

## ZOEKTOCHT NAAR INFORMATIE

Duidelijke informatie krijgen, is belangrijk voor de mantelzorgers. Vanaf het moment dat je de zorg opneemt voor een naaste, begint meteen ook de zoektocht naar antwoorden op heel wat zorgvragen. Als mantelzorgers ben je vaak niet gekend bij de instanties en moet je daarom zelf actief op zoek gaan naar de juiste informatie voor jouw situatie en deze van de persoon waarvoor je zorgt.

Door het sterk versnipperde zorglandschap is het niet altijd gemakkelijk om een duidelijk overzicht te hebben van het bestaande zorgaanbod. Deze infofiche geeft een basisoverzicht van contactpunten waar je terecht kan met vragen.

## EERSTE CONTACTPUNTEN VOOR VRAGEN

### Huisarts

Ook als mantelzorgers kan je bij de huisarts terecht voor vragen en advies over jouw specifieke zorgsituatie, zowel voor je zorgbehoevende als voor jezelf. Aarzel dus niet om een huisarts te consulteren.

Meer info, zoals het vinden van een huisarts van wacht, vind je via [www.hamwvl.be](http://www.hamwvl.be).

### Welzijnshuis Roeselare

In het Welzijnshuis van Stad Roeselare kan elke burger met welzijnsvragen terecht. Deze dienst is gratis. Er zijn wijkteams waarbij je terecht kan voor financiële en materiële hulp. Bij het Welzijnsloket kan je terecht met alle andere welzijnsvragen. Het Welzijnsloket beheert de aanvragen van enkele stadstoelagen:

- Mantelzorgpremie
- Sociaalpedagogische toelage
- Vakantietoelage
- Toelage restafvalzakken

Het Welzijnsloket kan je ook helpen bij het aanvragen van en vragen over tegemoetkomingen voor personen met een handicap, pensioen, huursubsidie, vrijetijdspas, ... Verder hebben ze ook heel wat zitdagpartners zoals FOD Sociale Zekerheid, Federale Pensioendienst, Huurdersbond, Huis van het kind, ...

 Gasthuisstraat 10, 8800 Roeselare

 In de voormiddag is er vrije inloop van 8.30 u. tot 12 u.  
In de namiddag kan je op afspraak langsgaan.

 051 80 59 00


 [welzijnshuis@roeselare.be](mailto:welzijnshuis@roeselare.be)

 [www.roeselare.be](http://www.roeselare.be)

## Centrum Algemeen Welzijnswerk (CAW)

Het CAW helpt mensen met al hun vragen en problemen die te maken hebben met welzijn: een moeilijke relatie, persoonlijke moeilijkheden en financiële, administratieve, juridische of materiële problemen. Problemen in je gezin, familie of je ruimere sociale omgeving, ... Je kan er als mantelzorger steeds terecht voor gratis advies over jouw specifieke situatie.

 Iepersestraat 71, 8800 Roeselare

 Vrije inloop op maandag, woensdag en vrijdag van 9 u. tot 12 u.  
(op woensdag ook in de namiddag van 13 u. tot 17 u.) of op afspraak.

 051 22 59 44

 [onthaal@kawcentraalwestvlaanderen.be](mailto:onthaal@kawcentraalwestvlaanderen.be)

 [www.caw.be/locaties/onthaal-roeselare/](http://www.caw.be/locaties/onthaal-roeselare/)

## Dienst Maatschappelijk Werk (DMW) van de mutualiteit

Bij deze dienst van je mutualiteit kan je steeds terecht met vragen of problemen rond ziekte, handicap, sociale voordelen, thuiszorg, regelgeving, ... Je kan er ook terecht voor het aanvragen van tegemoetkomingen. Deze dienst is gratis. In Roeselare kan je langsgaan bij deze mutualiteiten:

### Christelijke Mutualiteit

 Mandellaan 79, 8800 Roeselare

 Maandag van 8.30 u. tot 10.30 u. (en op afspraak)

