

Deze folder is mede mogelijk gemaakt door:



**Wilt u meer informatie over mantelzorg?**

Bekijk dan eens deze websites:  
[www.mantelzorgelijk.nl](http://www.mantelzorgelijk.nl) [www.mantelzorg.nl](http://www.mantelzorg.nl)

Of bel met de mantelzorglijn van MantelzorgNL  
☎ 030 - 760 60 55

[dementietwente.nl](http://dementietwente.nl)



Uitgave: januari 2025

## Aanvullende ondersteuning

Meer ondersteuning in het dagelijks leven kan nodig zijn, bijvoorbeeld voor praktische hulp en dagelijkse structuur. Een aanbieder van aanvullende mantelzorg biedt uitkomst, vaak zonder indicatie. U krijgt vaste hulpen die bij u passen en het is eenvoudig om extra hulp in te schakelen, van 1 uur tot 7 dagen per week. De aanbieders adviseren u over de verschillende mogelijkheden om de hulp te bekostigen.



*'Elke organisatie is uniek, kijk vooral wat u aanspreekt. Zij gaan graag met u in gesprek.'*

- \* **Betaal je Maatje**  
☎ 074 20 11 106 ✉ [info@betaaljemaatje.nl](mailto:info@betaaljemaatje.nl)  
[www.betaaljemaatje.nl](http://www.betaaljemaatje.nl)
- \* **Buuf van Brokant**  
☎ 074 25 93 663 ✉ [info@brokant.nl](mailto:info@brokant.nl)  
[www.brokant.nl/hulp-aan-huis](http://www.brokant.nl/hulp-aan-huis)
- \* **Home Instead Thuiservice Twente**  
☎ 053 30 30 122 ✉ [info.enschede@homeinstead.nl](mailto:info.enschede@homeinstead.nl)  
[www.homeinstead.nl/enschede](http://www.homeinstead.nl/enschede)

- \* **Saar aan Huis**  
☎ 053 20 05 548 ✉ [oosttwente@saaraanhuis.nl](mailto:oosttwente@saaraanhuis.nl)  
☎ 06 86 89 87 97 ✉ [westtwente@saaraanhuis.nl](mailto:westtwente@saaraanhuis.nl)  
[www.saaraanhuis.nl](http://www.saaraanhuis.nl)

- \* **Seniorservice**  
☎ 06 83 15 29 41 ✉ [twente@seniorservice.nl](mailto:twente@seniorservice.nl)  
[www.seniorservice.nl/regios/twente](http://www.seniorservice.nl/regios/twente)

- \* **Zorgelf**  
☎ 06 51 17 74 96 ✉ [info@zorgelf.nl](mailto:info@zorgelf.nl)  
[www.zorgelf.nl](http://www.zorgelf.nl)

- \* **Zorgmaatje aan Huis**  
☎ 06 27 20 03 79 ✉ [hengelo@zmah.nl](mailto:hengelo@zmah.nl)  
[www.zorgmaatjeaanhuis.nl](http://www.zorgmaatjeaanhuis.nl)

- \* **Zorgmies**  
☎ 06 24 13 49 85 ✉ [oldenzaal@zorgmies.nl](mailto:oldenzaal@zorgmies.nl)  
[www.zorgmies.nl](http://www.zorgmies.nl)

### Ondersteuning in de laatste levensfase

- \* **Evenmens VPTZ**  
☎ 0548 63 88 39 ✉ [vptz@evenmens.nl](mailto:vptz@evenmens.nl)  
[www.evenmens.nl](http://www.evenmens.nl)

- \* **Leendert Vriel**  
[www.leendertvriel.nl](http://www.leendertvriel.nl)

## Onafhankelijke cliëntondersteuning

Een onafhankelijke cliëntondersteuner kan van waarde zijn als u (tijdelijke) ondersteuning nodig heeft op het gebied van zorg, jeugdhulp, opvoeding, onderwijs, wonen, financiën of werk. Aan deze hulp zijn geen kosten verbonden.

Als u niet weet hoe u een vraag om (tijdelijke) ondersteuning moet oppakken of u wordt van het kastje naar de muur gestuurd? Dan kan een onafhankelijke cliëntondersteuner u helpen. Bijvoorbeeld door het verhelderen van uw vraag, het verkrijgen van toegang tot hulp of als u een andere invulling van de zorg wenst.

