gezonde(re) leefstijl. Ook voor senioren, met een beperking, en kwetsbare (en eenzame) ouderen. Zo is er elke maandag van 11.00 - 12.00 samen bewegen en nog veel meer. Kijk vooral op de site.	<p>A Sportpark Heugem, Gronsvelderweg 90, 6229 VN Maastricht W smile043.nl E via contactformulier website</p> <p>INFORMEER NAAR DE KOSTEN</p>
Stichting Fietsen alle jaren Maastricht en Valkenburg	Individueel of samen met een andere passagier gaat u met een speciaal aangepaste fiets voor mensen met een mobiliteitsbeperking op stap. Langs plekken waar u woonde of werkte of gewoon toeren. De ritten worden altijd verzorgd door een ervaren vrijwilliger.	<p>Maastricht: T 06 - 5313 2180 E fajmaastricht@gmail.com</p> <p>Valkenburg: T 06 - 41 76 77 59 (Karin) T 06 - 53 13 21 80 (Jos) E valkenburgaandegeul@fietsenallejaren.nl</p> <p>W fietsenallejaren.nl</p> <p>GRATIS</p>
Stichting Vier het Leven Maastricht en Valkenburg	Voor ouderen (vanaf 65 jaar), die niet meer in staat zijn zelfstandig bioscoop, theater, museum en concerten te bezoeken. De vrijwilliger komt u thuis ophalen en samen met de hem/haar en één of twee andere ouderen gaat u gezellig een middag of avond uit. Als er sprake is van dementie moet er nog een begeleider mee (partner/familielid) om als nodig 1 op 1 aandacht te kunnen geven.	<p>Meer informatie en een gratis welkomstpakket aanvragen via: W 4hetleven.nl ► activiteiten T 035 - 52 45 156 E info@4hetleven.nl</p>

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Algemeen Toegankelijke Dagbesteding* in Maastricht, Valkenburg en Eijsden-Margraten	Georganiseerde manier om zinvol invulling te geven aan de dag, er wordt een activerend en recreatief programma aangeboden.	<p>Aanvragen via het Zorgpunt Maastricht-Heuvelland. T 043 - 85 09 300 E info@zorgpuntmaastrichtheuvelland.nl</p> <p>Een overzicht vindt u in bijlage 5 (pagina 76) WMO-INDICATIE: EEN VAST MAANDTARIEF</p>
Dagbesteding voor ouderen in Gulpen-Wittem, Meerssen en Vaals	Georganiseerde manier om zinvol invulling te geven aan de dag, er wordt een activerend en recreatief programma aangeboden.	<p>Aanvragen via het Wmo-loket in uw gemeente (zie tabel 6.1, pagina 56)</p> <p>Een overzicht vindt u in bijlage 5 (pagina 76) WMO-INDICATIE: EEN VAST MAANDTARIEF</p>
Bijzondere dagbesteding voor ouderen Maastricht-Heuvelland	Dagbesteding die kleinschalig is en/of gericht is op een speciale doelgroep / specifieke interesse (bijv. creatief).	<p>Aanvragen via het Wmo-loket in uw gemeente (zie tabel 6.1, pagina 56)</p> <p>In Maastricht en Valkenburg: alleen als de Algemeen Toegankelijke Dagbesteding niet aansluit bij de behoeften van de cliënt. Soms kunt u hier ook terecht met een Wlz-indicatie. Vraag dit na.</p> <p>Een overzicht van bijzondere dagbestedings-mogelijkheden vindt u in bijlage 6 (pagina 78). WMO-INDICATIE: EEN VAST MAANDTARIEF, WLZ-INDICATIE: EIGEN BIJDRAGE AFHANKELIJK VAN INKOMEN, PGB, PARTICULIER</p>

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

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
<p>Zorgboerderijen Maastricht- Heuvelland</p>	<p>De boerderij-omgeving nodigt mensen met dementie uit om actief en in beweging te zijn in een groene omgeving.</p>	<p>U kunt dagbesteding aanvragen via het Wmo-loket van de gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56). In Maastricht en Valkenburg: alleen als de Algemeen Toegankelijke Dagbesteding niet aansluit bij de behoeften van de cliënt. Aanvragen via het Zorgpunt Maastricht-Heuvelland. T 043 - 85 09 300 E info@zorgpuntheuvelland.nl</p> <p>Een overzicht van alle zorgboerderijen in de regio Maastricht-Heuvelland vindt u in bijlage 7 (pagina 80) WMO-INDICATIE; EEN VAST MAANDTARIEF, SOMS MET WLZ-INDICATIE: EIGEN BIJDRAGE AFHANKELIJK VAN INKOMEN (NAVRAGEN)</p>
<p>Grubbeveld in Maastricht, dagbehandeling voor mensen met (beginnende) dementie en voor jonge mensen met dementie</p>	<p>De dagbehandeling is gericht op zo lang mogelijk behouden van de eigen woon- en leefsituatie.</p>	<p>U heeft een Wlz-indicatie nodig. In overleg met de huisarts van uw naaste of een cliëntadviseur van Envida kunt u een aanvraag bij de gemeente of het CIZ indienen. A Grubbeveld, Vijverdalseweg 10, 6226 NB Maastricht T 0900 - 22 33 440 (Envida) T 043 - 40 77 500 (Grubbeveld) E zorgadvies@envida.nl W envida.nl</p> <p>EEN EIGEN BIJDRAGE, AFHANKELIJK VAN EIGEN INKOMEN EN DE ZWAARTE VAN DE ZORG</p>
<p>Buurttuinderij Hof van Heer, Maastricht</p>	<p>Een 'moestuin-plus' waar jong en oud samenwerken en leren. Een ontmoetingsplek in de buurt, die elke leeftijd aanspreekt en tot actie aanzet. Ook prima geschikt voor mensen met (beginnende) dementie die graag in de tuin werken en dit nog zelfstandig kunnen. Als dit moeilijker wordt dan een leuke activiteit met een vriend, familielid of buurtgenoot samen. Dit omdat de tuin wordt gerund door vrijwilligers.</p>	<p>A Veldstraat 8, 6227 SZ Maastricht Aan de Rijksweg tussen de rotonde bij kapper Reflex en de rotonde met het bolvormige kunstwerk op kolom. T 06 - 28 95 94 27 T 06 - 42 05 40 95 E hofvanheer@gmail.com W hofvanheer.nl</p>

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
De Museum Plus Bus (alleen mogelijk met groep)	De bus rijdt elke dag een groep senioren naar een van de deelnemende musea. De inschrijving opent jaarlijks op 1 oktober voor het jaar erop volgend.	Aanvragen via: T 020 - 53 10 391 E info@museumplusbus.nl W museumplusbus.nl GRATIS BEHALVE DE LUNCH IN HET MUSEUM

3.3 Op vakantie

Ook als u of uw naaste dementie heeft kunt u samen van een vakantie genieten. Er zijn verschillende aanbieders die speciale zorgvakanties organiseren. U gaat samen met een team van deskundigen en vrijwilligers op reis en kunt u af en toe de zorg uit handen geven. Ook voor jonge mensen met dementie zijn er mogelijkheden.

VAKANTIEBUREAU'S

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Het vakantiebureau	Begeleide vakanties voor mensen die in het dagelijks leven zorg of begeleiding nodig hebben, voor de thuiswonende partner en voor de mantelzorg.	T 034 - 37 45 890 E info@hetvakantiebureau.nl W hetvakantiebureau.nl
Annahofke Vijlenstraat 48 in Vijlen	In overleg biedt het Annahofke mogelijkheid tot verzorgde begeleide vakantie.	Informatie: T 06 - 83 69 50 25 (Anja Sommer) E info@annahofke.nl W annahofke.nl

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

ONDERSTEUNING THUIS

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



Out of Memory

scan de QR code om de applicatie te downloaden



AANBIEDER/AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Saar aan Huis	Aanvullende mantelzorg en hulp bij dementie op maat. Er komt altijd dezelfde Saar (mantelzorger) op het door de cliënt gewenste tijdstip. Een Saar doet boodschappen, kookt, draagt zorg voor dagstructuur, doet licht huishoudelijk werk, gaat erop uit met cliënt, etc. Saar biedt ook 24-uurs en terminale zorg.	<p>T 043 - 20 58 104 (Zuid-Limburg) E zuidlimburg@saaraanhuis.nl W saaraanhuis.nl</p> <p>INFORMEER NAAR DE PRIJZEN, KAN OOK VIA PGB</p>
Dovida. Mijn leven, mijn manier	Ondersteuning bij alledaagse dingen door iemand die bij u past, op tijden die u zelf bepaalt en u ondersteunt zoals u dat wilt.	<p>T 046 - 43 63 300 E info.sittardgeleen@dovida.nl W dovida.nl/zuid-limburg</p> <p>VOOR MEER INFORMATIE EN GEPERSONALISEERDE OFFERTE NEEM CONTACT OP</p>
Individuele begeleiding aan huis (thuiszorg)	Begeleiding die uw naaste helpt bij het aanbrengen van structuur en waar mogelijk bij het voeren van regie. Zoals structureren van het dagritme, inzicht krijgen in mogelijke gevolgen van besluiten, administratie doen/post afhandelen en hulp bij het behouden van vaardigheden.	<p>Aanvragen bij het Wmo-loket van de gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56) Wanneer u 24-uurs zorg en/of toezicht nodig heeft kunt u individuele begeleiding aanvragen via de Wlz.</p> <p>In bijlage 8 (pagina 81) vindt u een overzicht van organisaties en de hulp die ze aanbieden.</p> <p>WMO-INDICATIE: EEN VAST MAANDTARIEF, WLZ-INDICATIE: EIGEN BIJDRAGE AFHANKELIJK VAN INKOMEN</p>
Gezelschap en begeleiding door vrijwilligers	Inzet vrijwilliger ter ondersteuning van mantelzorgers die zorgen voor iemand met dementie en/of begeleiding naar behandelaar.	<p>T 043 - 32 15 047 E info@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl</p> <p>GRATIS, BIJ ZIEKENBEGELEIDING MOET VERVOER EN EVENTUELE CONSUMPTIE VOOR VRIJWILLIGER BETAALD WORDEN</p>
Lyvia	Studenten bieden gezelschap en ondersteuning aan de persoon met dementie, zodat de mantelzorger weer even wat tijd voor zichzelf krijgt.	<p>T 085 - 08 05 787 E info@lyvia.nl W lyvia.nl</p> <p>INFORMEER NAAR DE KOSTEN VOOR INTAKE EN INZET STUDENTEN</p>

AANBIEDER/AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Respijtzorg (vervangende zorg)	Iemand die de zorg een tijdje van u overneemt als u op vakantie gaat of om overbelasting te voorkomen. De zorg kan dus van tijdelijke aard zijn.	U kunt dit aanvragen bij het Wmo-loket van uw gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56) Informeer ook naar de mogelijkheden bij uw zorgverzekering en de respijtzorgbiedende organisatie. Een overzicht van organisaties die respijtzorg aanbieden vindt u in bijlage 9 (pagina 85) . INFORMEER VOOR VERGOEDING BIJ UW ZORGVERZEKERING
24uurszorgloket	Een zorg au-pair uit Portugal of Polen komt inwonen en neemt de verzorging op zich. Individuele begeleiding, persoonlijke verzorging, huishoudelijke hulp, koken en samen eten. De zorgverlener geeft persoonsgerichte zorg en zorgt dat uw naaste structuur krijgt.	Na een telefonisch gesprek zal het 24 Uurs Zorgloket langskomen voor een vrijblijvende persoonlijke intake. T 073 - 30 30 086 E via contactformulier website W 24uurszorgloket.nl VANAF INDICATIE 5 VOLLEDIG BETAALBAAR VANUIT HET PGB-BUDGET
Vrijwilligers terminale palliatieve thuiszorg	U kunt deze vrijwillige inzet aanvragen wanneer het gaat om zorg voor mensen die ongeneeslijk ziek zijn en graag thuis willen sterven.	T 043 - 321 50 46 E info@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl

TIP

Je kunt boeken ook beluisteren via Spotify of bieb.