 051 75 00 55

 [dmw.roeselaretielt@cm.be](mailto:dmw.roeselaretielt@cm.be)

### Bond Moyson

 Sint-Amandstraat 115, 8800 Roeselare

 Maandag en donderdag van 9 u. tot 11.30 u. (en op afspraak)

 051 26 51 92

 [bm.roeselare@bondmoyson.be](mailto:bm.roeselare@bondmoyson.be)

### Liberale Mutualiteit

 Hendrik Consciencestraat 13-15, 8800 Roeselare


 Maandag, dinsdag, woensdag en donderdag van 8.15 u. tot 12.30 u. en van 13 u. tot 17.15 u.  
(behalve op woensdag) en op afspraak

 050 89 15 33

 [roeselare@lplus.be](mailto:roeselare@lplus.be)

### Onafhankelijk Ziekenfonds

 Noordlaan 39, 8800 Roeselare

 Maandag en dinsdag van 10 u. tot 12 u. en  
maandag, dinsdag en woensdag van 14 u. tot 16 u. (en op afspraak)

 03 201 85 55

 [info@oz.be](mailto:info@oz.be)

## Vlaams & Neutraal Ziekenfonds

 Leenstraat 3, 8800 Roeselare

 Dinsdag van 9 u. tot 12 u. en van 14 u. tot 16 u. (en op afspraak)

 051 25 32 30

 [sociale.dienst@vnz.be](mailto:sociale.dienst@vnz.be)

## Partena

 Polenplein 10, 8800 Roeselare

 Vrije inloop op maandag-, dinsdag- en donderdagnamiddag (13.30 u. tot 16.30 u.) of op afspraak.

 051 24 18 00

 [roeselare@partena-ziekenfonds.be](mailto:roeselare@partena-ziekenfonds.be)

## VRAGEN ROND ONDERSTEUNING

### Motena

Bij Motena, het vroegere Zorgbedrijf Roeselare, kan je terecht voor vragen en ondersteuning rond thuiszorg, ouderenzorg en kindzorg.

 Gasthuisstraat 10, 8800 Roeselare

 Elke werkdag van 9 u. tot 12 u. en van 13 u. tot 17 u. (behalve op vrijdag, slechts tot 15 u.)

 051 80 52 00

 [info@motena.be](mailto:info@motena.be)

 [www.motena.be](http://www.motena.be)

### Familiehulp

Mantelzorgers kunnen bij Familiehulp terecht voor thuisondersteunende diensten zoals poetsdiensten, klusjesdiensten, nachtopvang, oppashulp, gezinszorg, ...

 Henri Horriestraat 35, 8800 Roeselare

 Elke werkdag van 8 u. tot 17 u.

 051 26 49 20

 [ondersteuningspuntroeselare@familiehulp.be](mailto:ondersteuningspuntroeselare@familiehulp.be)

 [www.familiehulp.be](http://www.familiehulp.be)

### Familiezorg

Mantelzorgers kunnen bij Familiezorg terecht voor thuisondersteunende diensten zoals eerste hulp bij thuiskomst uit het ziekenhuis, oppashulp, kraamzorg, ergotherapie, gezinszorg, ...

 Leenstraat 31, 8800 Roeselare

 Elke werkdag van 8 u. tot 17.30 u.

 051 22 08 01

 [roeselare@familiezorg-wvl.be](mailto:roeselare@familiezorg-wvl.be)

 [www.familiezorg-wvl.be](http://www.familiezorg-wvl.be)


## Sociale dienst AZ Delta

Indien je als mantelzorger vragen hebt met betrekking tot het ziekenhuis (opnames, consultaties, ...) kan je zowel voor je zorgvrager als jezelf steeds te rade gaan bij de sociale dienst.

 [www.azdelta.be/nl/contacteer-ons](http://www.azdelta.be/nl/contacteer-ons)

## Rijksdienst voor Arbeidsvoorziening (RVA)

Bij de RVA kan je informatie krijgen rond verlof voor erkende mantelzorgers, uitkeringen, reglementeringen, vrijstellingen, ...

