



Gepubliceerd op Nieuwkoop 23-10-2021 21:39 (<https://www.wegwijzernieuwkoop.nl>)

[Wegwijzer Nieuwkoop](#) > [Zorg en gezondheid](#) > Mantelzorg

---

U bent mantelzorgers als u onbetaald en voor langere tijd zorgt voor familieleden, vrienden of kennissen. Bijvoorbeeld vanwege ziekte, ouderdom of een beperking. Mantelzorg kan zwaar zijn, vooral naast een baan. Vaak kiest u er niet voor om mantelzorgers te worden, maar overkomt het u. Om ervoor te zorgen dat u niet overbelast raakt, zijn er verschillende soorten hulp.

## Bent u op zoek naar praktische hulp voor mantelzorgers?

Neem dan contact op met de mantelzorgconsulent van het Participe Mantelzorgpunt.

Op de website van MantelzorgNL staat veel informatie.

Elke mantelzorgers heeft een aansprakelijkheidsverzekering nodig. Meer informatie hierover leest u op de website van MantelzorgNL.

### Participe - mantelzorgpunt

[0172 42 75 00](tel:0172427500)

[mantelzorgpunt@participe.nu](mailto:mantelzorgpunt@participe.nu)

[www.participe.nu/mantelzorgpunt\\_nieuwkoop](http://www.participe.nu/mantelzorgpunt_nieuwkoop)

---

### MantelzorgNL

[030 760 60 55](tel:0307606055)

[mantelzorglijn@mantelzorg.nl](mailto:mantelzorglijn@mantelzorg.nl)

[www.mantelzorg.nl](http://www.mantelzorg.nl)

---

### MantelzorgNL - aansprakelijkheidsverzekering

[030 760 60 55 \(€ 0,10 per minuut\)](tel:0307606055)

[mantelzorglijn@mantelzorg.nl](mailto:mantelzorglijn@mantelzorg.nl)

[www.mantelzorg.nl/verzekeringen](http://www.mantelzorg.nl/verzekeringen)

---

## Zorg je voor een ouder en wil je erover praten?

Op school kun je terecht bij je mentor of het schoolmaatschappelijk werk. Ook de gemeente geeft informatie en advies. Of ze verwijzen je door naar deskundige hulp.

Als je zorgt voor een ouder of voor allebei je ouders, heet dat mantelzorg. Kijk op de website van MantelzorgNL voor meer informatie over mantelzorg.

**MantelzorgNL - jonge mantelzorgers**

[www.mantelzorg.nl/jonge-mantelzorgers](http://www.mantelzorg.nl/jonge-mantelzorgers)

---

## **Bent u op zoek naar iemand die de mantelzorg tijdelijk kan overnemen?**

Als familie en vrienden niet kunnen helpen, zijn er andere mogelijkheden. Misschien heeft u recht op respijtzorg. Respijtzorg betekent dat iemand anders de mantelzorg tijdelijk van u overneemt.

Respijtzorg kan af en toe of op vaste momenten. Er zijn verschillende vormen:

- iemand kan bij de persoon voor wie u zorgt langskomen
- de persoon die u verzorgt kan naar een dagbesteding of logeerafslag

Uw vervanger kan zowel een vrijwilliger als een beroepskracht zijn. Dat hangt af van de zorg die nodig is en wie dat kan doen. Misschien komt u in aanmerking voor hulp van Handen-in-Huis. Kijk op de website bij mantelzorgvervanging hoe dat werkt.

Wilt u professionele zorg voor de persoon voor wie u zorgt? Gaat het om zorg voor dag en nacht? Vraag dan respijtzorg aan bij de gemeente. Sommige zorgverzekeraars vergoeden respijtzorg. Kijk op de website van de zorgkantoren.

Kijk voor meer informatie over mantelzorg op de pagina van Zo zorg ik.

U vindt een vrijwilliger via Tom in de buurt. U kunt ook met vragen terecht bij het Servicepluspunt of bij het Mantelzorgpunt van Participe.

**Participe - mantelzorgpunt**

[0172 42 75 00](tel:0172427500)

[mantelzorgpunt@participe.nu](mailto:mantelzorgpunt@participe.nu)

[www.participe.nu/mantelzorgpunt\\_nieuwkoop](http://www.participe.nu/mantelzorgpunt_nieuwkoop)

---

**Servicepluspunt Nieuwkoop**

Telefonisch spreekuur op maandag, woensdag en vrijdag van 9.00 tot 12.00 uur  
Zo nodig maken we een afspraak in een speciaal ingerichte ruimte.

Kijk voor eventuele veranderingen op de website.