- \* **Mee Samen**  
☎ 088 63 30 633 ✉ [info@meesamen.nl](mailto:info@meesamen.nl)  
[www.meesamen.nl](http://www.meesamen.nl)

- \* **SCOT**  
☎ 085 48 90 374 ✉ [info@scotwente.nl](mailto:info@scotwente.nl)  
[www.scotwente.nl](http://www.scotwente.nl)

- \* **Zorgbelang Overijssel**  
☎ 074 29 13 597 ✉ [info@zorgbelangoverijssel.nl](mailto:info@zorgbelangoverijssel.nl)  
[www.zorgbelang-overijssel.nl](http://www.zorgbelang-overijssel.nl)

### Ook al gedacht aan een mantelzorgmakelaar?

Een mantelzorgmakelaar is iemand die regeltaken van de mantelzorg overneemt, zodat u minder wordt belast. Dit is handig als u sommige taken lastig vindt of als u er geen tijd voor hebt.

Een mantelzorgmakelaar inschakelen? Kijk op [www.hulpvoormantelzorgers.nl](http://www.hulpvoormantelzorgers.nl)



Via deze QR-code kunt u zien wie in Twente actief is.

 **Wegwijzer mantelzorg**

# Ik ben mantelzorg

Waar kan ik terecht voor vragen en ondersteuning?



### Wat is mantelzorg?

Zorgt u voor een naaste die langdurig ziek is, een beperking heeft of hulpbehoevend is? Dan bent u mantelzorger. Ook als de zorg vanzelfsprekend voelt. Zoals zorg voor uw kind of zieke ouder.



### Eerst enkele tips voor uzelf

- Vind steun zodat u niet overbelast raakt.
- Aarzel niet anderen in te schakelen.
- Probeer te accepteren dat zaken anders gaan dan u wilt.
- Blijf uw eigen contacten onderhouden.
- Kijk vooral naar wat er nog wel kan.

dementietwente.nl



## Waar kunt u terecht?



### Gemeente



### Welzijn



### Aanvullende ondersteuning



### Onafhankelijke cliëntondersteuning

### Waarom deze wegwijzer?

Om de zorg voor uw naaste vol te blijven houden kunt u een beroep doen op verschillende ondersteuningsmogelijkheden. Het is vaak een zoektocht wat past bij uw situatie en waar u terecht kan.

Met deze wegwijzer worden de mogelijkheden per gemeente in beeld gebracht. Dit kan per gemeente verschillend georganiseerd zijn. We hebben daarin geprobeerd zo volledig mogelijk te zijn, zodat u een eerste stap kunt zetten.



## Gemeente

**Gemeenten zijn verantwoordelijk voor de ondersteuning van u als mantelzorger. Zij helpen u op weg of verwijzen u door.**

Heeft u ondersteuning nodig om de zorg en ondersteuning voor uw naaste goed te kunnen vervullen en volhouden. En weet u niet precies welke ondersteuning bij uw situatie past? Neem dan gerust contact op met uw gemeente. Niet alle ondersteuning is gratis. Het kan zijn dat er een eigen bijdrage of vergoeding gevraagd wordt die niet vergoed wordt door uw gemeente, zorgverzekering of zorgkantoor.

*'Weet dat u er als mantelzorger nooit alleen voor staat!'*

- \* **Almelo**  
☎ 0541 54 11 11  
✉ gemeente@almelo.nl  
www.almelo.nl/  
zorg-en-ondersteuning
- \* **Dinkelland**  
☎ 0541 85 44 01  
✉ info@schakeldinkelland.nl  
www.schakeldinkelland.nl
- \* **Borne**  
☎ 074 26 58 590  
✉ sociaalhus@borne.nl  
www.borne.nl
- \* **Enschede**  
☎ 053 48 17 900  
www.enschede.nl/  
wijkwijzer-zorg-en-hulp

