

# Als mantelzorg ontspoord

## Signalen bij de mantelzorger:

- uitputting en overbelasting
- frustratie en irritatie, geen erkenning ervaren
- onsamenhangende en tegenstrijdige verklaringen voor lichamelijke verwondingen
- tegenwerking of agressie vertonen
- de problematiek verhullen en bedekken, bezoek weren
- een onverschillige of uiterst vriendelijke houding

## Signalen bij de verzorgde:

- zichtbaar letsel
- onsamenhangende en tegenstrijdige verklaringen voor lichamelijke verwondingen
- een depressieve, angstige indruk maken
- aangeven dat er dingen mis zijn, maar er niet over willen praten
- contact vermijden in aanwezigheid van de mantelzorger
- er onverzorgd uitzien en/of de huishouding is verwaarloosd

# En kom in actie

## Wat te doen

1. Sta open voor signalen
2. Kijk of het 'niet pluis'-gevoel klopt
3. Overleg met leidinggevende/collega's
4. Volg het protocol van de organisatie
5. Ga over tot actie

Deze stappen zijn gebaseerd op de  
Wet verplichte meldcode

## Voor overleg en advies neem contact op met:

- **Markant, Centrum voor Mantelzorg**  
(020) 886 8800  
info@markant.org, www.markant.org
- **Veilig Thuis**  
Bel gratis 0800-2000 (24 uur per dag)  
www.020veiligthuis.nl
- **Het loket van het stadsdeel**  
Bel 14 020 of kijk voor bezoekadressen  
en spreekuurtijden op [www.amsterdam.nl/mantelzorg](http://www.amsterdam.nl/mantelzorg).  
Of bel Wmo Helpdesk: 0800 0643 (gratis,  
ma t/m vrij 8.00 - 18.00 uur)

× Gemeente  
× Amsterdam

**Prezens**

Persoonlijke support, psychisch beter



*Deze signaleringskaart is gemaakt in het kader van het stedelijke samenwerkingsproject 'Als mantelzorg ontspoor'.*