4

Ondersteuning thuis organiseren

“Wat zijn oplossingen die mij als mantelzorger ontlasten?”

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

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

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

uit een enquête naar wensen en gebruik van respijtzorg

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

uit een enquête naar wensen en gebruik van respijtzorg

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

ONDERHOUD EN KLUSJES

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Envida Ledenservice	Op het gebied van hulp in en om huis kan er gebruik worden gemaakt van kapper, pedicure, administratieve ondersteuning, maaltijdservice, tuinonderhoud, klussendienst, computerhulp, personenalarmering, fietsreparatie, professionele, mantelzorg, was- en strijkservice. Ook diverse kortingen bij Vegro thuiszorgwinkels, VGZ, CZ, Univé, diverse sportaanbieders en wellness resorts.	Meer informatie: T 043 - 36 90 610 E ledenservice@envida.nl W envidaledenservice.nl EEN JAARCONTRIBUTIE VOOR HET HELE AANBOD
Klusjes door woningstichting	Een woningstichting kan voor huurders ook iets betekenen op het gebied van klusjes in huis.	Informeer hiernaar bij uw eigen woningstichting. INFORMEER BIJ UW EIGEN WONINGSTICHTING
Buurtservice Maastricht	Hulp bij klussen in en om het huis, maar ook boodschappen doen, hond uitlaten, huisvuil aan straat zetten, het tuinpad sneeuwvrij maken, computerhulp, enz.	A Widelanken 12, 6217 AX Maastricht T 043 - 30 00 383 (vrijdagmiddag dicht) E buurtservice@hotmail.com EEN KLEINE WEDERDIENST: WAT ZOU U VOOR EEN ANDERE BUURTBEWONER WILLEN DOEN?
BuurtSchakel	Brengt vraag en aanbod van wijkbewoners, cliënten, medewerkers en vrijwilligers van zorgcentra, bedrijven, winkeliers en verenigingen bij elkaar.	Maak een account aan via de website T 043 - 78 20 989 E info@buurtschakel.com W buurtschakel.com GRATIS, BIJ DOORVERWIJZING NAAR ANDERE PARTIJ KUNNEN KOSTEN VERBODEN ZIJN AAN HET AANBOD
Service van het WijkLeerbedrijf Daalhof, Maastricht	Leerlingen van VISTA College kunnen u helpen met allerlei klusjes in en om het huis.	T 06 - 444 59 222 E maastricht@wjkleerbedrijf.nl W calibrisadvies.nl ▶ wat wij doen ▶ opleidingen ▶ wjkleerbedrijf VOOR ZOVER MOGELIJK WORDT ER GEVRAAGD OM IETS TERUG TE DOEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Gulpen-Wittem helpt	Voor kleine klussen in en rond het huis (maximaal in twee uur) en er is een scootmobiel/rolstoel- pool voor inwoners met een Wmo-indicatie die hier af en toe gebruik van willen maken.	Neem contact op met de gemeente: T 043 - 88 00 600 (algemeen nummer) E vrijwilligerswerk@gulpen-wittem.nl W gulpen-wittem.nl ► onderwerpen ► vrijwilligerswerk ► Gulpen-Wittem Helpt
Paus Franciscusgroep Wijlre-Gulpen	Klussendienst	T 06 - 44 37 75 71
Vaals Helpt	Zeven projecten: marktbezoek, brandveiligheidscheck in huis, klussendienst, boodschappenhulp, strijkhulp, scootmobiel- en rolstoelhulp, klapperproject (financiën).	T 06 - 14 53 23 85 (van 9.00 - 12.00 uur) of via vrijwilligerscentrale Vaals: E info@vaals.nl
Deken Hanneman Stichting	Praktische ondersteuning (klusjes) of gezelschap.	T 06 - 29 35 77 72 W dekenhannemanstichting.nl

BOODSCHAPPENSERVICE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Thuisbezorgservice voor boodschappen door de supermarkt	Boodschappen online bestellen en vervolgens thuis laten bezorgen of ophalen.	Bezoek de website van uw supermarkt of vraag informatie en voorwaarden in de winkel (die zijn voor elke supermarkt anders). Bijvoorbeeld: W ah.nl W jumbo.com W plus.nl KLIC RECHTS BOVENIN OP HET WINKELMANDJE OM TE BESTELLEN DE AANBIEDERS HEBBEN VERSCHILLENDE SERVICEPRIJZEN

COMPUTER-GERELATEERDE ONDERSTEUNING

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Computerpunt Maastricht	Onder andere deskundige computerhulp, onderhoud en reparatie en hulp bij digitale apparaten voor particulieren in de regio Maastricht-Heuvelland.	<p>A Wilgenlaan 47, 6212 HA Maastricht T 043 - 32 16 755 T 06 - 11 444 704 E info@computerpuntmaastricht.nl</p> <p>INFORMEER NAAR DE KOSTEN</p>
Envida Ledenservice	Computerhulp	<p>Meer informatie: T 043 - 36 90 610 E ledenservice@envida.nl W envidaledenservice.nl</p>
Student aan huis	Hulp aan huis bij alle vragen over de computer, tablet, smartphone, internet en e-mail en alle andere digitale apparaten.	<p>T 088 - 22 00 200 E info@studentaanhuis.nl W studentaanhuis.nl ► klantenservice (voor het online afspraakformulier)</p> <p>LIDMAATSCHAP KOST EEN BEDRAG PER JAAR, DAARNAAST BETAALD U VOORFIETSKOSTEN PER AFSpraak EN VOOR DE TIJD DAT GEWERKT WORDT</p>
Smile Project	Smile is een stichting die staat voor elkaar ontmoeten en het bevorderen van een gezonde(re) leefstijl. Ook voor senioren, met een beperking, en kwetsbare (en eenzame) ouderen. Zo is er een helpdesk voor internetgebruikers en nog veel meer. Kijk vooral op de site.	<p>A Sportpark Heugem, Gronsvelderweg 90, 6229 VN Maastricht E via contactformulier website W smile043.nl</p> <p>INFORMEER NAAR DE KOSTEN</p>



Lees Simpel

scan de QR code om de app te downloaden



ONDERSTEUNING BIJ DE ADMINISTRATIE

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
<p>App: Lees Sempel</p>	<p>Lees Sempel is een app die mensen helpt om ingewikkelde brieven te lezen.</p>	<p>W leessimpel.nl Download 'Lees Sempel' via:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Android ▶ Google Play Store • Apple ▶ App Store <p>GRATIS</p> 
<p>Klapperproject van Trajekt (vrijwilligers)</p>	<p>Vrijwilligers helpen u orde op zaken te stellen in de administratie en maken inzichtelijk hoe uw financiële situatie eruitziet (bijv. d.m.v. een budgetplan).</p> <p>Daarnaast bieden zij hulp bij het vinden en gebruik maken van inkomensondersteunende maatregelen.</p>	<p>Opereert vanuit de vier Wijkservicepunten in Maastricht (zie bijlage 4 op pagina 75) en de Trajekt-kantoren in het Heuvelland.</p> <p>Maastricht: T 043 - 763 00 40 (Judith Hoogendijk) E informatieadvies@trajekt.nl</p> <p>Heuvelland: T 043 - 763 00 50 (Falco Doijen) T 043 - 763 00 00 (Maud Troquet) E falco.doijen@trajekt.nl of maud.troquet@trajekt.nl</p> <p>GRATIS</p>
<p>Belastingservice</p>	<p>Deskundige vrijwilligers helpen mensen met een gering inkomen bij belastingvragen en bieden hulp bij het doen van de aangifte, het aanvragen van toeslagen etc.</p>	<p>Ga naar het inlooppreekuur bij een van de vier wijkservicepunten in Maastricht of: E informatieadvies@trajekt.nl.</p> <p>Een overzicht van de vier wijkservicepunten die deze hulp aanbieden vindt u in bijlage 4 (pagina 75).</p> <p>KLEIN BEDRAG PER AANGIFTE, VRAAG DIT NA BIJ HET WIJKSERVICEPUNT</p>
<p>Envida Ledenservice</p>	<p>Hulp bij administratieve en financiële zaken.</p>	<p>Meer informatie: T 043 - 36 90 610 E ledenservice@envida.nl W envidaledenservice.nl</p> <p>GRATIS</p>
<p>Humanitas, thuisadministratie (vrijwilligers)</p>	<p>Kortdurende ondersteuning bij het op orde brengen en houden van de administratie.</p>	<p>T 043 - 35 60 448 E maastricht@humanitas.nl W humanitas.nl ▶ waar vind je ons ▶ Limburg ▶ Maastricht-Heuvelland ▶ wat we doen ▶ thuisadministratie</p> <p>GRATIS</p>

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

Voorzieningen als een rolstoel of een woningaanpassing vraagt u aan bij het Wmo-loket van uw gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56). Daarnaast zijn er bijvoorbeeld oplossingen die uw naaste helpen om veilig naar buiten te gaan of om zelf medicijnen in te blijven nemen. Ook zijn er oplossingen om de veiligheid in huis te vergroten. Vaak maken kleine oplossingen een groot verschil. Informeer gerust bij uw casemanager, wijkverpleegkundige of ergotherapeut.