De Verbinding 12  
2421 EX Nieuwkoop

[0172 575 909](tel:0172575909)

[info@servicepluspunt-nieuwkoop.nl](mailto:info@servicepluspunt-nieuwkoop.nl)

[www.servicepluspunt.nl/nieuwkoop](http://www.servicepluspunt.nl/nieuwkoop)

---

### **Servicepluspunt Ter Aar**

Gevestigd in bibliotheek de Aarlezer.

Beukenpad 1  
2461 DR Ter Aar

[0172 82 02 12](tel:0172820212)

[info@nieuwkoop.nl](mailto:info@nieuwkoop.nl)

[www.servicepluspunt.nl/teraar](http://www.servicepluspunt.nl/teraar)

---

### **Tom in de buurt**

Bij Tom in de buurt kunt u terecht voor een divers aanbod op het gebied van ondersteuning en welzijn. Al onze diensten en activiteiten zijn erop gericht om mensen veerkrachtig te maken en ze (weer) te laten participeren in de samenleving.

De wijkcoaches van team Nieuwkoop zijn bijvoorbeeld actief op het gebied van (langer) zelfstandig wonen, ondersteuningsvragen op diverse levensgebieden en ondersteuning bij complexe vraagstukken, zoals psychische klachten en verwarde personen. Daarnaast bieden we laagdrempelige groepsactiviteiten, zoals samen eten of creatief bezig zijn.

[088 900 45 67](tel:0889004567)

[info@tomindebuurt.nl](mailto:info@tomindebuurt.nl)

[www.tomindebuurt.nl/Nieuwkoop](http://www.tomindebuurt.nl/Nieuwkoop)

---

### **Handen in Huis**

Telefonisch bereikbaar: ma t/m do 08.30 - 16.30 uur, vrijdag 09.00 - 14.00 uur.

Postbus 110  
3980 CC Bunnik

[030 659 09 70](tel:0306590970)

[info@handeninhuis.nl](mailto:info@handeninhuis.nl)

[www.handeninhuis.nl](http://www.handeninhuis.nl)

---

### **Zorgkantoren**

Overzicht van zorgkantoren.

[www.zn.nl/zorgkantoren](http://www.zn.nl/zorgkantoren)

---

Zo zorg ik - mantelzorg

[www.zozorgik.nl/mantelzorg](http://www.zozorgik.nl/mantelzorg)

---

## Bent u op zoek naar emotionele steun voor mantelzorgers?

Het Mantelzorgpunt van Participe biedt een luisterend oor en geeft informatie en advies.

MantelzorgNL is de landelijke vereniging voor mantelzorgers. MantelzorgNL biedt informatie, advies en een luisterend oor. Wilt u uw verhaal kwijt? Bel dan met de mantelzorglijn van MantelzorgNL.

**Participe - mantelzorgpunt**

[0172 42 75 00](tel:0172427500)

[mantelzorgpunt@participe.nu](mailto:mantelzorgpunt@participe.nu)

[www.participe.nu/mantelzorgpunt\\_nieuwkoop](http://www.participe.nu/mantelzorgpunt_nieuwkoop)

---

**MantelzorgNL**

[030 760 60 55](tel:0307606055)

[mantelzorglijn@mantelzorg.nl](mailto:mantelzorglijn@mantelzorg.nl)

[www.mantelzorg.nl](http://www.mantelzorg.nl)

---

## Bent u op zoek naar kennis voor mantelzorgers?

Op DementieOnline staat informatie, tips en advies voor mantelzorgers van mensen met dementie. Download het boekje met ervaringsverhalen en praktische informatie. Of neem contact op voor gratis advies via telefoon of e-mail.

Zorgt uw kind voor u? Op Kop Op Ouders vindt u informatie en tips. Op het forum kunt u met anderen chatten over iets voor uw kind doen.

Ook op GGnet vindt u meer informatie en advies voor familie van patiënten.

**DementieOnline**

[www.dementieonline.nl](http://www.dementieonline.nl)

---

**GGnet voor familie van patiënten**

[www.ggnet.nl/familie-en-naasten](http://www.ggnet.nl/familie-en-naasten)

---

## Kop Op Ouders

[www.kopopouders.nl](http://www.kopopouders.nl)

---

Wegwijzer Nieuwkoop is ontwikkeld in opdracht van de [gemeente Nieuwkoop](#) in samenwerking met vele organisaties en instellingen.

Heeft u via Wegwijzer Nieuwkoop geen antwoord op uw vraag gevonden? Vraag hulp aan onafhankelijk cliëntenondersteuner Johnny Versteeg.

Bel op werkdagen naar 06 10 73 43 75 of stuur een e-mail naar [j.versteeg@meezhn.nl](mailto:j.versteeg@meezhn.nl).

[Over Wegwijzer Nieuwkoop](#)

---