 Stationsplein 55 bus 4, 8800 Roeselare

 Elke werkdag van 8.30 u. tot 12 u., op maandag van 13.30 u. tot 16 u.  
en op dinsdag van 13.30 u. tot 16.30 u.

 02 515 44 44

 [www.rva.be/nl/kantoren/rva-kantoor-roeselare](http://www.rva.be/nl/kantoren/rva-kantoor-roeselare)

## ALGEMENE INFORMATIEKANALEN

### Algemene info over mantelzorg

#### Vlaams Expertisepunt Mantelzorg

Op Vlaams niveau bundelt en verzamelt het Vlaams Expertisepunt Mantelzorg van de Vlaamse overheid alle algemene informatie en kennis voor mantelzorgers (en professionals) via de website [www.mantelzorgers.be](http://www.mantelzorgers.be).

### Mantelzorgverenigingen

De 6 erkende mantelzorgverenigingen bieden diverse ondersteuning aan voor mantelzorgers: informatie, vorming, ontmoeting, belangenbehartiging, vakanties, ...

#### Samana

 051 26 53 56

 **Mantelzorgtelefoon:** 078 15 50 20 (voor een luisterend oor)

 [roeselare@samana.be](mailto:roeselare@samana.be)

 [www.samana.be](http://www.samana.be) en [www.ma-zo.be](http://www.ma-zo.be)

#### OKRA, trefpunt 55+

 051 26 53 07

 [roeselare@okra.be](mailto:roeselare@okra.be)

 [www.okra.be/regio/roeselare](http://www.okra.be/regio/roeselare)

#### Steunpunt Mantelzorg

 02 515 04 42

 [steunpunt.mantelzorg@socmut.be](mailto:steunpunt.mantelzorg@socmut.be)

 [www.steunpuntmantelzorg.be](http://www.steunpuntmantelzorg.be)

## Liever Thuis Liberale Mutualiteit (LM)

 02 542 87 09

 [lieverthuis@lm.be](mailto:lieverthuis@lm.be)

 [www.lieverthuislm.be](http://www.lieverthuislm.be)

## Ons Zorgnetwerk

 0470 29 11 16

 [onszorgnetwerk@ons.be](mailto:onszorgnetwerk@ons.be)

 [www.onszorgnetwerk.be](http://www.onszorgnetwerk.be)

## S-Plus Mantelzorg

 02 515 02 63

 [mantelzorg@s-plusvzw.be](mailto:mantelzorg@s-plusvzw.be)

 [www.s-plusmantelzorg.be](http://www.s-plusmantelzorg.be)

## Lokale info

### Mantelzorgcafé 'De Mantelare'

Maandelijks wordt het Mantelzorgcafé 'De Mantelare' georganiseerd. Alle mantelzorgers van Roeselare zijn daar welkom om overzichtelijke info te krijgen van experts en bij te leren over bepaalde mantelzorgthema's, maar ook om gezellig te ontspannen en mensen te leren kennen die je situatie begrijpen.

Meer info? Bekijk de kalender op

 [www.mantelzorghub.be/cafes/de-mantelare/kalender](http://www.mantelzorghub.be/cafes/de-mantelare/kalender)

Neem contact op met de dienst Samenleven:

 051 26 24 64

 [samenleven@roeselare.be](mailto:samenleven@roeselare.be)

Inschrijven? Niet nodig, maar geef gerust een seintje. De Mantelzorgcafés zijn gratis.

### 'De MantelzorgHub Online'

Om mantelzorgers nog beter op de hoogte te brengen van lokale informatie, activiteiten en ondersteuning werd een online platform opgericht: [www.mantelzorghub.be](http://www.mantelzorghub.be). Ook De Mantelare heeft een eigen deelplatform om alles wat in Roeselare gebeurt rond mantelzorg samen te brengen (zoals interessante presentaties van sprekers):

 [www.mantelzorghub.be/cafes/de-mantelare](http://www.mantelzorghub.be/cafes/de-mantelare)