TIP

een handig overzicht van beschikbare hulpmiddelen vindt u op [W hulpmiddelenwijzer.nl](http://W.hulpmiddelenwijzer.nl) en [W sjoboks.nl](http://W.sjoboks.nl)

HULPMIDDELEN

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Outofmemory programma van A.J. Riemersma	Outofmemory is een gratis elektronisch prikbord ter ondersteuning van het geheugen. (Zie voor beschrijving pagina 34)	W outofmemory.nl GRATIS
Dementie-winkel.nl	Deze winkel maakt het mogelijk om de leefwereld van mensen met dementie op een praktische manier aan te passen en meer kennis en begrip op te doen.	W dementie-winkel.nl ▶ gunstige woonomgeving
Vilans hulpmiddelenwijzer	Online, onafhankelijke informatie over zorghulpmiddelen die het dagelijkse leven makkelijker maken.	W hulpmiddelenwijzer.nl
Vegro thuiszorgwinkels	Advies over en lenen, huren of kopen van hulpmiddelen. Ook is er een rolstoelservice voor onderhoud en reparatie van de rolstoel.	A Mockstraat 1, Maastricht (Envida) A Herculeshof 3, Maastricht T 0900 - 288 77 66 E via contactformulier website W vegro.nl

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Hulpmiddelwereld	Online thuiszorgwinkel met een diversiteit aan hulpmiddelen die zorgen voor een verhoging van de zelfredzaamheid.	T 050 - 799 52 82 E info@hulpmiddelwereld.nl W hulpmiddelwereld.nl
Envida Ledenservice: personenalarmering*	Ledenorganisatie die allerlei diensten en producten aanbiedt, waaronder de personenalarmering*.	Meer informatie: T 043 - 36 90 610 E ledenservice@envida.nl W envidaledenservice.nl
Sevagram personenalarmering*	Abonnement alarmering in Maastricht met professionele zorgopvolging (alleen aangeboden in locaties Campagne en Scharwyerveld)	T 0900 - 777 4 777 E zorgbemiddeling@sevagram.nl W sevagram.nl
Sociale alarmering via de zorgverzekering	Zijn er medische redenen voor personenalarmering, dan vergoedt de zorgkostenverzekeraar mogelijk een deel van de kosten.	Er is een verklaring van de huisarts nodig, waarin staat dat de alarmering nodig is. Voor meer informatie kunt u terecht bij de zorgverzekeraar.

"Het is zo fijn dat altijd iemand bereikbaar is, dat geeft mij echt een veilig gevoel!"

*Mevrouw Adriaanse, 89 jaar,
over sociale alarmering van Envida*

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

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

MAALTIJDSERVICE / MAALTIJDAANBOD

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
apetito	Bezorgt vriesverse of warme maaltijden aan huis. Ook dieetmaaltijden beschikbaar en gratis voedingsadvies op maat.	Bestellen is geheel vrijblijvend. Indicatie is niet nodig. T 088 - 2012 123 E via contactformulier website W apetito-shop.nl <small>LID VAN THUISZORG- OF WELZIJSORGANISATIE? DAN KRIJGT U MOGELIJK KORTING.</small>
Uitgekookt Maaltijdservice	Bezorgt ambachtelijke, koelverse, gezonde maaltijden. Gratis informatie-map bij eerste levering met opwarm-instructie, menu- en prijslijsten.	Eenvoudig te bestellen via: W uitgekookt.nl <small>GRATIS BEZORGING AAN HUIS • KENNISMAKEN VIA PROEFPAKKET</small>
Ledenservice Envida	Maaltijdservice Envida is een samenwerking met apitito. Leden krijgen korting op de maaltijden. Een indicatie voor de maaltijden is niet nodig. U kunt kiezen uit vriesverse of warme maaltijden, waaronder ook dieetmaaltijden. Bezorging aan huis.	Meer informatie: T 043 - 36 90 610 E ledenservice@envida.nl W envidaledenservice.nl
Maaltijdservice De Beyart	Een warme middagmaaltijd voor belangstellenden boven de 55 jaar in het restaurant van woonzorgcentrum De Beyart. Bij een leeftijd jonger dan 55 jaar is een indicatie noodzakelijk.	Aanmelden is verplicht. A Brusselsestraat 38, 6211 PG Maastricht T 043 - 63 11 700 E info@debeyart.nl W debeyart.nl <small>EVENTUEEL MET GEBRUIK VAN KORTINGSREGELING MAALTIJDVOORZIENING GEMEENTE</small>

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Smile Eetkamer Heugem	<p>Maandelijks een kwaliteits- en gezond 3-gangen menu. Het menu wordt vooraf op de website bekend gemaakt.</p> <p>Na afloop is er gratis koffie/thee met wat lekkers om gezellig na te praten. Voorafgaand is er een wandeling voor de liefhebber.</p>	<p>A Sportpark Heugem, Gronsvelderweg 90, Maastricht E info@smile043.nl W smile043.nl</p> <p>INFORMEER NAAR DE KOSTEN</p>
De Keukenbarones Zuid-Limburg	<p>Klanten krijgen wekelijks een menukaart met keuze uit verschillende soepen, hoofdgerechten en desserts. U kunt zelf kiezen wat en hoeveel dagen u mee wilt eten. De maaltijden kunnen worden opgewarmd in de magnetron of oven. De menu's worden met persoonlijke aandacht aan u geleverd, steeds op de zelfde dag van de week, al naar gelang waar u woont. Onze menu's zijn vers en worden gekoeld bezorgd, dus GEEN DIEPVRIES!</p>	<p>A Kerkstraat 16A, 6374 HK, Landgraaf T 06 - 40 48 10 20 E dekeukenbarones@gmail.com W dekeukenbarones.nl/contact</p> <p>INFORMEER NAAR DE KOSTEN</p>
Groentewinkel Heusschen-Loozen, Margraten	<p>Koelverse maaltijden afhalen, zelf opwarmen in magnetron.</p>	<p>A Amerikaplein 76, Margraten T 043 - 311 0116 E info@heusschen-loozen.nl W heusschen-loozen.nl</p> <p>INFORMEER NAAR DE KOSTEN</p>

4.5 Waar vind ik informatie over vervoer op maat?

VERVOER OP MAAT

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Omnibuzz	<p>Omnibuzz regelt in Limburg het vervoer van klanten met een Wmo-indicatie. Met Omnibuzz kunt u van deur tot deur reizen.</p> <p>De chauffeur begeleidt de reiziger van de deur naar het voertuig en omgekeerd.</p>	<p>Aanvragen via het Wmo-loket van de gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56). Als u een vervoerspas aanvraagt, volgt mogelijk een gesprek bij u thuis en/of een keuring bij de GGD. De gemeente beslist.</p> <p>T 0900 - 33 10 550 E info@omnibuzz.nl W omnibuzz.nl</p> <p>VOOR TARIEVEN: W OMNIBUS.NL ► REIZEN ► TARIEVEN EN REISBUDGET ► TARIEVEN</p>
Bovenregionaal vervoer voor mensen met een beperking (Valys)	<p>Voor als u verder wil reizen dan 5 ov-zones of 25 km vanaf uw woonadres? Valys brengt u van deur tot deur.</p> <p>Eén begeleider mag gratis mee. Bovendien kunnen max. twee reisgenoten mee tegen betaling van hetzelfde gereduceerde tarief.</p>	<p>Informeer naar de mogelijkheden: W valys.nl</p> <p>Aanvragen Valyspas: T 0900 - 96 30 E via contactformulier website W valys.nl ► valyspas aanvragen</p> <p>U KRIJGT JAARLIJKS EEN KM-BUDGET, IN SPECIALE GEVALLEN KAN EEN HOGER KM-BUDGET WORDEN VASTGESTELD</p>
OV-begeleiderskaart	<p>Wie niet zelfstandig kan reizen, kan een ov-begeleiderskaart aanvragen. Op deze kaart kunt u, zowel bij Omnibuzz als bij Valys, één begeleider gratis meenemen</p> <p>(het kan iedere reis iemand anders zijn).</p>	<p>Aanvragen via Argonaut Advies: T 088 - 229 80 80 W ovbegeleiderskaart.nl ► download het aanvraagformulier (u vult een formulier in en stuurt dit op)</p> <p>Let op! Als u de begeleiderskaart bij Omnibuzz wilt gebruiken, dient u de begeleiderskaart eerst bij Omnibuzz te registreren; stuur een kopie van de begeleiderskaart naar: Omnibuzz, Postbus 99, 6160 AB, Geleen.</p> <p>GRATIS</p>



5

Zorg uit huis

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

De zorg thuis wordt zwaar.

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

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

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

Mevrouw Smits, 83 jaar

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

ZORG UIT HUIS

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Zorgcentrum	In een zorgcentrum kan een cliënt tijdelijk verblijven, bv. om te herstellen na een ziekenhuis opname of ter ontlasting van de mantelzorg. Of een cliënt kan permanent wonen op een zorglocatie omdat het thuis wonen bv. niet meer lukt en 24-uurs zorg of toezicht noodzakelijk is.	Voor opname in een zorgcentrum neemt u contact op met de voorkeursaanbieder en u wordt dan nader geïnformeerd.
Seniorenwoningen	Verzorgd wonen in een seniorenwoning aangrenzend aan een zorgcentrum.	Aanpalend aan bijna alle zorgcentra bevinden zich seniorenwoningen, waarbij de huurder gebruik kan maken van alle faciliteiten van het zorgcentrum en zorg aan huis kan ontvangen. Voor meer informatie informeert u bij de zorgcentra. Een overzicht van de zorgcentra in Maastricht-Heuvelland vindt u in bijlage 11 (pagina 87) .
Kleinschalig wonen	Een kleinschalige woonvorm is een plek waar mensen in een kleinere groep voor langere tijd verblijven, vaak in de laatste fase van hun leven. De vragen en gewoonten van de bewoners zijn bepalend voor de aanpak van het zorgteam.	Aanvragen via het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). U vult eventueel samen met de casemanager het aanvraagformulier in. Het CIZ beoordeelt op basis van deze informatie hoeveel zorg nodig is en of er nog mogelijkheden bestaan om iemand (nog langer) thuis te verzorgen. T 088 - 78 91 000 W ciz.nl ► aanvraag doen Een overzicht van organisaties die kleinschalig wonen aanbieden vindt u in bijlage 10 (pagina 86) . EIGEN BIJDRAGE VOOR DEZE ZORG IS AFHANKELIJK VAN HET INKOMEN. TE BEREKENEN OP HETCAK.NL

ALGEMENE INFORMATIE

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

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

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Nibud: Nationaal Instituut voor Budgetvoorlichting	Onafhankelijke voorlichting en advies over de huishoudportemonnee, ook bij zorg en ziekte.	T 030 - 23 91 350 (van 9.00 - 13.00 uur) E via contactformulier website W nibud.nl
Kans+ Brochure 'de wetten zorg en ondersteuning sinds 2015'	In eenvoudige taal informatie en uitleg over vier wetten: Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), Wet langdurige zorg (Wlz), Zorgverzekeringswet (Zvw) en Jeugdwet (JW).	W kansplus.nl ► producten en diensten ► winkel
Hulp bij financiën via bewindvoering	Een persoon die benoemd is door de kantonrechter tot: <ul style="list-style-type: none"> • Bewindvoerder (regelt financiële zaken) • Curator (regelt financiële en persoonlijke zaken) 	Zie tabel 2.4 op pagina 21 verstandig te regelen ► Wettelijk vertegenwoordiger van mensen met dementie

6

Hoe kan de juiste zorg geregeld worden?

