

INFOFICHE THUISZORG EN RESPIJTZORG

Mensen leven steeds langer. Het liefst van al wordt men graag ouder in een vertrouwde omgeving omringd door mensen die men goed kent. Om aan deze nood tegemoet te komen werd de **thuiszorg** voor ouderen in het leven geroepen. Dankzij allerlei vormen van thuiszorg kan een oudere op deze manier zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. De mantelzorger tracht deze zorg zo goed mogelijk te organiseren.

Indien de zorgbehoevende samenwoont met zijn/haar mantelzorger en er graag eens een namiddagje tussenuit gaat, bvb. om te ontspannen of boodschappen te gaan doen, kan er gebruik gemaakt worden van verscheidene vormen van **respijtzorg**. Dit zijn de mogelijkheden die er bestaan om de mantelzorger eens te ontlasten, zodanig dat deze er zelf eens tussenuit kan.

Onderstaande infofiche biedt een overzicht van het bestaande aanbod betreffende thuis- en respijtzorg. Contactgegevens zijn onderaan terug te vinden.

Professionele zorg

- **Thuisverpleging**
 - o Verzorging en verpleging die bij hulpbehoevende thuis wordt geleverd
 - o Zoek op:
- **Poetshulp**
 - o Aanpassing tarief bij laag inkomen
- **Gezinshulp**
 - o Hulp aan huis bij huishoudelijke taken, zoals koken, boodschappen doen, enzovoort
 - o Er kan tevens 's avonds (van 16 tot 20u) ook iemand langskomen om het maaltijdmoment te begeleiden
- **Thuisbedeling warme maaltijden**
- **Was- en strijkdienst**
 - o Was ophalen en terugbrengen
- **Klusjesdienst**
 - o Zowel voor kleine klusjes als klein onderhoud van de woning (bv. ramen schilderen, kraan repareren,...). De groendienst voor tuinonderhoud zit hier inbegrepen
- **Ergo aan huis**
 - o Ergotherapeuten die aan huis komen
- **Thuiszorghulpmiddelen**
 - o Ergo kan aan huis komen om te bekijken wat iemand het beste van hulpmiddelen aanschaft. Dit is gratis
 - o Je kan ook terecht bij medischop (www.medishop.be) en de thuiszorgwinkels van de mutualiteiten

- **PAS**
 - o Personenalarm
- **Kappers aan huis**
- **Apotheek**
 - o De apotheek kan gratis aan huis komen met medicatie. Niet elke apotheek heeft een dergelijke dienst.
- **Vervoer**
 - o Minder Mobiele Centrale (MMC): deze dienst brengt de mensen naar hun bestemming. Je betaalt hiervoor 10 euro per jaar. Dient 2 dagen vooraf aangevraagd te worden. Ook aangepast vervoer is mogelijk.
 - o Ook andere instanties organiseren soms vervoer. Ga ten rade bij het Welzijnshuis
- **Boodschappendienst**

Dag- en nachtopvang

- **Dagverzorgingscentrum**
 - o Een dagverzorgingscentrum biedt opvang en verzorging overdag
 - o Een 65+'er kan een of meerdere dagen of uren per week naar een dagverzorgingscentrum gaan
 - o Het personeel helpt bij het wassen en de verzorging en er zijn activatie-, revalidatie- en ontspanningsactiviteiten
 - o De centra bieden ook een warme maaltijd aan en vervoer
- **Dagoppas (door professionelen of vrijwilligers)**
 - o Wanneer je zorg draagt voor iemand uit je omgeving (bv. een kind/volwassene met een beperking of chronische ziekte) en nood hebt aan tijd voor jezelf, kan je beroep doen op een oppasdienst (bv. via familiehelp of de mutualiteiten)
 - o Dit kan zowel door professionele diensten als door vrijwilligers
 - o De oppassers houden toezicht bij mensen met een zorgbehoefte. Tijdens hun aanwezigheid zorgen ze voor bezigheid en gezelligheid. Samen met de cliënt drinken ze een kopje koffie, lezen ze de krant, spelen ze een gezelschapsspel, luisteren ze naar muziek,.. Mantelzorgers kunnen zo met een gerust hart even tijd maken voor zichzelf
- **Nachtcentra**
 - o Nachtopvang is een vorm van kortverblijf waarbij de persoon met een zorgnood enkel gedurende de nacht in het woonzorgcentrum verblijft
- **Nachtoppas (door professionelen of vrijwilligers)**
 - o De nachtoppasser houdt toezicht bij de persoon met een zorgnood
 - o De nachtoppasser gaat inslapen bij iemand en staat in voor een aantal zorgtaken:
 - Hulp bij aan- en uitkleden
 - Begeleiden toiletbezoek
 - Hulp bij ontbijt
 - Ondersteuning bij verplaatsingen
- **Baluchon**

