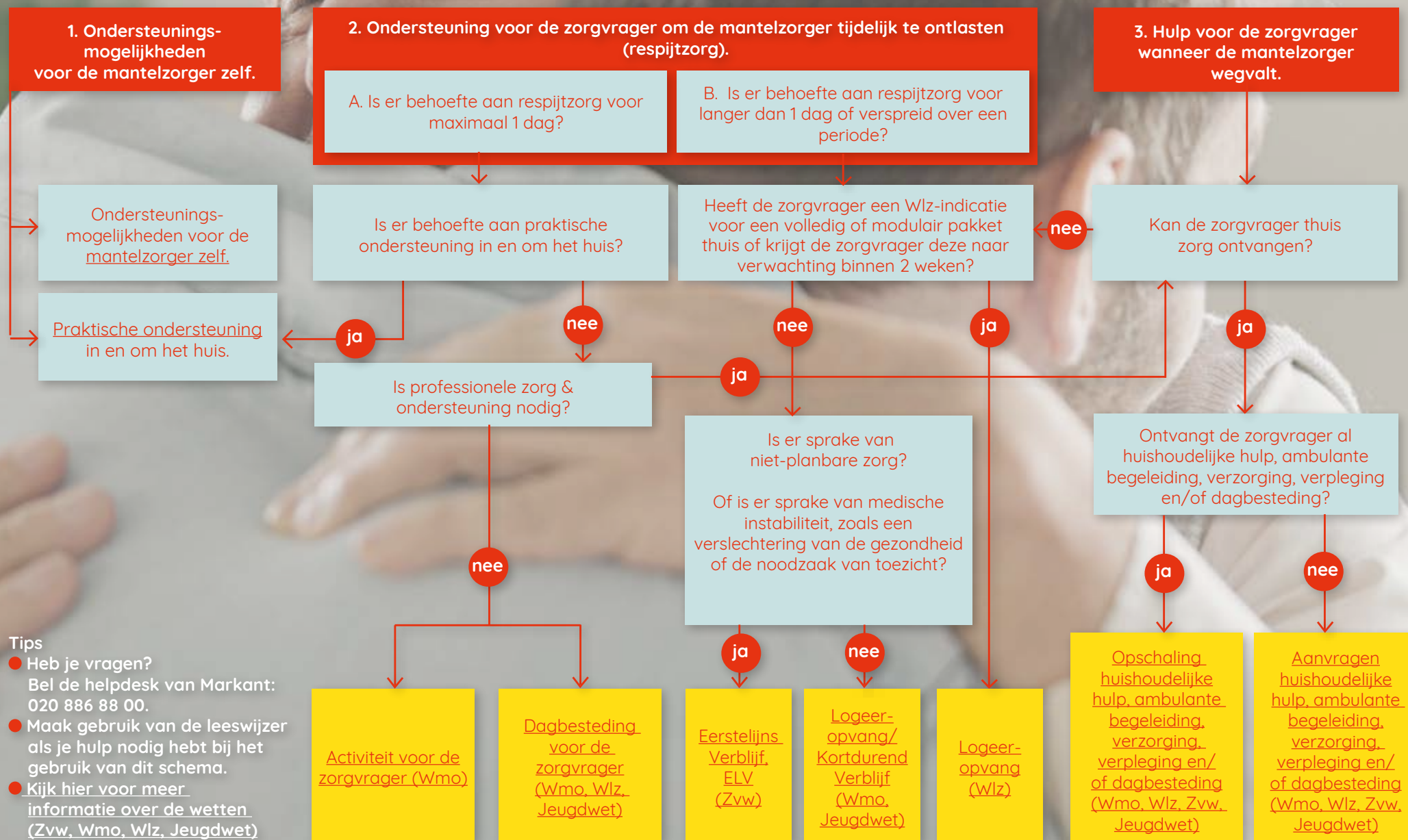


Markant | Wegwijzer mantelzorgondersteuning Amsterdam



Markant | Ondersteuning voor de mantelzorger

Wat is het?

Het is belangrijk dat mantelzorgers een balans weten te vinden tussen zorgen voor de ander en zorgen voor zichzelf, zodat zij de zorg voor hun naaste kunnen volhouden. Om dit mogelijk te maken bestaan er verschillende initiatieven die zich specifiek richten op de mantelzorger.

Een training

Met een training krijgen mantelzorgers ondersteuning of begeleiding. Twee voorbeelden van specifiek aanbod vanuit Markant zijn:

De zorg de baas: Mantelzorgers leren in balans te blijven en grenzen aan te geven bij de zorg die zij leveren. Deze training wordt aangeboden door [Markant](#).