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

Zorg via de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

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

Zorg via de Zorgverzekeringswet (Zvw)

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

Zorg via de Wet langdurige zorg (Wlz)

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

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

- Uw naaste ontvangt de zorg in natura, dat wil zeggen dat de zorgaanbieder zorg levert en de administratie daaromheen regelt.
- Uw naaste ontvangt een budget waarmee zorg wordt ingekocht, een zogenaamd persoonsgebonden budget (pgb). Dit pgb brengt ook verplichtingen met zich mee. Voor meer informatie zie **6.4 op pagina 59**.

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

Cliëntondersteuning

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

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

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

Waar kunt u cliëntondersteuning krijgen?

Heeft u een Wlz-indicatie?

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

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

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

Heeft u géén Wlz-indicatie?

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ORGANISATIES BELAST MET DE INDICATIE EN UITVOERING VAN WMO-ZORG

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
Eijsden-Margraten	Sociaal Team: A Margraten: Amerikaplein 1, 6269 DA Margraten A Eijsden: Servicepunt Bakvliet, Breusterhof 2, 6245 EL Eijsden T 043 - 45 88 488 E via website W Eijsden-Margraten.nl
Gulpen-Wittem	Klant Contact Centrum: A Willem Vliegenstraat 12, 6271 DA Gulpen T 043 - 88 00 600 E wmo-loket@gulpen-wittem.nl W gulpen-wittem.nl
Maastricht	Team Wmo: A Mosae Forum 10, 6211 DW Maastricht T 043 - 350 40 40 E via contactformulier website ► zorg en wmo ► zorg of hulp nodig W gemeentemaastricht.nl
Meerssen	Sociaal Team - jeugd en Wmo: A Markt 50, 6231 LS Meerssen T 043 - 36 61 661 E via link op website of info@meerssen.nl W meerssen.nl
Vaals	WijVaals: A Von Clermontplein 15, 6291 AT Vaals T 043 - 30 68 583 E wijvaals@vaals.nl W vaals.nl
Valkenburg	Team Wmo: A Randwycksingel 22, 6229 EE Maastricht T 043 - 60 99 214 E wmo@maastricht.nl W valkenburg.nl

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

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

Voor geneesmiddelen is een maximumbedrag vastgesteld.

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

Meer informatie over de Zvw vindt u via:

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

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

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

Verpleging is bijvoorbeeld wondverzorging of het zetten van spuiten.

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

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

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

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

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

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

Meer informatie hierover:

W rijksoverheid.nl ► onderwerpen ► familie, zorg en gezondheid ► verpleegtehuizen en zorginstellingen ► vraag en antwoord ► kan ik zorg vanuit de Wlz ook thuis krijgen

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

ORGANISATIES BELAST MET DE INDICATIE EN UITVOERING VAN WLZ-ZORG

AANBIEDER / AANBOD	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	HOE KUNT U HIER GEBRUIK VAN MAKEN
Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ)	Indiceert levenslange zorg uit de Wet langdurige zorg (Wlz): begeleiding, behandeling, vervoer naar en van de dagbesteding en de dagbesteding zelf, medicijnen en huishoudelijke hulp. Soms ook: hulpmiddelen zoals een rolstoel, het verblijf, de inrichting van de woning en de voeding. Het CIZ stelt de indicatie maar voert niet uit.	T 088 - 789 10 00 E info@ciz.nl W ciz.nl ► Wet langdurige zorg
Cliëntondersteuning	Helpt bij de aanvraag en uitvoering van Wlz-zorg door duidelijk op te schrijven wat jouw wensen en ideeën zijn over de zorg, de juiste zorg te regelen en verschillende soorten zorg op elkaar af te stemmen.	Als u al Wlz-zorg hebt dan vraagt u een cliëntondersteuner aan bij het Zorgkantoor. Zo niet, dan mag u gebruik maken van de cliëntondersteuners van de Wmo die u aanvraagt bij het Wmo-loket van uw gemeente (zie tabel 6.1 op pagina 56). GRATIS
Burgerkracht	Cliëntondersteuners die gratis en onafhankelijk helpen bij uw vragen over het regelen en de uitvoering van uw zorg. Informatie en advies, kiezen van een passende zorgaanbieder, hulp bij het opstellen van een persoonlijk- en/of zorgplan.	T 046 - 420 81 59 E info@burgerkrachtlimburg.nl W burgerkrachtlimburg.nl GRATIS

6.4 Persoonsgebonden budget (pgb)

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

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

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

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

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





Bijlagen

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



websites met meer informatie over dementie

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



boeken over dementie

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



boeken over dementie

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



boeken over dementie

- Samen leven met dementie, Mathieu Vandenbulcke, Erik Schokkaert en Veerle Achten, 2024 *(dit boek biedt een brede kijk op een ziekte die ons allemaal raakt)*
- Hoe weet je dat ik hier ben? Een liefdevolle kijk op dementie, Gea van Loon *(een liefdevolle kijk op dementie van een dochter op de toenemende dementie bij haar vader)*
- Schommelen op het ritme van mensen met dementie, Kasper Bormans, 2024 *(handreikingen om mensen met dementie te helpen door af te stemmen op hun ritme en zo te blijven communiceren)*
- Mamadag, tot de dementie ons scheidt, Maretty van den Mosselaar, 2024 *(intiem verhaal over moeder en dochter)*



kinderboeken over dementie

- Chaos in de bovenkamer, Rianne van Dorp, 2019 *(informatief en interactief boekje, 9-12 jaar)*
- Een vriend zonder tanden, Angelique van Dam, 2018 *(leesboek, vanaf 9 jaar)*
- Het geheugen van een olifant, Wessel Sandtke en Jan Jutte, 2018 *(verhaal met prenten, vanaf 4 jaar)*
- Het huis in je hoofd, wat doet Alzheimer met het huis?, Susan Willems, 2018 *(uitleg aan de hand van tekeningen, vanaf 6 jaar)*
- Mijn oma is kwijt..., Peter Theunynck, 2018 *(vanaf ca. 8 t/m 12 jaar)*
- Oma' hoofd is versleten, Marieke van Ditshuizen, 2016 *(3-6 jaar)*
- Oma mag ik mijn pop terug?, Mark Haayema, 2022 *(vanaf 5 jaar)*



films/documentaires over dementie

- The Father, 2021 *(drama)*
- Falling, 2020 *(drama)*
- Supernova, 2020 *(drama)*
- Wei, Ruud Lensen, 2019 *(documentaire over dementie en mantelzorg)*
- De liefhebbers, Jan Liefhebber, 2019 *(drama, vanaf 12 jaar)*
- Kapsalon Romy, Mischa Kamp, 2019 *(familiefilm)*
- The Leisure Seeker, 2019 *(naar het gelijknamige boek van Michael Zadoorian)*



films/documentaires over dementie

- Moeder aan de lijn, Nelleke Koop, 2018 (documentaire met portretten van drie mantelzorgers)
- Een poging tot vrolijk verval, 2018 (documentaire over Alzheimerpatiënt)
- Mijn hoofd in jouw handen, over beginnende dementie, Pim Giel, 2014 (documentaire over beginnende dementie)
- Maud en Babs, 2021-2023 (Televisieserie over mantelzorger en moeder)
- Head full of honey, 2018 (Opa met Alzheimer gaat samen met zijn kleindochter naar Venetië)
- A hundred flowers, 2022 (Japanse film dat gaat over mantelzorger en moeder)
- De terugreis (Film over dementie, herinneringen, jarenlange liefde en het accepteren van verandering)
- Vergeet niet dat ik van je hou, 2023-2024 (Documentaire over een echtpaar waarvan de echtgenoot de ziekte van alzheimer heeft)
- Human forever, 2023 (Teun van 24 jaar woont samen met mensen met dementie op een gesloten afdeling. Drie jaar lang gaat hij de wereld over om te zien hoe andere landen met dementie om gaan)
- Wat ik nog ben, 2016 (Documentaire over een hersenwetenschapper die nu lijdt aan Alzheimer)
- Liefstelling, 2022 (Documentaire over het effect van dementie op de mantelzorger)
- Breinsussen, 2023 (Erfelijkheid van FTD, wil je je dan laten onderzoeken of leven met onzekerheid?)
- Samen in vergetelheid, Lotte Hellenthal (Een intieme documentaire die een kijkje geeft in het leven van Winnie de dochter van de dementerende mevrouw Korst)



Podcasts

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



BIJLAGE 2 • HUISKAMERS IN MAASTRICHT-HEUVELLAND

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
Huiskamerprojecten in Maastricht	<p>Huiskamer Borgharen: Huiskamer aan de Maas A Praktijkgebouw van huisarts, Schoolstraat 27A, 6223 BD Maastricht Informatie: T 06 - 36 05 62 55 (dhr. Joop van Sintfiet) T 06 - 46 54 14 73 (mw. Ellen Groothuizen) Open: maandag van 10.00 - 16.00 uur, dinsdag en woensdag van 13.00 - 16.00 uur, donderdag van 13.00 - 16.00 uur</p>
	<p>Huiskamer Boschstraatkwartier: Stichting Burgerinitiatief Bboost A Zwanenstraat 4, 6211 BN Maastricht Informatie: T 06 - 25 01 29 41 E berprevot@kpnmail.nl Open: maandag t m vrijdag van 13.00 - 16.00 uur</p>
	<p>Huiskamer Daalhof A Aureliushof 160, 6223 BD Maastricht (achterzijde buurtcentrum) Informatie: T 043 - 852 35 53 (algemeen nummer) E buurtnetwerkbd@gmail.com W buurtcentrumdaalhof.nl ▶ activiteiten ▶ huiskamerproject Open: maandag t m vrijdag van 13.30 - 16.30 uur, woensdag en donderdag van 10.00 - 12.30 uur</p>
	<p>Huiskamer de Fronten A Grote Gracht 60-A, 6211 SX Maastricht Informatie: T 06 - 30 84 11 86 E info@huiskamerdefronten.nl Open: maandagochtend (wandellclub), maandagmiddag en woensdagmiddag</p>
	<p>Huiskamer de Heeg: 't Heegeneerke A Rosarije 410, 6228 DN Maastricht. informatie: T 043 - 763 00 74 E koffiehuis-heegeneerke@hotmail.com W heegeneerke.nl Open: maandag t m vrijdag 12.00 - 15.00 uur, donderdagavond en vrijdagavond van 18.00 - 21.00 uur (met uitzondering van winteravonden)</p>
	<p>Huiskamer Heer: Sjuif a-en A zie website voor informatie over naderende verhuizing Informatie: T 06 - 51 49 14 54 (Serve Habets) E secretaris@buurtplatformheer.nl W buurtplatformheer.nl Open: dinsdag 10.00 - 12.00 uur en donderdag van 14.00 - 16.00 uur de laatste zondag van de maand open en alle feestdagen</p>
	<p>Huiskamer Heugemerveld: Hoeskamer La Belletsa A Kardinaal van Rossumplein 99, 6221 SZ Maastricht Informatie: T 06 - 13 03 23 47 E mbonfrere@ziggo.nl Open: maandag: Kienen (eerste, derde en laatste maandag van de maand) van 13.30 - 16.30 uur dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur (kaart en spelmiddag) donderdag van 13.00 - 16.30 uur (koffie inloop)</p>
	<p>Huiskamer Heugem-Randwyck: Voetbalkantine RKHSV - DBSV A Gronsvelderweg 90, 6229 VN Maastricht Informatie: T 043 - 36 72 213 E info@smile043.nl W smile043.nl Open: maandag van 13.00 - 16.00 uur, vrije inloop</p>