- Baluchon Alzheimer tracht de mantelzorg van de persoon met de ziekte van Alzheimer een adempauze aan te bieden, zonder dat het familielid daarom in een andere omgeving geplaatst dient te worden
- De begeleider komt daarom inwonen bij de persoon met Alzheimer en de mantelzorg
- **VAPH voorzieningen**
 - Bieden dagopvang en/of residentiële opvang aan in kortverblijf
 - Mogelijk via PVB en RTH
- **Palliatieve zorg**
 - Het netwerk palliatieve zorg wil het mogelijk maken dat ongeneeslijk zieke mensen, mits voldoende ondersteuning de laatste tijd van hun leven kwaliteitsvol thuis kunnen doorbrengen
 - Palliatieve thuiszorg wil het team van huisarts, thuisverpleegkundige, gezinshulp en andere thuiszorgdiensten ondersteunen en aanvullen om voor de patiënt en zijn familie in deze fase van het leven de nodige levenskwaliteit te verzekeren
 - Aan patiënten met een 'palliatief statuut' betaalt het ziekenfonds het 'palliatief forfait'. Het 'palliatief forfait' is een bijkomende tegemoetkoming voor geneesmiddelen, verzorgingsmateriaal en hulpmiddelen die palliatieve thuispatiënten zelf (gedeeltelijk) moeten bekostigen. Het 'palliatief statuut' kan aangevraagd worden via de huisarts

Residentiële zorg

- **Woonzorgcentra**
 - Een woonzorgcentrum (de nieuwe benaming voor een rusthuis) biedt permanente opvang en verzorging aan ouderen
 - Al wie 65 jaar of ouder is, kan terecht in een woonzorgcentrum. In de praktijk is een woonzorgcentrum in de eerste plaats bedoeld voor wie echt niet meer thuis kan wonen. Het is dus pas als andere zorgformules zoals mantel- en thuiszorg geen oplossing meer bieden en iemand bijna permanent verzorging en hulp of toezicht bij het wonen nodig heeft, dat iemand naar een woonzorgcentrum verhuist
- **Serviceflats en assistentiewoningen**
 - Een serviceflat of assistentiewoning is een soort woning die is aangepast aan de behoeften van wonen, bv. een badkamer met een verhoogd toilet, een inloopdouche, enzovoort.
 - In een serviceflat of dienstenflat woont men in grote mate zelfstandig maar heeft men zoals de naam doet vermoeden thuiszorg binnen onmiddellijk handbereik. Deze zorgfaciliteiten worden georganiseerd vanuit een permanentiedienst die deel uitmaakt van het betrokken appartementencomplex
 - De prijs die iemand voor een flat dekt enkel de huur voor de flat zelf. Alle zorg die via thuiszorg aanwezig dient te zijn, moet hier bovenop nog aangevraagd worden

