



Naast het verlenen van structurele mantelzorgondersteuning bestaat er ook hulp voor eenvoudige klusjes via het online platform WeHelpen.nl. Heeft u hulp nodig bij het uitlaten van uw hond, moet er een plank worden opgehangen of wilt u graag met iemand een praatje maken? U kunt op de website [wehelpen.nl/gemeentekatwijk](http://wehelpen.nl/gemeentekatwijk) zelf uw hulpvraag plaatsen en het aanbod van hulpaanbieders vinden in gemeente Katwijk. Daarnaast kunt u met familie en vrienden ook gebruik maken van de hulpnetwerktool voor de zorg voor een vriend of familielid. Dit online hulpnetwerk biedt de mogelijkheid om als mantelzorgers onder andere een online agenda, notities en logboek bij te houden en samen te delen.

Mocht u vragen hebben over WeHelpen in gemeente Katwijk of heeft u hulp nodig bij het aanmaken van uw account? U kunt ons bereiken op 071-4033323 of via [gemeentekatwijk@wehelpen.nl](mailto:gemeentekatwijk@wehelpen.nl)



## Wilt u meer weten?

### Bezoekadres :

Welzijnskwartier mantelzorgondersteuning  
Callaoweg 1  
2223 AS KATWIJK

**Telefoon:** 071-4033323

**E-mail:** [info@mantelzorgsteunpunt.nl](mailto:info@mantelzorgsteunpunt.nl)

**Website:** [www.mantelzorgsteunpunt.nl](http://www.mantelzorgsteunpunt.nl)

### Openingstijden:

Dinsdag t/m donderdag 9.00—14.00 uur

Inloopspreekuur: dinsdagmorgen van  
van 10.00-11.30 uur

U kunt contact opnemen voor een afspraak op een ander moment.

### Medewerkers:

Annabel Gerritsen  
[annabelgerritsen@welzijnskwartier.nl](mailto:annabelgerritsen@welzijnskwartier.nl)  
sociaal werker mantelzorg

Asli Filiz  
[aslifiliz@welzijnskwartier.nl](mailto:aslifiliz@welzijnskwartier.nl)  
sociaal werker mantelzorg



Volg ons op  
Facebook



MANTELZORGONDERSTEUNING

# U bent mantelzorger

*Mogen wij uw partner in de  
zorg zijn om uw naaste?*

## Bent u mantelzorger?

In Nederland zijn 2,6 miljoen mantelzorgers. Dat zijn mensen die meer dan acht uur per week en/of langer dan drie maanden voor een chronisch ziek, gehandicapte of hulpbehoevend familielid, vriend, kennis of buur zorgen. U bent dus niet de enige!

Mantelzorger worden is niet iets waar men voor kiest. Er ontstaat een zorgsituatie in het gezin of in de familiekring en als vanzelfsprekend neemt de omgeving de zorg op zich. Alhoewel mantelzorg vaak met toewijding en liefde wordt gegeven, is het prettig om een partner in de zorg te hebben. Iemand die met u meedenkt en helpt oplossingen te zoeken voor situaties waarin u als mantelzorger terecht kunt komen.

## Welzijnskwartier mantelzorgondersteuning helpt u op weg.

*'Ik zorg al 5 jaar voor mijn dementerende man Hans. Ik had behoefte aan wat meer tijd voor mijzelf. De sociaal werker van Welzijnskwartier mantelzorgondersteuning bracht mij in contact met vrijwilligersorganisaties. Nu komt vrijwilliger Henk met Hans kaarten en kan ik een middag in de week naar mijn vriendinnen. Daar knap ik helemaal van op!'*

Heeft u behoefte aan een vrijwilliger in de thuissituatie om u te ondersteunen? Neem contact met ons op dan kunnen wij u doorverwijzen.

## Wat kan het Welzijnskwartier mantelzorgondersteuning voor u betekenen?

Welzijnskwartier mantelzorgondersteuning draagt de Katwijkse mantelzorgers een warm hart toe. Zij biedt een vangnet voor mantelzorgers die in de knel komen met de zorg voor hun naaste(n).

Welzijnskwartier mantelzorgondersteuning wil voorkomen dat mantelzorgers overbelast raken en helpen hen een handje op weg om de zorg vol te kunnen blijven houden.

Onze sociaalwerkers luisteren naar uw verhaal, denken mee in de vraagstukken waarvoor u komt te staan en ondersteunen u in de zorg voor uw naaste(n).

Daarnaast bieden wij de volgende ondersteuning:

- informatie, advies en begeleiding,
- emotionele steun,
- educatie,
- praktische hulp,
- Doorverwijzing respijtzorg,
- financiële tegemoetkomingen,
- materiële hulp.,
- Doorverwijzing sociale ondersteuningsteam.

Ook kunt u ook bij het Welzijnskwartier mantelzorgondersteuning terecht voor informatie over de blijk van waardering.

Welzijnskwartier mantelzorgondersteuning organiseert jaarlijks themabijeenkomsten waar mantelzorgers elkaar kunnen ontmoeten en kennis kunnen opdoen. De ontspanningsbijeenkomsten zijn vooral bedoeld om even los te zijn van de zorg (De warme mantel)

Kijk u op de website van Welzijnskwartier voor de actuele activiteitenagenda.

Aanmelden voor één van deze activiteiten kan via de website [www.welzijnskwartier.nl](http://www.welzijnskwartier.nl) of telefonisch op maandag t/m vrijdag tijdens kantooruren : ☎ : 071-403 33 23 .



*“Ik wist zo weinig over het ziektebeeld van mijn vrouw. Daarom gaf ik mij op voor de themabijeenkomst ‘Omgaan met een chronische ziekte’. Daar werd mij een heleboel duidelijk. Onze relatie is nu een stuk verbeterd’.*”