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
	<p>Huiskamer Limmel: Hoeskamer vaan Lummel A Emmausstraat 61, 6222 PH Maastricht Informatie: T 06 - 50 44 08 69 E rene.mennens@trajekt.nl (René Mennens) Open: donderdag van 13.30 - 16.30 uur</p>
	<p>Huiskamer Mariaberg: De Inleup • Buurtcentrum Mariaberg A Anjelierenstraat 35, 2231 GT Maastricht Informatie: T 043 - 76 30 040 T 06 - 38 33 57 03 E petralemmens@gmail.com (mw. Peet Lemmens) Open: dinsdag en donderdag van 9.00 - 12.00 uur</p>
	<p>Huiskamer Nazareth: ut Koffieheukske A Kasteel Schaloenstraat 54, 6222 TP Maastricht Informatie: T 06 - 50 43 32 54 E taal@project.nl Open: maandag, woensdag en zaterdag van 13.00 - 16.00 uur</p>
	<p>Huiskamer Sint-Pieter-Villapark-Jekerdal: Kloppend hart • Buurtcentrum Sint-Pieter-Villapark-Jekerdal A Pastoor Kribsweg 14 A, 6212 BT Maastricht Informatie: T 06 - 19 12 06 03 (Giet Broers) E penningmeester@buurtcentrumsintpieter.nl W pieterbuurt.nl Open: donderdag van 10.00 - 17.00 uur</p>
Huiskamerprojecten in Eijsden-Margraten	<p>Huiskamer Banholt: Gemeenschapshuis 't Patronaat A Bredeweg 3, 6262 NX Banholt Informatie: T 043 - 45 78 020 E pjmrademakers@ziggo.nl (mw. Annelies Rademakers) Open: maandag en donderdag van 14.00 - 16.30 uur</p>
	<p>Huiskamer Bemelen: Voetbalkantine A Bemelerweg 334a, 6268 NT Bemelen Informatie: T 043 - 40 72 362 T 06 - 40 16 79 71 E francine.troisfontaine@home.nl (Francine Troisfontaine) Open: elke 2^e en 4^e woensdag van de maand van 13.30 - 16.30 uur</p>
	<p>Huiskamer Cadier en Keer: Basisschool de Keerkring A Groenstraat 17, 6267 EM Cadier en Keer Informatie: E annelieshermsen@ziggo.nl (mw. Annelies Hermsen) Open: maandag en woensdag van 13.30 - 16.00 uur</p>
	<p>Huiskamer Eijsden: Stichting de Hoekaomer vaan Eesjde A Prins Hendrikstraat 21, 6245 ED Eijsden Informatie: T 06 - 42 06 95 42 E ja.philippens@gmail.com (dhr. J. Philippens Voorzitter) Open: woensdag en vrijdag van 14.00 - 16.30 uur</p>
	<p>Huiskamer Sint Geertruid: Basisschool Sint Gertrudis A Schoolstraat 28, 6223 BE Sint Geertruid Informatie: T 043 - 40 81 736 E tpittie@home.nl (Tiny Pittie) E simons.christa@gmail.com (Christa Simons) Open: donderdag van 13.00 - 16.00 uur</p>

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
	<p>Huiskamer Gronsveld A Kerkplein 7, 6245 KH Gronsveld Informatie: E marjo.herben7@gmail.com (Marjo Herben) E meertens-wassenaar@ziggo.nl (Angelique Meertens) Open: maandag en woensdag van 13.30 - 16.00 uur</p> <p>Huiskamer Margraten: la Belle Fleur • 't Hoes van Mergraote A Amerikaplein 1, 6269 DA Margraten Informatie: T 043 - 63 14 830 E hcpeek@home.nl (Maria Peek-Lemmerlijn) Open: maandag, dinsdag en donderdag van 13.30 - 16.00 uur, donderdagochtend van 9.45 - 10.45 uur (Beter Bewegen)</p> <p>Huiskamer Mesch: De Laethof A Langstraat 3, 6245 KK Eijsden Informatie: T 043 - 40 90 666 E j.lippertz.2@wxs.nl (mw. Riny Lippertz-Fransen) Open: donderdag van 14.00 - 17.00 uur</p> <p>Huiskamer Mheer: Tennisvereniging Mheer A De Gelliment 34, 6261 PH Mheer Informatie: T 06 - 19 45 25 26 E marijvangerven@hotmail.com (Marij van Gerven) Open: elke maandag van 14.00 - 16.00 uur</p> <p>Huiskamer Noorbeek: La Maison Village A Dorpstraat 4, 6255 AN Noorbeek Informatie: E vandorp-jahae@ziggo.nl (Ilona van Dorp-Jahae) Open: elke woensdag van 14.00 - 16.00 uur</p> <p>Huiskamer Oost Maarland: Kantine Oranje Boys A Kerkeweg 2, 6245 MH Eijsden Informatie: T 06 - 21 22 84 96 E marie-elise.geron@live.nl (mw. Marie-Elise Geron) Open: maandag van 13.30 - 16.00 uur</p>
Huiskamerprojecten Valkenburg	<p>Huiskamer Berg en Terblijt: Akkerstate A Langen Akker 52, 6325 CM Berg en Terblijt Informatie: Voor meer informatie contact opnemen met de beweegmakelaar T 06 - 50 96 95 20 E beweegmakelaar@valkenburg.nl T 06 - 43 72 52 19 E gertie.beckers@envida.nl Open: dinsdag van 14.00 - 16.00 uur</p> <p>Huiskamer Broekhem: Gemeenschapshuis De Beemde A Koningswinkelstraat 30A, 6301 AJ Valkenburg Informatie: Voor meer informatie contact opnemen met de beweegmakelaar T 06 - 50 96 95 20 E beweegmakelaar@valkenburg.nl T 06 - 83 14 17 01 E imara.seroo@envida.nl (Imara Seroo) Open: woensdag van 14.00 - 16.00 uur</p>

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
	<p>Huiskamer Houthem: Gemeenschapshuis De Holle Eik A Baron de Selysstraat 4, 6301 JZ Valkenburg</p> <p>Informatie: Voor meer informatie contact opnemen met de beweegmakelaar T 06 - 50 96 95 20 E beweegmakelaar@valkenburg.nl T 043 - 60 40 299 E marij.franssen@ziggo.nl (Marij Franssen)</p> <p>Open: donderdagmiddag van 14.00 - 16.00 uur</p>
	<p>Huiskamer Sibbe: Gemeenschapshuis de Blokhut A Sibberkerkstraat 49, 6301 AT Sibbe</p> <p>Informatie: Voor meer informatie contact opnemen met de beweegmakelaar T 06 - 50 96 95 20 E beweegmakelaar@valkenburg.nl T 06 - 83 14 17 01 E imare.seroo@envida.nl (Imare Seroo)</p> <p>Open: maandag van 14.00 - 16.00 uur</p>
	<p>Ontmoetingsplek Valkenburg: 't Heimgeveul • Zorgcentrum Oosterbeemd A Wethouder Paulissenlaan 8, 6301 ZZ Valkenburg</p> <p>Informatie: Voor meer informatie contact opnemen met de beweegmakelaar T 06 - 50 96 95 20 E beweegmakelaar@valkenburg.nl T 06 - 83 66 81 81 E l.frusch@mantelzorgzuid.nl (Lilian Frusch) W mantelzorgzuid.nl T 06 - 51 15 02 46 E bianca.bertram@sevagram.nl (Bianca Bertram - Coerver)</p> <p>Open: geen repeterend rooster, neem contact op met Lilian of Bianca</p>
	<p>Huiskamer Valkenburg: Kloosterkerk A Oosterweg 1, 6301 PX Valkenburg</p> <p>Informatie: Voor meer informatie contact opnemen met de beweegmakelaar T 06 - 50 96 95 20 E beweegmakelaar@valkenburg.nl T 043 - 36 47 242 E liesgretha@live.nl (Lies Oost)</p> <p>Open: donderdag van 14.00 - 16.30 uur</p>
	<p>Huiskamer Vilt: Gemeenschapshuis Cascade A Nachtegaalstraat 25, 6325 AX Berg en Terblijt</p> <p>Informatie: Voor meer informatie contact opnemen met de beweegmakelaar T 06 - 50 96 95 20 E beweegmakelaar@valkenburg.nl T 06 - 20 95 64 92 E jmhcreusen@gmail.com (John Creusen) T 06 - 12 14 20 00 E cadesloover@gmail.com (Caroline Desloover)</p> <p>Open: dinsdag van 14.00 - 16.00 uur</p>

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
Huiskamerprojecten Gulpen-Wittem	Hoeskamer Epen: Patronaat Epen A Patronaatsplein 1, 6285 AB Epen Informatie: T 06 - 20 29 28 52 E mfhmsteins@gmail.com (Helma van Haren-Mulleneers) Open: elke eerste donderdag van de maand van 11.30 - 16.00 uur
	Huiskamer Gulpen: Hoeskamer van Gullepe A Rosstraat 5, 6271 BG Gulpen Informatie: T 043 - 457 16 10 (Marie-José Buskens) E jambuskens@ziggo.nl Open: maandag en donderdag van 14.00 - 16.30 uur
	Huiskamer Ingber: De Hut • Kantine RKIVV A Wijnweg 3, 6273 ND Ingber Informatie: T 06 - 42 61 89 73 (Nel Frints) E hoeskamer@ingber-dehut.nl Open: elke 2 ^e woensdag van de maand van 14.00 - 16.30 uur, en elke 4 ^e vrijdag van de maand van 14.00 - 16.00 uur
	Huiskamer Wahlwiller A Oude Baan 11, 6286 BD Wahlwiller Informatie: T 06 - 39 81 55 07 (Angele Heuts) Open: elke 1 ^e woensdag van de maand van 14.00 - 16.30 uur
	Gemeenschapshuis A ge Wienhoes A Oude Heirbaan 7A, 6286 AM Partij Informatie: E info@partijwittem.nl (Hans Anneveldt / Pierre Mober) W halloheuvelland.nl/pagina/huiskamer-partij-wittem (Huiskamer Partij-Wittem op HalloHeuvelland) Open: iedere donderdag van 13.30 - 17.00 uur
	Huiskamer Wijlre: Hoeskamer Wielder • Parochiecentrum M Viefentwintig A Holegracht 27, 6321 AJ Wijlre Informatie: T 06 - 44 377 571 E franciscusgroepwg@gmail.com Open: elke eerste woensdag van de maand van 11.30 - 15.00 uur (inschrijven via e-mai)
	't Trefpunt A Schoolstraat 5, 6285 BB Epen Informatie: T 06 - 51 73 98 02 E jolanda.cremer@envida.nl (Jolanda Cremer) Open: maandag en woensdag 14.00 - 16.00
	Agathahöfke A Wezelderweg 3A, 6287 AL Eys Informatie: T T 06 - 13 59 51 47 E petra.bemelmans-ritzen@envida.nl (Petra Bemelmans) Open: dinsdag van 13.00 - 16.00 uur en woensdag van 10.30 - 16.00 uur
	Seniorenproject Vitalishof A Malenshof 41, 6281 CA Mechelen Informatie: T 06 - 10 16 27 58 E nancy.jacobs@envida.nl (Nancy Jacobs) Open: dinsdag, woensdag en vrijdag van 12.00 - 17.00