- **Revalidatiecentrum**
 - Na een hospitalisatie of ernstige ziekte is een herstelverblijf mogelijk
 - Tijdens het verblijf ligt de klemtoon op de verbetering van de situatie en een terugkeer naar huis. Er wordt onder meer werk gemaakt van de revalidatie, zelfredzaamheid, zelfzorg en ondersteuning van de mantelzorg
- **Kortverblijf**
 - De thuiszorgsituatie mag nog zo goed georganiseerd zijn, soms zijn er periodes waarbij opvang moeilijk is (bv. wanneer de mantelzorger op vakantie wil gaan). Kortverblijf neemt de zorg even over zodat de verzorgende familie op adem kan komen
 - Kortverblijf is een aangepast verblijf in een instelling of tehuis. Personen met een zorgnood krijgen er de noodzakelijke verzorging
- **Zorghuis**
 - Een zorghuis biedt tijdelijke opvang tijdens een kankerbehandeling
 - Het zorghuis richt zich 24/7 specifiek op kankerpatiënten en hun mantelzorgers, dit zowel voor, tijdens als na de behandeling
 - De vrijwilligers, die dag en nacht in huis aanwezig zijn, bieden een luisterend oor en praktische hulp. De combinatie van hun ondersteuning en de warme huiselijke sfeer, creëren een instant thuis-gevoel. Gasten verblijven zolang in het zorghuis tot zij zich klaar voelen om terug naar huis terug te keren
- **Zorghotel**
 - Een zorghotel is er voor mensen die na een (kort) ziekenhuisverblijf nog even willen recupereren, ouderen die thuis tijdelijk niet de nodige zorgen kunnen krijgen, en/of mensen die een gastenverblijf nodig hebben omdat een dierbare momenteel in het ziekenhuis verblijft

Welzijn

- **Vrijwilliger aan huis**
 - Vrijwilliger die aan huis langskomt om een babbeltje te slaan
- **Lokale dienstencentra**
 - Lokale dienstencentra bieden informatieve, recreatieve en vormende activiteiten aan. Die activiteiten zijn specifiek bedoeld om de zelfredzaamheid en het sociale netwerk van de deelnemers te versterken. Zo kunt u er terecht met vragen over thuiszorg of kunt u meedoen aan allerlei hobbyactiviteiten zoals yoga- of knutselsessies. U kunt er lessen volgen om met de computer te leren werken of een taal te leren,...
 - Maar daarnaast bieden de lokale dienstencentra ook hulp aan bij activiteiten uit het dagelijkse leven. Op die manier wil het centrum u helpen om zo lang mogelijk thuis te blijven wonen. U kunt er naar de kapper gaan, hulp krijgen bij het wassen, voetverzorging krijgen en andere hygiënische zorgen, u kunt er warm eten, hulp krijgen bij het boodschappen doen, buurthulp en vervoer krijgen, een personalarmsysteem aanvragen, ...
 - Een lokaal dienstencentrum richt zich in het bijzonder tot personen in een beginnende zorgsituatie. Door het aanbod in het dienstencentrum worden ze

aangemoedigd in hun zelfredzaamheid en kunnen ze vaak ook kennis maken met andere vormen van thuiszorg. Die dragen er op hun beurt toe bij dat deze mensen langer thuis kunnen blijven wonen en veel minder snel de stap naar residentiële zorg moeten zetten

- Er kan tevens vervoer aangeboden worden om de deelnemers van en naar een lokaal dienstencentrum te brengen
- **Telefoonster**
 - Heeft u zin om een praatje te slaan met iemand aan de telefoon? Dan is de dienst 'Telefoonster' zeker iets voor u! Elke dag belt een vrijwilliger u op tussen 9u en 9u30 voor een gezellige babbel, ook in het weekend. Op deze manier willen we sociale contacten stimuleren, eenzaamheid tegen gaan en een extra gevoel van veiligheid creëren voor u en uw familie
 - Wanneer u de telefoon niet opneemt zonder vooraf uw afwezigheid te melden, zal de vrijwilliger een contactpersoon (kinderen, familie, burens,...) inlichten zodat ze kunnen nagaan of er iets fout is gelopen
 - Deze dienst is gratis
- **Vakanties:**
 - Er betaan heel wat vakantiemogelijkheden voor personen met een beperking (bv. vanuit de mutualiteit, het Rode Kruis, Samana, S-Plus, vzw Metgezel,...)