- \* **Haaksbergen**  
☎ 053 57 34 589  
✉ info@noaberpoort.nl  
www.noaberpoort.nl
- \* **Hellendoorn**  
☎ 0548 63 00 00  
✉ loketsociaaldomein@hellendoorn.nl  
www.hellendoorn.nl
- \* **Hengelo**  
☎ 074 20 20 800  
✉ entree@wijkkrachthengelo.nl  
www.wijkkrachthengelo.nl
- \* **Hof van Twente**  
☎ 0547 85 85 85  
✉ info@hofvantwente.nl  
www.hofvantwente.nl
- \* **Losser**  
☎ 053 53 77 400  
✉ wjz@losser.nl  
www.losser.nl/hulp\_bij\_zorg
- \* **Oldenzaal**  
☎ 0541 58 81 00  
✉ sociaalplein@oldenzaal.nl  
www.oldenzaal.nl
- \* **Rijssen-Holten**  
☎ 0548 85 48 36  
✉ sociaalvraagplein@rijssen-holten.nl  
www.rijssen-holten.nl
- \* **Tubbergen**  
☎ 0546 62 87 01  
✉ info@schakeltubbergen.nl  
www.schakeltubbergen.nl
- \* **Twenterand**  
☎ 0546 48 14 50  
✉ info@zorginformatietwenterand.nl  
www.zorgsaamtwenterand.nl
- \* **Wierden**  
☎ 0546 58 09 90  
✉ zorgloket@wierden.nl  
www.wierden.nl



## Welzijn

**Om de zorg langdurig en met plezier vol te houden, is er voor u als mantelzorger een breed ondersteuningsaanbod beschikbaar. Dit kan variëren van persoonlijke en individuele begeleiding, cursussen en lotgenotencontact tot de inzet van een vrijwilliger of deelname aan ontspannende activiteiten.**

- \* **Alifa**  
☎ 053 48 01 200  
www.alifa.nl  
✉ info@alifa.nl  
📍 Beschikbaar in Enschede
- \* **Avedan**  
☎ 0546 54 41 00  
www.avedan.nl  
✉ info@avedan.nl  
📍 Beschikbaar in Almelo
- \* **Evenmens informele zorg voor elkaar**  
☎ 0548 63 88 30  
www.evenmens.nl  
✉ info@evenmens.nl  
📍 Beschikbaar in Twenterand, Wierden, Hellendoorn en Rijssen/Holten
- \* **Fundament Losser**  
☎ 053 536 94 00  
www.fundamentlosser.nl  
✉ info@fundamentlosser.nl  
📍 Beschikbaar in Losser
- \* **Impuls**  
☎ 0541 57 14 14  
www.impuls-oldenzaal.nl  
✉ mantelzorg@impuls-oldenzaal.nl  
📍 Beschikbaar in Oldenzaal
- \* **Incluzio Enschede**  
☎ 053 461 92 26  
www.incluzioenschede.nl  
✉ enschede@incluzio.nl  
📍 Beschikbaar in Enschede
- \* **Mantelzorg Almelo**  
☎ 0546 53 68 30  
www.mantelzorgalmelo.nl  
✉ info@mantelzorgalmelo.nl  
📍 Beschikbaar in Almelo
- \* **Salut**  
☎ 0547 26 00 53  
www.salut-welzijn.nl  
✉ info@salut-welzijn.nl  
📍 Beschikbaar in Hof van Twente
- \* **Stichting de Welle**  
☎ 0548 63 88 10  
www.stichtingdewelle.nl  
✉ info@stichtingdewelle.nl  
📍 Beschikbaar in Hellendoorn en Wierden
- \* **SWTD**  
☎ 085 04 79 400  
www.swtd.nl  
✉ info@swtd.nl  
📍 Beschikbaar in Tubbergen en Dinkelland
- \* **ViaVie welzijn**  
☎ 0548 36 27 55  
www.viaviewelzijn.nl  
✉ info@viaviewelzijn.nl  
📍 Beschikbaar in Rijssen/Holten
- \* **Wijkkracht**  
☎ 088 94 55 722  
www.wijkkracht.nl  
✉ info@wijkkracht.nl  
📍 Beschikbaar in Borne, Haaksbergen, Dinkelland en Oldenzaal
- \* **Wijkkracht Hengelo**  
☎ 074 20 20 800  
www.wijkkrachthengelo.nl  
✉ entree@wijkkrachthengelo.nl
- \* **Zorgzaam Twenterand**  
☎ 0546 481 456  
www.zorgsaamtwenterand.nl  
✉ contact@zorgsaamtwenterand.nl  
📍 Beschikbaar in Twenterand