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
	Seniorenproject Heiligershok A Wielderdorpstraat 27, 6321 BH Wijlre Informatie: T 06 - 51 73 88 02 E jolanda.cremer@envida.nl (Jolanda Cremer)
Huiskamerprojecten Vaals	't Heemet A Clarissenstraat 2, 6291 GS Vaals Open: maandag, dinsdag en donderdag van 13.00 - 16.00 uur D'r Sjurberig A Pater Gelissenstraat 40C, 6294 BN Vijlen Open: woensdag en vrijdag van 13.00 - 16.00 uur Huiskamer Vijlen: Durpshoes A Gen Koel A Vijlenberg 151, 6294 AV Vijlen Informatie: T 06 - 27 17 41 96 E a.eijmael@home.nl (Arno Eijmael) Open: vrijdag van 14.00 - 16.30 uur en op afspraak internetcafé op dinsdag- en donderdagmorgen van 9.00 - 12.00 uur
Huiskamerprojecten Meerssen	Huiskamer Envida Beukeloord A Gasthuisplantsoen 1, 6231 JZ Meerssen Informatie: T 06 - 82 52 93 32 (Ricardo, Anne en Julie) T 06 - 48 01 79 25 Open: maandag, dinsdag en donderdag vrije inloop van 13.00 - 16.30 uur en woensdag kaarten van 10.00 - 12.00 uur Huiskamer Meerssen: Ontmoetingspunt de Ketel A Pastoor Dominicus Hexstraat 70, 6231 HG Meerssen Informatie: T 043 - 311 03 30 (Carla) E deketel@trajekt.nl (Nicole Ramakers) W deketelmeerssen.nl Open: vrije inloop maandag t/m vrijdag van 10.30 - 16.30 uur Ut Zaelke van BundeNuSamen A Mgr. Theunissenplantsoen 20, Bunde Informatie: T 06 - 30 14 90 01 E bundenusamen15@gmail.com Open: woensdagmiddag van 14.30 - 15.15 uur (stoelyoga) dinsdag en donderdag vanaf 14.00 uur op de baan achter de Agneskerk (Jeu de Boulen) tijdens de zomermaanden wordt er op dinsdag vanaf 19.00 uur gespeeld Stichting Hoeskamer Gäöl Biej-ein • gemeenschapshuis De Kollekamp A Heerenstraat 77, 6237 NC Moerveld-Geulle Informatie: T 06 - 19 62 05 78 E margakester@me.com Open: dinsdag en donderdag van 10.00 - 12.30 uur (op donderdag verpleegkundige aanwezig) Huiskamer Rothem: Gemeenschapshuis De Koel A Pastoor Geelenplein 6, 6231 BP Meerssen (Rothem) Informatie: T 06 - 14 77 51 39 E maudjanssen66@gmail.com (Maud en Els) Open: eerste dinsdag van de maand: lunch tussen 13.00 - 14.00 uur en kienen van 14.00 - 16.15 uur

GEMEENTE	LOCATIE EN DETAILS
	<p>Huiskamer Ulestraten A Dorpstraat 1, 6235 AC Ulestraten (naast ingang d'n Huppel)</p> <p>Informatie: T 06 - 25 25 82 64 (Piet Schols) E humcoven48@hotmail.com T 06 - 15 96 88 53 (Corry Nelissen)</p> <p>Open: maandag en vrijdag van 13.30 - 16.30 en donderdag van 9.30 - 12.30 uur</p>

BIJLAGE 3 • BUURTBRÖK IN MAASTRICHT

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

LOCATIE	DETAILS
Buurtbrök Pottenberg	<p>'t Potterieke A Terra Cottaplein 18, 6216 BJ Maastricht (tijdelijk in de porta cabine aan het plein) T 043 - 85 15 002</p> <p>Open: maandag t m vrijdag van 9.00 - 15.30 uur</p>
Buurtbrök Malpertuis	<p>'t Plekske A Sproetepad 20, 6217 CG Maastricht (ingang achterzijde via het hek naast Cantecleerstraat 119)</p> <p>T 043 - 32 33 039</p> <p>Open: dinsdag en donderdag van 12.00 - 16.00 uur</p>
Buurtbrök Mariaberg	<p>Buurtbrök Mariaberg A Louisestraat 16, Maastricht T 043 - 85 14 592</p> <p>Open: maandag, dinsdag en donderdag van 11.30 - 15.30 uur</p>

BIJLAGE 4 • WIJKSERVICEPUNTEN IN MAASTRICHT

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

LOCATIE	LOCATIE EN DETAILS
Wijkservicepunt Maastricht Noordwest	Centre Manjefiek Malberg A Malbergsingel 70, Maastricht T 043 - 76 30 030 Open: maandag, woensdag en vrijdag van 9.00 - 12.00 uur, dinsdag en donderdag van 9.00 - 12.00 uur met afspraak
Wijkservicepunt Maastricht Zuidwest	Buurtcentrum Mariaberg A Anjelierenstraat 35, Maastricht T 043 - 76 30 040 Open: maandag, woensdag en vrijdag van 9.00 - 12.00 uur, dinsdag en donderdag van 9.00 - 12.00 uur met afspraak
Wijkservicepunt Maastricht Noordoost	Maastricht Noord Oost A Edisonstraat 4, 6224 GK, Maastricht T 043 - 76 30 010 Open: maandag en woensdag op afspraak open tussen 10.00 - 17.00 uur dinsdag van 14.00 - 16.00 uur vrije inloop donderdag 9.00 - 12.00 uur vrije inloop (en ook voor maatschappelijk werk), 13.00 - 17.00 uur op afspraak
Wijkservicepunt Maastricht Zuidoost	Buurtcentrum De Boeckel A Roserije 410, Maastricht T 043 - 76 30 020 Open: dinsdag en donderdag van 9.00 - 12.00 uur

BIJLAGE 5 • DAGBESTEDING VOOR OUDEREN

In Maastricht, Eijsden-Margraten en Valkenburg kunt u zich aanmelden via Zorgpunt Maastricht Heuvelland, telefonisch bereikbaar via

T 043 - 85 09 300 van maandag t|m vrijdag tussen 8.30 en 17.00 uur of mail naar E info@zorgpuntmaastrichtheuvelland.nl.

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

LOCATIE	LOCATIE EN DETAILS
De Beyart Maastricht	T 043 - 63 11 700 E info@debeyart.nl
De Beyardier	A Brusselsestraat 38, 6211 PG Maastricht • woensdag en vrijdag
De Scharck	A Mergelweg 359, 6212 NJ Maastricht • maandag t m vrijdag van 9.30 - 15.30 uur
Envida Maastricht	T 0900 - 22 33 440 E info@envida.nl
Hagerpoort	A Laurierhoven 30, 6225 GA Maastricht T 043 - 85 11 480 • dinsdag t m vrijdag
Klaekeburg	A Gronsvelderweg 142, 6229 VN Maastricht T 06 - 12 82 93 24 • maandag t m vrijdag
Koepelhof	A Koepelstraat 84, 6225 LX Maastricht T 043 - 63 14 800 • maandag t m vrijdag
Larisa	A Polvertorenstraat 20, 6211 LX Maastricht T 043 - 85 11 040 • maandag t m vrijdag
Zorg aan de Maas	A Kerkstraat 1A01, 6223 BK Maastricht T 06 - 30 56 49 73 • maandag t m vrijdag
Grubbeveld (dagbehandeling)	A Vijverdalseweg 10, 6226 NB Maastricht T 043 - 40 77 500 • maandag t m vrijdag SPECIFIEK VOOR MENSEN MET DEMENTIE. ALLEEN TOEGANKELIJK MET WLZ-INDICATIE.
Zeven Bronnen (dagbehandeling)	A Lovendaalhoeve 30, 6225 AG Maastricht T 043 - 631 43 00 30, Maastricht • maandag t m vrijdag ALLEEN TOEGANKELIJK MET WLZ-INDICATIE
Envida Heuvelland	T 0900 - 22 33 440 E info@envida.nl
De Bron	A Breusterhof 45, 6245 EL Eijsden T 043 - 85 111 30 • maandag t m vrijdag
't Hoes van Mergraote	A Amerikaplein 1, 6269 DA Margraten T 043 - 63 14 845 • dinsdag t m vrijdag
Sociaal Cultureel Centrum	A Prins Hendrikstraat 21, 6245 ED Eijsden T 06 - 83 97 61 18 • maandag t m vrijdag

LOCATIE	LOCATIE EN DETAILS
Ut Bonger Hart	A Wilgenlaan 1, 6241 BH Bunde T 06 - 82 11 07 82 • maandag t m vrijdag (incl. ophalen en thuisbrengen en warme maaltijd)
't Geboew	A Mauritiussingel 17, 6305 AZ Schin op Geul T 06 - 28 45 57 73 • maandag, woensdag, donderdag en vrijdag
't Heemet	Bieden van dagstructuur en activiteiten die niet alleen gezellig maar ook zinvol zijn en aansluiten op de behoefte van de gast. A Clarissenstraat 2, 6291 GR Vaals T 06 - 42 19 19 16 E info@envida.nl W envida.nl • maandag, dinsdag en donderdag WMO-INDICATIE
D'r Sjurberig	Bieden van dagstructuur en activiteiten die niet alleen gezellig maar ook zinvol zijn en aansluiten op de behoefte van de gast. A Pater Gelissenstraat 40C, 6294 BN Vijlen T 06 - 28 45 55 40 E info@envida.nl W envida.nl • woensdag en vrijdag WMO-INDICATIE
Ut Bongerhart	Bieden van dagstructuur en activiteiten die niet alleen gezellig maar ook zinvol zijn en aansluiten op de behoefte van de gast. A Carteiijnstraat 6, 6241 CD Bunde T 0900 - 22 33 440 E info@envida.nl W envida.nl • maandag en woensdag WMO- EN WLZ INDICATIE DE WIJKVERPLEEGKUNDIGE OF CASEMANAGER DEMENTIE KAN U HELPEN BIJ HET AANVRAGEN
Sevagram Maastricht	Voor vragen neem contact op met Sevagram Zorgbemiddeling T 045 - 76 30 100
Campagne	A Médoclaan 66, 6213 EC Maastricht T 043 - 20 79 095 • maandag t m vrijdag van 8.30 - 17.00 uur
Licht en Liefde	A Prins Bisschopsingel 20, 6211 JX Maastricht T 088 - 99 13 100 • maandag t m vrijdag van 8.30 - 17.00 uur
Scharwyerveld	A Daaldersruwe 93, 6218 EN Maastricht T 043 - 35 49 180 • maandag t m vrijdag van 8.30 - 17.00 uur