En nu jij! Coaching voor jonge mantelzorgers: Als jonge mantelzorger heb je de mogelijkheid om live 1-op-1 contact te hebben met een coach. Online contact, telefonisch contact of appen kan ook. De coaching wordt gegeven door [Markant](#).

Lotgenotencontact

Dit zijn initiatieven gericht op het versterken van het sociale netwerk van de mantelzorger. Vaak georganiseerd door welzijnsorganisaties in de buurt.

Hieronder twee voorbeelden, maar er zijn er nog meer. Wil je hier meer over weten, vraag bij je [Buurtteam](#) of informeer bij [Markant](#).

Manteloudergroep Buur-Kracht in Amsterdam West: Dit is een ontmoetingsgroep voor ouders van kinderen met een beperking of chronische ziekte. Verzorgd door Markant en Buur-Thuis De Gibraltar.

Het Odensehuis: Dit is een ontmoetingscentrum voor mensen met (beginnende) dementie of geheugenklachten, mantelzorgers en hun familie en vrienden.

Ondersteuning door een mantelzorgconsulent, mantelzorgmakelaar of cliëntondersteuner

Mantelzorgconsulenten/mantelzorgmakelaars: Zij helpen mantelzorgers bij zaken zoals wonen, voorzieningen en welzijn. Bijvoorbeeld bij het aanvragen van zorg, uitleg over wetten en regels en hulp met formulieren. De hulp kan geld kosten, maar wordt vaak (deels) vergoed via de aanvullende [zorgverzekering \(aanvullend pakket\)](#).

Cliëntondersteuners (onafhankelijk)

De cliëntondersteuner geeft gratis informatie en advies bij vragen of problemen waar je zelf niet uitkomt, ook niet samen met de mensen om je heen. Ze denken mee hoe je de zorg en ondersteuning kunt krijgen die bij jou past. Je kunt hiervoor terecht bij [Cliëntenbelang Amsterdam](#) of [MEE Dichtbij](#).

De dag van de mantelzorg

Elk jaar wordt op 10 november de Dag van de Mantelzorg georganiseerd in Amsterdam. In elk stadsdeel worden er activiteiten georganiseerd voor mantelzorgers. [Bekijk de website van Markant voor de agenda](#).

Wat zijn de voorwaarden?

Iedere mantelzorger heeft in principe toegang tot bovenstaande initiatieven. De gemeente Amsterdam financiert een groot aantal initiatieven. Er is geen indicatie/beschikking nodig om deel te nemen aan deze activiteiten. Deze zijn vrij toegankelijk.

Waar meldt een mantelzorger zich aan?

- De mantelzorger kan zich bij de betreffende organisatie aanmelden.
- Voor meer informatie over het aanbod in de wijk en/of het stadsdeel kun je contact opnemen met het [Sociaal loket](#) (020-2552916), onderdeel van het Stadsloket van de gemeente. Dit kan telefonisch op werkdagen tussen 9.00 uur en 16.00 uur of je kunt langskomen op afspraak.
- Ook kun je terecht bij één van de [Buurtteams](#) in Amsterdam. Bekijk ook de [wegwijzer](#) sociaal domein voor eerstelijnszorg in Amsterdam van het Buurtteam.

Aanbod vanuit zorgverzekering

[Bepaalde aanvullende zorgverzekeringspakketten](#) vergoeden initiatieven voor de persoonlijke versterking van de mantelzorger. Neem contact op met de zorgverzekering van de zorgvrager en mantelzorger om te vragen naar de mogelijkheden (bijvoorbeeld inzet van een mantelzorgmakelaar).

Contactgegevens

[Sociaal loket](#): 020 - 2552916

[Buurtteam Amsterdam](#): Voor telefoonnummers zie website

[Cliëntenbelang Amsterdam](#): 020 - 7525100

[MEE Dichtbij](#): 020 - 5127272

Markant | Praktische ondersteuning in en om het huis

Wat is het?

Zorgen voor een naaste kost tijd. Daardoor is er vaak minder tijd over voor alledaagse zaken.

Praktische zaken

Er bestaan initiatieven die kunnen helpen bij praktische zaken:

Boodschappenservice: Vrijwilligers leveren boodschappen thuis af bij ouderen en/of mensen met een beperking. Denk aan o.a. [Burennetwerk](#), [Voor elkaar in West](#) of [Voor elkaar in Zuid](#).

