

Mantelzorgnieuws Amsterdam Zuidoost

Als iemand om u heen ziek wordt...

Zorgen voor een ziek familielid of een kind met een beperking? Daar kies je niet voor, dat overkomt je. En als dat gebeurt kan het je leven behoorlijk veranderen. Zahra weet dat uit ervaring.

Zahra

Zahra (33) is alleenstaande moeder met twee kinderen. Haar jongste kind, Aisha, heeft een verstandelijke beperking. Zahra: "Ik heb geleerd om alle hulp die aangeboden wordt te accepteren. Alleen dan kan ik de zorg volhouden. Mijn broer en zijn vrouw helpen mij tegenwoordig een dag in de week. Zij vangen Aisha op. Dat geeft mij wat lucht en de ruimte om mijn andere kind extra aandacht te geven. Door een gesprek met een vriendin werd ik me ervan bewust dat ik behalve moeder ook mantelzorger ben. Ik ben naar het inloopsprekuur van de MaDi (Maatschappelijke Dienstverlening) in Gezondheidscentrum Holendrecht geweest en heb daar goede informatie gekregen over welke ondersteuning ik kan krijgen voor mij en mijn kinderen."



Hulp voor mantelzorgers

Op het mantelzorgsprekuur van MaDi Zuidoost kunt u terecht voor informatie en advies over financiële en andere regelingen voor mantelzorgers, maar ook hulp bij het regelen van zorg aan huis, vervoer of dagbesteding. Geen indicatie of verwijzing nodig. De hulp is gratis.

Mantelzorgsprekuur MaDi Zuidoost

Gezondheidscentrum Holendrecht

Niftrikhof 20
1106 SB Amsterdam
Inloopsprekuur:
maandag 14.00 – 17.00 uur

Sociaal Loket Amsterdam Zuidoost

Anton de Komplein 150
1102 CW Amsterdam
Inloopsprekuur:
donderdag 9.00 – 13.00 uur

Hoofdkantoor MaDi

Karspeldreef 1009
1104 SE Amsterdam
Inloopsprekuur:
vrijdag 9.00 – 12.00 uur

Tip

Goed getrainde vrijwilligers van Markant kunnen de zorg voor uw naaste één of meer dagdelen per week overnemen, zodat u even aan uzelf kunt toekomen. Geen kosten

Bent u mantelzorger?

Zorgt u langere tijd voor een familielid of naaste die lichamelijk of psychisch ziek is, een beperking heeft of vergeetachtig is? Dan bent u mantelzorger. Gemeente Amsterdam heeft verschillende voorzieningen voor mantelzorgers en de personen voor wie wordt gezorgd. Kom voor informatie en advies over wonen, zorg en welzijn naar het Sociaal Loket of het spreekuur van MaDi Zuidoost

Sociaal Loket Zuidoost

Anton de Komplein 150
maandag t/m vrijdag 9.00 – 16.30 uur
op afspraak en inloop
T 020-2552916
I www.amsterdam.nl/mantelzorg

MaDi Zuidoost

T 020 – 314 16 18
E info@madizo.nl
I www.madizo.nl

MEE Amstel en Zaan

MEE ondersteunt mensen met een beperking én hun mantelzorgers.
T 020 – 512 72 72
E informatie@meeaz.nl
I www.meeaz.nl

Markant, centrum voor mantelzorg Amsterdam/Diemen

T 020 – 886 88 00
E info@markant.org
I www.markant.org