BIJLAGE 6 • BIJZONDERE DAGBESTEDINGSMOGELIJKHEDEN

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

LOCATIE	DOELGROEP	MEER INFORMATIE
SGL Activiteiten Centrum Maastricht	Activiteiten voor mensen met dementie in een beginnend stadium, die actief betrokken willen blijven bij de maatschappij. Het aanbod bestaat o.a. uit zwemmen, educatieve en creatieve activiteiten. Een zinvolle invulling van uw dag, structuur en bovendien ontmoet u nieuwe mensen en lotgenoten. Samen activiteiten ontdekken die het best bij uw doelen passen en wat u leuk vindt om te doen.	<p>A Symphoniesingel 60, 6218 AA Maastricht T 045 - 8000 8000 E zorgbemiddeling@sgl-zorg.nl W sgl-zorg.nl</p> <p>WMO-INDICATIE, INFORMEER NAAR EIGEN BIJDRAGE, PGB, PARTICULIER</p>
Société de Beyart Maastricht	Een particuliere dagbesteding speciaal voor de nog zelfstandig thuiswonende die nog graag de actualiteit volgt en een rustig groepsgesprek aangenaam vindt.	<p>A Brusselsestraat 38, 6211 PG Maastricht T 043 - 63 11 700 E info@debeyart.nl W debeyart.nl</p> <p>WLZ-INDICATIE, PARTICULIER</p>
Dagbeleving Hei Neve, Thuiszorg Groot Limburg (TGL) Maastricht	Verenigingsgevoel, begeleid werken en vooral jezelf kunnen zijn. Een gevarieerd aanbod met voor ieder wat wils (7 dagen in de week open).	<p>A Hei Neve, Duitse Poort 13, 6221 VA Maastricht T 043 - 34 72 494 E info@thuiszorggrootlimburg.nl W thuiszorggrootlimburg.nl</p> <p>WLZ-INDICATIE</p>
NOVIZorg	Op maat gestructureerd dagprogramma. Er worden activiteiten aangeboden gericht op o.a. volgende gebieden: cognitie, beweging, muziek, ontspanning.	<p>A Ambyerstraat Noord 28, 6225 EE Maastricht T 045 - 23 10 310 E info@novizorg.nl</p>

LOCATIE	DOELGROEP	MEER INFORMATIE
Zorgatelier Maastricht	<p>Creatieve dagbesteding o.a. voor mensen met lichte dementie die behoefte hebben aan rust en structuur.</p> <p>Leeftijd vanaf 30 jaar. Ruim creatief aanbod in huiselijke atelier sfeer.</p>	<p>A Heugemerstraat 267, 6229 AR Maastricht T 043 - 34 34 139 of T 06 - 50 69 21 87 E info@zorgateliermaastricht.nl W zorgateliermaastricht.nl Open: maandag t/m vrijdag van 9.00 - 16.00 uur WMO-INDICATIE, PGB, PARTICULIER</p>
In Harmony dagbesteding Maastricht, Mheer en Wittem	<p>Een gemengde groep gasten (oa mensen met dementie en andere kwetsbare senioren). Zowel individuele- als groepsactiviteiten op een locatie van In Harmony of bij u thuis. Activiteiten komen tot stand al naar gelang de persoonlijke wens, om zo weer een betekenisvolle dag te kunnen beleven en mee blijven doen!</p> <p>In Harmony beschikt over eigen vervoer.</p>	<p>A Gelimment 1, 6261 PH Mheer T 06 - 12 20 46 50 (Charlotte Dobbelstein) T 06 - 21 66 14 14 (Edith Magermans) E contact@inharmonyonline.nl W inharmonyonline.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB, PARTICULIER</p>
Annahofke Vijlen	<p>Kleinschalige dagbesteding met begeleiding bij activiteiten en zorg, o.a. voor mensen met dementie.</p>	<p>A Vijlenstraat 48, 6294 Vijlen T 06 - 83 69 50 25 (Anja Sommer) T 06 - 47 69 35 58 (Linda Fuhrmann) E info@annahofke.nl W annahofke.nl INFORMEER NAAR DE KOSTEN</p>
Artidé Wittem	<p>Persoonsgerichte zorg door het aanbieden van dagbesteding, individuele begeleiding en/of (dag)behandeling. De dagbesteding is gericht op activerende en belevingsgerichte activiteiten. Daarnaast bieden wij verzorging en verpleging.</p>	<p>A Oude Heirbaan 5-7, 6286 AM Wittem T 043 - 45 52 826 E info@artide.org W artide.org Open: maandag t/m vrijdag van 9.00 - 16.00 uur WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB OF ZIN, PARTICULIER</p>

BIJLAGE 7 • ZORGBOERDERIJEN IN MAASTRICHT-HEUVELLAND

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

LOCATIE	LOCATIE EN DETAILS
Zorgboerderij Daalhoeve	A Alesiahof 40, 6215 SX Maastricht T 043 - 347 47 86 W daalhoeve.nl/zorgboerderij WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE (ZIN EN PGB)
Zorgboerderij Ravensbosch	A Ravensboschstraat 59, 6336 XG Hulsberg T 045 - 40 59 055 W zorgboerderijravensbosch.nl/zorgboerderij WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE (ZIN OF PGB) OF PARTICULIER
Zorgboerderij Hoeve Schaffersberg	A Hilleshagerweg 116, 6281 AH Mechelen T 043 - 455 20 77 E info@hoeveschaffersberg.nl W hoeveschaffersberg.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB LET OP! OPENT DE DEUREN IN HET NAJAAR VAN 2025
Activiteitenhoeve Wijlre	A Valkenburgerweg 105, 6321 GC Wijlre T 043 - 32 61 1 29 E info@activiteitenhoeve.nl W activiteitenhoeve.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB, PARTICULIER
Vreugdehoeve (Envida)	A Hekstraat 70, 6235 NL, Ulestraten T 06 - 21 80 13 92 E info@envida.nl W Envida.nl WMO-INDICATIE, PARTICULIER
Zorgboerderij Genzon	A Genzon 39, 6235 AA, Ulestraten T 043 - 36 44 925 E info@genzon.nl W genzon.nl Contactpersoon: Sebastiaan van der Flier WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PARTICULIER
Zorgboerderij Mondani farm	A Reijmerstokkerdorpsstraat 125 A, 6274 NJ, Reijmerstok T 06 - 46 65 87 41 W mondanifarm.nl WMO-INDICATIE, PGB

LOCATIE	LOCATIE EN DETAILS
Zorgboerderij Regihoeve	<p>A Groenestraat 1, 6274 NE Reijmerstok T 043 - 45 73 572 E regihoeve@hetnet.nl W regihoeve.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB</p>
Zorgboerderij Spetses	<p>A Bommerigerweg 8, 6281 BS Mechelen T 043 - 45 51 226 E i_slenter@hotmail.com W zorgboerderijspetses.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB</p>

BIJLAGE 8 • THUISZORGORGANISATIES

WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
Thuiszorgpunt Maastricht-Heuvelland	Mensen die verzorging of verpleging thuis nodig hebben kunnen bellen met het Thuiszorgpunt Maastricht-Heuvelland. Het Thuiszorgpunt werkt voor alle door de zorgverzekeraar gecontracteerde thuiszorgorganisaties in Maastricht-Heuvelland en heeft altijd het meest actuele overzicht.	<p>T 043 - 85 09 301 E aanvraag@thuiszorgpuntmaastrichtheuvelland.nl</p>
Buurtzorg	<ul style="list-style-type: none"> • Persoonlijke verzorging • Verpleging (soms ook gespecialiseerde verpleging, o.a. infuuszorg thuis) • Advies, voorlichting en begeleiding door gespecialiseerde verpleegkundigen dementie • Terminale zorg overdag/'s nachts • Soms individuele begeleiding voor chronisch zieken, handicap, zelfzorgtekort, na ontslag bij ziekenhuisopname • In sommige gevallen individuele begeleiding 	<p>Buurtzorg Maastricht:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sint Pieter-Centrum T 06 - 23 93 50 00 E maastrichtsintpietercentrum@buurtzorgnederland.com • Buurtzorg Maastricht Noord T 06 - 23 01 45 13 E maastrichtnoord@buurtzorgnederland.com <p>Buurtzorg Gulpen-Wittem (Wijlre) T 06 - 10 43 12 72 (24u/dag bereikbaar) E gulpenwittem@buurtzorgnederland.com</p>

WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
		Buurtzorg Meerssen T 06 - 83 53 77 70 E meerssen@buurtzorgnederland.com
Cicerozorgservice Geulle	<ul style="list-style-type: none"> • Hulp bij het huishouden • Verzorging, (gespecialiseerde) verpleging (wijkverpleging) • Palliatieve/terminale zorg • Personenalarmering • Volledig pakket thuis (vpt) of modulair pakket thuis (mpt)* 	T 0900 - 500 95 00 E zorgservice@cicerozorggroep.nl W cicerozorggroep.nl VOOR EEN AANTAL ZORGDIENTEN IS EEN CIZ-INDICATIE VEREIST
Elis thuiszorg Zuid-Limburg	Kleinschalige thuiszorgorganisatie, waarbij gepland wordt met kleine teams op vaste tijden: <ul style="list-style-type: none"> • Hulp bij het huishouden • Verzorging en verpleging • Wijkverpleegkundigen • Volledig pakket thuis (vpt) of modulair pakket thuis (mpt)* • Individuele Begeleiding 	T 043 - 40 94 734 T 046 - 47 59 922 E info@elsthuiszorg.nl W elsthuiszorg.nl WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB, ZIN, TARIEVEN STAAN OP WEBSITE
Envida Maastricht-Heuvelland	Teams gekoppeld aan wijken of dorpen, nauwe samenwerking met huisarts of medisch specialist. <ul style="list-style-type: none"> • Huishoudelijke zorg • Wijkverpleging • Samen actief • Behandeling, begeleiding en ondersteuning • Wijkpoli's • Zorgwoningen • Alles voor thuis met zorg <p>Kijk voor meer informatie op de website onder de tab 'Thuis met zorg'</p>	T 0900 - 22 33 440 (24 uur per dag) E info@envida.nl W envida.nl