Klussendienst: Vrijwilligers verrichten kleine woningaanpassingen of technische klusjes in huis voor ouderen of mensen met een beperking. Denk aan o.a. [Burennetwerk](#), [Voor elkaar in West](#), [Doras](#), of [Voor elkaar in Zuid](#).

Hulp bij administratie: Vrijwilligers bieden hulp bij geldzaken, post en administratie. Denk aan o.a. [Humanitas](#), [Civic](#), [Digidingen-desk](#) (voor jongeren) en [het Buurtteam](#).

Financiële regelingen

Ook zijn er financiële regelingen waar de mantelzorger gebruik van kan maken:

Parkeervergunning: Mantelzorgers kunnen tegen een gereduceerd tarief parkeren. Voor meer informatie: [Informatie over mantelzorgparkeervergunning](#).

OV-vergoeding: Mantelzorgers met een laag inkomen kunnen in aanmerking komen voor een tegemoetkoming in de kosten van openbaar vervoer. Voor meer informatie: [OV-vergoeding voor mantelzorgers](#).

Regeling tegemoetkoming meerkosten: Zorgvragers met een laag inkomen en weinig vermogen die als gevolg van een chronische ziekte of beperking extra kosten hebben, kunnen in aanmerking komen voor een bijdrage van de gemeente. Voor meer informatie: [Regeling tegemoetkoming meerkosten](#).

Aftrek zorgkosten bij de Belastingdienst: Hoge zorgkosten kunnen mogelijk als aftrekpost worden opgevoerd bij de aangifte inkomstenbelasting. Voor meer informatie: [Aftrek zorgkosten](#).

Wat zijn de voorwaarden?

De voorwaarden verschillen per initiatief. Neem contact op met de aanbieder.

Welke organisaties bieden deze ondersteuning in Amsterdam?

Het aanbod verschilt per stadsdeel of wijk.

- Voor meer informatie over het aanbod in de wijk en/of het stadsdeel kun je contact opnemen met het [Sociaal loket](#) (020-2552916), onderdeel van het Stadsloket van de gemeente. Dit kan telefonisch op werkdagen tussen 9.00 uur en 16.00 uur of je kunt langskomen op afspraak.
- Ook kun je terecht bij één van de [Buurtteams](#) in Amsterdam. Bekijk ook de [wegwijzer](#) sociaal domein voor eerstelijnszorg in Amsterdam van het Buurtteam.

Particulier aanbod

Een particuliere aanbieder kan mogelijk ook uitkomst bieden. Tegen betaling helpen bijvoorbeeld studenten bij het huishouden, de administratie, in de keuken of met (lichte) zorgtaken.

Contactgegevens

[Sociaal loket](#): 020 - 2552916

[Buurtteam Amsterdam](#): Voor telefoonnummers zie website

Markant | Activiteiten voor de zorgvrager

Wat is het?

In Amsterdam worden er verschillende activiteiten aangeboden voor de zorgvrager, om zo de mantelzorger te ontlasten. De activiteiten zijn gericht op het vergroten van het welzijn van de zorgvrager en mantelzorger. Het aanbod verschilt per stadsdeel en wijk. Sommige activiteiten worden mede mogelijk gemaakt door vrijwilligers. De activiteiten zijn meestal gratis, maar soms wordt een kleine bijdrage gevraagd.

Activiteiten

Enkele voorbeelden zijn:

Buurtcentra: In een buurthuis komen mensen bijeen voor bijvoorbeeld een kopje koffie, een film of een spel. Ontmoetingscentra en huis- en buurtkamers vinden plaats in Huizen van de Wijk.

Jongerencentra: In jongerencentra kunnen jongeren leuke activiteiten doen of ondersteuning krijgen.

Maatje voor de zorgvrager: Een vrijwilliger komt bij de zorgvrager om samen activiteiten te ondernemen, zodat de mantelzorger even vrijaf heeft. Denk aan o.a. Markant of Handjehelpen.

Wat zijn de voorwaarden?

Sommige activiteiten zijn gratis of er wordt een kleine vergoeding gevraagd. Soms is een lidmaatschap nodig.

Hoe meld je de zorgvrager aan?

Aanmelden kan rechtstreeks bij de aanbieder of via één van de Buurteams. Ook de huisarts kan de zorgvrager aanmelden voor welzijnsactiviteiten. Dit wordt 'Welzijn op recept' genoemd.

Welke organisaties bieden deze ondersteuning in Amsterdam?

