



DrieGasthuizenGroep
Zorgzaam en gastvrij sinds 1246



Mantelzorg en werk

Ondersteuning voor medewerkers



DrieGasthuizenGroep

Zorgzaam en gastvrij sinds 1246



Zorg jij voor een naaste? Je staat er niet alleen voor!

Zorg jij naast je werk voor een partner, ouder, kind, familielid of vriend met een ziekte, beperking of andere zorgvraag? Dan ben je mantelzorger. Het combineren van werk en mantelzorg kan veel van je vragen. Misschien vraag je je af hoe je alles kunt blijven combineren, wanneer je hulp moet inschakelen of hoe je de zorg tijdelijk kunt overdragen.

DrieGasthuizenGroep vindt het belangrijk dat medewerkers die mantelzorg verlenen ondersteuning kunnen krijgen om werk en privé in balans te houden. In deze folder vind je informatie over regelingen, ondersteuning en organisaties die jou als mantelzorgende collega kunnen helpen.

Jouw netwerk (goede vriend(in) / familielid / andere mantelzorgers)

Praat erover. Betrek je omgeving en deel je zorg(en), emoties, taken en verantwoordelijkheid. Laat anderen weten waarmee ze je kunnen ondersteunen. Samen kun je de zorg voor je naaste beter volhouden.

Vraag om hulp

Wees eerlijk hoeveel belasting je aankunt. Bedenk met welke dingen jij je naaste zelf goed kunt helpen. Zoek voor andere dingen op tijd hulp. Je hoeft het niet alleen te doen.

Leidinggevende, adviseur inzetbaarheid en verzuim of bedrijfsarts

Het combineren van werk en mantelzorg kan uitdagend zijn. Heb je behoefte aan ondersteuning of wil je in gesprek over de balans tussen werk en privé? Bespreek dit dan met je leidinggevende. Samen kunnen jullie kijken naar passende oplossingen. Voor advies kun je ook terecht bij de adviseur inzetbaarheid en verzuim of de bedrijfsarts.

Mentavitalis

Medewerkers kunnen via Mentavitalis gebruikmaken van maximaal 8 uur coaching per jaar. Dit kan ondersteuning bieden bij balansvraagstukken rondom werk, mantelzorg en privé. De gesprekken zijn vertrouwelijk.

Verlofregelingen (vanuit landelijke wetgeving)

- Calamiteitenverlof (binnen cao geregeld)
- Kortdurend zorgverlof (Wet Arbeid en Zorg/Wazo)
- Langdurend zorgverlof (Wet Arbeid en Zorg/Wazo)
- Onbetaald verlof
- Ouderschapsverlof (Wet Arbeid en Zorg/Wazo)

De wijkcoach

De wijkcoaches geven steun en advies bij vragen over zorg, opvoeding, opgroeien en inkomen. Zij zijn er voor iedereen, van jong tot oud.

**Cliëntondersteuning**

Heb je hulp of advies nodig bij het aanvragen of organiseren van zorg voor je naaste? Een cliëntondersteuner kan hierbij ondersteunen.

**Huishoudelijke ondersteuning**

Heb je tijdelijk extra ondersteuning nodig omdat de combinatie van werk, privé en mantelzorg zwaar wordt? Dan kun je dit aanvragen via de **gemeente**. Je betaalt een eigen bijdrage van €19,00 per maand.

**Zorgverzekeraar**

Zorgverzekeraars kunnen in de aanvullende verzekering onderstaande vergoedingen opnemen:



- Mantelzorgmakelaar
- Respijtzorg
- Logeerhuis of herstellingsoord
- Reiskosten voor ziekenbezoek
- **Hulp bij mantelzorg:**
een verzameling diensten waarvan je gebruik kunt maken
- **Trainingen en cursussen:**
bijvoorbeeld mindfulness of een slaapcursus

Mantelzorg Vrijwillige Thuishulp Arnhem (MVT)

Voor informatie, een luisterend oor, lotgenotencontact, ondersteunende cursussen en advies over mantelzorg.

**Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg Arnhem (VPTZ Arnhem)**

Heb je behoefte aan ondersteuning in de zorg voor een naaste in de laatste levensfase? Dan kun je een beroep doen op de vrijwilligers van VPTZ Arnhem. Zij bieden in de laatste levensfase rust, aandacht en aanwezigheid voor jouw naaste. VPTZ Arnhem is rechtstreeks te benaderen via de website of rechtstreeks via: Dolf Mulder: **06 14 95 10 13**.

**Netwerk Dementie Arnhem en Omstreken (NDAO)**

Hierin werken diverse organisaties, waaronder MVT Arnhem, intensief samen om zowel de mantelzorger, de zorgvrager én de zorgprofessional te ondersteunen. De website van het NDAO is dé informatiebron voor iedereen die iets wil weten of wil regelen m.b.t. begeleiding of ondersteunen bij dementie.

**Vrijwilligers Centrale Arnhem**

Vrijwilligers kunnen ondersteunen binnen je privé situatie, bijvoorbeeld ondersteuning bij het huishouden en het overnemen van mantelzorgtaken.



Mantelzorgondersteuning

Luisterlijn MantelzorgNL

- Zorg je voor een ander en heb je vragen?
 - Wil je graag een advies over je persoonlijke situatie?
 - Heb je behoefte aan een luisterend oor?
- De medewerkers van de Mantelzorglijn staan voor je klaar.



Mantelzorgpauze.nl

Hier vind je alle informatie om de zorg tijdelijk over te dragen, zoals het aanbod in en om Arnhem en hoe je dit kunt regelen.



MantelzorgNL

De landelijke vereniging die mantelzorgers ondersteunt en hun belangen behartigt.



Mantelzorgcompliment

Het mantelzorgcompliment is een jaarlijkse waardering voor mantelzorgers vanuit de gemeenten. Kijk hiervoor op de website van de gemeente, hoe dit aangevraagd kan worden, bijvoorbeeld in Arnhem.



Mantelzorgmakelaar

Een mantelzorgmakelaar kan ondersteunen bij regelzaken en het combineren van mantelzorg met andere verantwoordelijkheden, zoals werk.



Belangenorganisaties

Parkinson vereniging



Stichting ALS Nederland



MS vereniging Nederland



Alzheimer Nederland



Patiëntenfederatie Nederland



Cerebrale parese patiëntenvereniging



Crohn & Colitis NL: met elkaar sterker



Diabetesvereniging Nederland



Patiëntenvereniging hersenletsel





DrieGasthuizenGroep

Zorgzaam en gastvrij sinds 1246

DrieGasthuizenGroep zorgt al generaties lang voor mensen met een zorgvraag. Met een compleet dienstenpakket staan we dag en nacht klaar voor onze cliënten, thuis of in één van onze woonzorgcentra. We zijn gedreven om er op alle fronten voor te zorgen dat cliënten zo zelfstandig en prettig mogelijk kunnen leven en wonen. In gezelschap van anderen en in een vertrouwde en veilige omgeving.

DrieGasthuizenGroep is zorgzaam en gastvrij sinds 1246 en tot op de dag van vandaag een begrip in de Arnhemse samenleving. DrieGasthuizenGroep bestaat uit: gastvrije woonzorgcentra voor langdurig en kortdurend verblijf, zorgvriendelijke appartementen, Thuiszorg Groot Gelre en Extra Services. Daarnaast biedt DrieGasthuizenGroep expertise, advies en behandeling vanuit ParaGo.

DrieGasthuizenGroep

Rijnstraat 71

6811 EZ Arnhem

(026) 354 94 15

info@driegasthuizengroep.nl

www.driegasthuizengroep.nl