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

WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
Hart voor Zorg en Welzijn Maastricht-West	<ul style="list-style-type: none"> • Hulp bij dagelijkse verrichtingen en huishouden • Verpleegkundige ondersteuning • Psychosociale begeleiding • Algemeen advies rond zorg en welzijn • Volledig pakket thuis (vpt) of modulair pakket thuis (mpt)* 	<p>T 043 - 20 705 90 E info@hartvoorzorgenwelzijn.nl W hartvoorzorgenwelzijn.nl</p>
Sevagram Verzorgd wonen in Maastricht of Valkenburg	Wilt u meer weten over de mogelijkheden en de geboden zorg en ondersteuning neem contact op met Zorgbemiddeling	<p>T 0900 - 777 4 777 (zorgbemiddeling) E zorgbemiddeling@sevagram.nl W sevagram.nl</p>
Pallium Portam Maastricht-Heuvelland	<p>Zorg vanuit de positieve gezondheidsvisie.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zorgbemiddeling • Verzorging en verpleging • Huishoudelijke ondersteuning • Individuele begeleiding • Nachtzorg • Volledig pakket thuis (vpt)* of modulair pakket thuis (mpt)* 	<p>T 06 - 81 00 99 93 T 06 - 40 06 74 38 E info@palliumportam.nl W palliumportam.nl</p>
Artidé, Wittem	Individuele begeleiding, dagbesteding en (dag)behandeling (fysiotherapeut, ergotherapeut en logopedist). Activiteiten thuis of in een groep hebben als doel de zelfstandigheid en persoonlijke ontwikkeling te bevorderen of te behouden en mantelzorgers te ontlasten. Artidé beschikt over eigen (rolstoel-) vervoer.	<p>T 043 - 45 52 826 T 043 - 45 51 943 E info@artide.org W artide.org Open: maandag t/m vrijdag van 9.00 - 16.00 uur</p> <p>WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE, PGB, ZIN, PARTICULIER</p>



Sociale Kaart Maastricht

socialekaartmaastricht.nl ► zorg voor een naaste



WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
<p>Servaas Thuiszorg</p>	<p>SERVAAS Thuis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verzorging • Verpleging • Individuele begeleiding • Zorg bij dementie • Terminale zorg • Palliatieve zorg <p>SERVAAS Extra</p> <ul style="list-style-type: none"> • Persoonlijk vervoer • Huishoudelijke hulp • Dagbesteding bij partners • Gezelschap 	<p>T T 043 - 85 12 509 E info@servaasthuiszorg.nl W servaasthuiszorg.nl</p> <p>ALLEEN MOGELIJK VIA PGB OF PARTICULIER</p>
<p>Thuiszorg Groot Limburg (TGL)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dementiezorg • Welzijn • Verpleging en verzorging • Dagbeleving Hei Neve • Nachtzorg • Palliatieve zorg • Hulp bij het huishouden • Technologie en hulpmiddelen 	<p>T 043 - 34 72 494 E info@infothuiszorggrootlimburg.nl W thuiszorggrootlimburg.nl</p>
<p>Zorg en Gezelschap Maastricht-Heuvelland</p>	<p>Kleinschalig.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Persoonlijke verzorging en verpleging • Begeleiding individueel 	<p>T 088 - 01 87 788 E info@zorgengezelschap.nl W zorgengezelschap.nl</p> <p>WMO-INDICATIE, WLZ-INDICATIE</p>

WAT IS HET?	WELKE HULP WORDT GEBODEN?	CONTACTGEGEVENS
Zorg voor Welzijn Limburg	Maatwerk en vraaggericht. <ul style="list-style-type: none"> • Hulp bij dementie • Intensieve individuele begeleiding (start binnen 1 week na de aanmelding) • Praktische ondersteuning, ook voor de mantelzorger • 2-3 keer per week op huisbezoek komen (afhankelijk van de indicatie) • Overbruggingszorg tot aan opname • Ondersteuning bij aanvraag pgb • Modulair pakket thuis (mpt)* 	T 06 - 30 141 169 E info@zorgvoorwelzijnlimburg.nl W zorgvoorwelzijnlimburg.nl WMO-INDICATIE, WLZ ENKEL VIA EEN PGB, PARTICULIER

BIJLAGE 9 • RESPIJTZORG

NAAM	DETAILS
Steunpunt Mantelzorg Zuid	De zorg tijdelijk overdragen, uitgebreide informatie over het hoe, wat en de kosten hiervan vind je op de website van het steunpunt. T 043 - 32 15 046 E info@mantelzorgzuid.nl W mantelzorgzuid.nl
Handen in huis	24-uurs mantelzorgvervanging door vrijwilligers T 030 - 65 90 970 E info@handeninhuis.nl W handeninhuis.nl
In Harmony 'Spésjaal'	Tijdelijke en volledige vervangende mantelzorg, ook slaapdiensten bij een laag complexe vorm van nachtzorg T 06 - 21 66 14 14 T 06 - 12 20 46 50 E contact@inharmonyonline.nl W inharmonyonline.nl
Annahofke Vijlen	Kleinschalig T 06 - 83 69 50 25 (Anja Sommer) E info@annahofke.nl • max. 4 personen W annahofke.nl

* **vpt en mpt zijn leveringsvormen van zorg** De pakketten bevatten bijna alle zorg die u ook in een zorgcentrum zou kunnen krijgen.

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

NAAM	DETAILS
Envida en Sevagram	Logeren voor ouderen om mantelzorger (preventief) te ontlasten. Aanvragen via Zorgpunt Maastricht-Heuvelland T 043 - 850 93 00 BIJ ENVIDA VIA WMO-INDICATIE OF WLZ-INDICATIE BIJ SEVAGRAM VIA WLZ-INDICATIE
Saar aan huis Zuid-Limburg	Vervangende mantelzorg en hulp bij dementie (ook voor 24-uurs) T 043 - 20 58 104 E zuid limburg@saaraanhuis.nl W saaraanhuis.nl

BIJLAGE 10 • KLEINSCHALIG WONEN

NAAM	DETAILS
Annahofke Vijlen	T 06 - 83 69 50 25 (Anja Sommer) T 06 - 47 69 35 58 (Linda Fuhrmann) E info@annahofke.nl W annahofke.nl ZORG MIDDELS PGB, WONEN UIT EIGEN MIDDELEN
Cicero Residentie Maastricht	T 0900 - 500 9 500 E zorgservice@cicerozorggroep.nl W cicerozorggroep.nl
Dagelijks-leven.nl Kerkrade, Roermond, Sittard en Heerlen	T 055 - 200 23 03 E zorg@dagelijks-leven.nl W dagelijks-leven.nl BETAALBAAR VOOR IEDEREEN
Elsresidentie Margraten	T 043 - 71 15 092 E info@elsresidentie.nl W elsresidentie.nl
Het andere wonen Klimmen	T 085 - 77 37 776 E klimmen@hetanderewonen.nl W hetanderewonenklimmen.nl
Het Gouden Hart Valkenburg	T 085 - 808 70 20 E info@hetgoudenhart.nl W hetgoudenhart.nl
D'n Drij Gronsveld	A Keerderweg 3, 6247 AS Gronsveld T 043 - 36 90 470 E zorgadvies@envida.nl

NAAM	DETAILS
Martha Flora Huis Maastricht en Hulsberg	A Panhuys 13, 6336 AH Hulsberg T 045 - 20 32 541 (Martha Flora Hulsberg) A Abtstraat 5d, 6211 LS Maastricht T 043 - 20 42 973 (Martha Flora Maastricht) W marthaflora.nl
Meandergroep Eschveld Gulpen-Wittem en Epen	T 045 - 567 68 05 E klantenservice@mgzl.nl W meandergroep.com groepswoningen
Nobama Care Berg en Terblijt, Meerssen en Valkenburg	T 043-20 412 51 E info@nobamacare.nl W nobamacare.nl
Ulestaete Ulestraten	A Albert Schweitzerstraat 16, 6235 CV Ulestraten T 043 - 369 04 70 E zorgadvies@envida.nl W envida.nl/locaties/ulestaete

BIJLAGE 11 • ZORGCENTRA

NAAM	LOCATIE	DETAILS
Envida	Algemeen	T 043 - 369 04 70 E zorgadvies@envida.nl W Envida.nl
	Maastricht	Grubbeveld A Vijverdalseweg 10, 6226 NB Maastricht
		Hagerpoort A Laurierhoven 50A, 50B, 52A, 5, 6225 EK Maastricht
		Croonenhoff A Veldstraat 18A, 6227 SZ Maastricht
		Koepelhof A Koepelstraat 84, 6224 LW Maastricht
Larisa A Polvertorenstraat 20, 6211 LX Maastricht		
Lindenhoven A Laurierhoven 50A, 50B, 52A, 5, 6225 EK Maastricht		
De Zeven Bronnen A Lovendaalhoeve 30, 6225 AG Maastricht		
De Mins A Ponjaardruwe 91, 6218 SM Maastricht		
Lenculenhof A Abstraat 13, 6211 LS Maastricht		
Residentie Gerlachus A Bieslanderweg 60, 6213 AL Maastricht		
Meerssen	Beukeloord A Gasthuisplantsoen 1, 6231 JX Meerssen	
Bunde	De Wilgenhof A Wilgenlaan 1, 6241 BH Bunde	

NAAM	LOCATIE	DETAILS
	Eijsden-Margraten	De Bron A Breusterhof 45, 6245 EL Eijsden Appelgaard A van Schaluynhofstraat 4, 6269 DD Margraten De Lommer A Spronkstraat 21A, 6269 AM Margraten
	Gulpen	Klein Gulpen A Oude Rijksweg 47, 6271 AA Gulpen
	Valkenburg	Huize St. Jozef A Kloosterweg 34, 6301 WK Valkenburg
Sevagram	Algemeen	T 0900 - 777 4 777 (Servicebureau) W sevagram.nl
	Maastricht	Campagne* A Médoclaan 66, 6213 EC Maastricht Scharwyerveld* A Daaldersruwe 93, 6218 EN Maastricht Licht en Liefde A Prins Bisschopsingel 20, 6211 JX Maastricht
	Gulpen	Dr. Ackenshuis A de Oude Maastrichterweg 21, 6271 EA Gulpen Hazelhof (Korsakov-afdeling) A Oude Maastrichterweg 11, 6271 EA Gulpen
	Vaals	Langedael A Bloemendalstraat 148, 6291 CM Vaals
	Valkenburg	Oosterbeemd A Wethouder Paulssenlaan 8, 6301 ZZ Valkenburg Valkenheim A Burgemeester Henssingel 2, 6301 DG Valkenburg
	Berg en Terblijt	Zorgcentrum Fonterhof A Valkenburgerstraat 114, 6325 BR Berg en Terblijt
	Eijsden-Margraten	De Keerderberg A Bakkerboschweg 16, 6267 AC Cadier en Keer
Cicero Zorggroep	Algemeen	T 045 - 56 37 400 T 0900 - 500 9 500 (algemeen nummer - 24 uur per dag bereikbaar) W cicerozorggroep.nl
	Geulle	Ave Maria A Hussenbergstraat 21, 6243 AG Geulle T 043 - 36 41 010
De Beyart	Maastricht	De Beyart A Brusselsestraat 38, 6211 PG Maastricht T 043 - 63 11 700 W debeyart.nl

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





BURO BONNÉ | 1491



De keuzewijzer is een productie van
CZ, Alzheimer Centrum Limburg en Hulp Bij Dementie