- Het aanbod verschilt per stadsdeel of wijk. Veel activiteiten zijn terug te vinden op de website van de participatiegids.
- Voor meer informatie over het aanbod in de wijk en/of het stadsdeel kun je contact opnemen met het Sociaal loket (020-2552916), onderdeel van het Stadsloket van de gemeente. Dit kan telefonisch op werkdagen tussen 9.00 uur en 16.00 uur of je kunt langskomen op afspraak.
- Ook kun je terecht bij één van de Buurteams in Amsterdam. Bekijk ook de wegwijzer sociaal domein voor eerstelijnszorg in Amsterdam van het Buurtteam.

Contactgegevens

Sociaal loket: 020 - 2552916

Buurtteam Amsterdam: Voor telefoonnummers zie website

Markant | Dagbesteding voor de zorgvrager (Wmo, Wlz, Jeugdwet)

Wat is het?

Onder dagbesteding worden activiteiten voor de zorgvrager verstaan die helpen om iemand actief te houden en andere Amsterdammers te ontmoeten. Dagbesteding kan mantelzorgers ondersteunen door de zorg voor een naaste even uit handen te nemen. Er zijn verschillende vormen van dagbesteding, afhankelijk van de behoefte van de zorgvrager en hoeveel begeleiding hij/zij/hen nodig heeft. Denk bijvoorbeeld aan dagbesteding in een activiteitencentrum, een sport voor mensen met een verstandelijke of lichamelijke beperking of een zorgboerderij voor kinderen. Voor meer informatie: [Dagbesteding Gemeente Amsterdam](#).

De voorwaarden voor dagbesteding zijn afhankelijk van de indicatie van de zorgvrager. Er gelden andere voorwaarden wanneer iemand zorg ontvangt vanuit de Wmo dan via de Wlz of de Jeugdwet. In Amsterdam hoeft geen eigen bijdrage betaald te worden voor dagbesteding en vervoer naar de dagbesteding vanuit de Wmo en de Jeugdwet. Voor zorgvragers die thuis Wlz-zorg ontvangen is Wlz-gefinancierde dagbesteding een optie en onderdeel van het zorgplan. Kinderen met een beperking zonder Wlz-indicatie kunnen in aanmerking komen voor dagbesteding vanuit de Jeugdwet, gefinancierd door de gemeente.

Wat zijn de voorwaarden?

Algemene voorwaarden voor zorgvragers van 18 jaar en ouder:

- De zorgvrager kan niet zelf de dag indelen door te werken, aan activiteiten mee te doen of mensen te ontmoeten.
- De zorgvrager heeft een lichamelijke, zintuiglijke, verstandelijke of psychiatrische beperking of een combinatie daarvan.
- De zorgvrager heeft meer begeleiding nodig dan hij of zij krijgt bij activiteiten in de buurt. Zie Activiteit voor de zorgvrager.

Jeugdwet

Je kind kan dagbesteding vanuit de Jeugdwet krijgen als hij/zij/hen jonger dan 18 jaar is, en vanwege een ziekte of beperking niet naar de kinderopvang of school kan, en geen indicatie heeft voor zorg vanuit de Wlz.

Wet langdurige zorg (Wlz)

Zorgvragers met een Wlz-indicatie voor een Volledig Pakket Thuis (VPT) of Modulair Pakket Thuis (MPT), kunnen gefinancierde dagbesteding aanvragen. Hiervoor is toestemming nodig van het zorgkantoor en dit gebeurt in samenwerking met een zorgverlener die het zorgplan opstelt.

Hoe vraag je dagbesteding aan?

Wmo: Aanmelden kan via één van de [Buurtteams](#) in Amsterdam of via de [gemeente](#). Je kunt ook bellen met de Wmo Helpdesk (0800-0643, ma-vr 8.00-18.00) of contact opnemen met het [Sociaal loket](#) (020-2552916).

Jeugdwet: Dagbesteding kan worden aangevraagd bij de gemeente (het Ouder- en Kindteam of het Sociaal loket).

Wlz: De eerste stap is contact opnemen met een [cliëntondersteuner](#) bij het zorgkantoor. Voor meer informatie: organisaties voor [Wlz-ondersteuning](#).

Welke organisaties bieden dagbesteding aan in Amsterdam?

Wmo: Het actuele aanbod staat op de [sociale kaart](#) van de participatiegids.

Jeugdwet: Via [jouwnieuweplek.nl](#), kun je het aanbod bekijken (zoeken op woonplaats of postcode en selecteren op kind/jeugd).

Wlz: Neem contact op met het zorgkantoor of bekijk het aanbod via [jouwnieuweplek.nl](#).

Markant | Eerstelijnsverblijf (ELV) (Zvw)

Wat is het?

Een ELV is een kortdurend verblijf in een instelling en wordt vergoed vanuit het basispakket van de zorgverzekering van de zorgvrager (Zorgverzekeringswet, Zvw).

Er bestaan drie vormen van ELV:

ELV laag complex: zorg bij een enkelvoudige aandoening, met hulp bij verplaatsen/transfers en bij ten minste wassen, kleden en toiletgang.

ELV hoog complex: zorg bij meerdere, elkaar beïnvloedende aandoeningen/beperkingen, met overname van ADL en mogelijk sturing/toezicht bij cognitieve beperkingen.

ELV palliatief-terminale zorg: zorg voor een zorgvrager met een levensverwachting korter dan drie maanden.

Wat zijn de voorwaarden?

De zorgvrager heeft geen Wlz-indicatie. Is dit wel het geval, zie [Logeeropvang Wlz](#).

Logeeropvang (Wlz)

De zorgvrager komt in aanmerking voor een ELV-bed als hij een Wlz-indicatie heeft voor een Volledig Pakket Thuis (VPT) of Modulair Pakket Thuis (MPT).

Daarnaast moet minimaal één van de volgende voorwaarden van toepassing zijn:

- Medische instabiliteit met behoefte aan een 'wakend oog' /dreigend gezondheidsverlies.
 - Behoeftte aan niet-planbare zorg.
 - Behoeftte aan verzorging (overname van ADL-verrichtingen).
- Zijn geen van bovenstaande voorwaarden van toepassing? Dan kan logeeropvang Wmo passend zijn.

Hoe vraag je een ELV aan?

De huisarts doet de aanvraag en zorgt dat de noodzakelijke gegevens beschikbaar zijn. Neem eerst contact op met de huisarts van de zorgvrager. In Amsterdam kunnen huisartsen het Aanmeldportaal Tijdelijke Zorg bellen om patiënten aan te melden voor ELV: 020 - 2628112. Zie [afwegingsinstrument](#) voor de besluitvorming bij het zoeken naar passende zorg.

Welke organisaties bieden ELV-bedden aan in Amsterdam?

De actuele beschikbaarheid van ELV-bedden kan worden opgevraagd via [Point](#) (elektronisch transfer- en overdrachtdossier).

Organisatie	Telefoon	Schriftelijk
Amsta	020 - 5890050	adviesenplaatsing@amsta.nl
Amstelring	088 - 9720200	hetrespijthuis@hvoquerido.nl
Cordaan	088 - 2673226	contactformulier
Evean	0900 - 9897	contactformulier
Vivium	035 - 6924924	contactformulier
Zorggroep Amsterdam Oost (ZGAO)	020 - 5925420	icsb@zgao.nl

Markant | Logeeropvang / kortdurend verblijf (Wmo/Jeugdwet)

Wat is het?

Logeeropvang betekent dat de zorgvrager tijdelijk bij een zorgaanbieder of logeerhuis verblijft. Dit kan via de Wmo, Jeugdwet of Wlz. De leeftijd van de zorgvrager bepaalt of logeeropvang via de Wmo (18+) of Jeugdwet (<18) loopt. Binnen de Wmo/Jeugdwet heet dit ook wel kortdurend verblijf. Via de gemeente kan de zorgvrager maximaal 36 keer per jaar logeren (eenmalig of structureel). Dagen kunnen ook worden opgespaard om aaneengesloten te logeren.

Het doel van kortdurend verblijf is om overbelasting van de mantelzorger(s) te voorkomen en te zorgen dat de mantelzorger de zorg kan volhouden.

Wat zijn de voorwaarden?

- De zorgvrager staat ingeschreven bij de gemeente Amsterdam.
- De zorgvrager heeft door een beperking langdurig meer dan gebruikelijke hulp nodig.
- De zorgvrager heeft geen Wlz-indicatie. Is dit wel het geval, zie Logeeropvang (Wlz).
- Er is geen sprake van een contra-indicatie zoals medische instabiliteit en/of niet-planbare zorg. Is dat wel het geval? Dan kan ELV beter zijn, [zie ELV](#).

Hoe vraag je logeeropvang (Wmo/Jeugdwet) aan in Amsterdam?

Wmo: Je kunt logeeropvang aanvragen via het Sociaal loket of het Buurtteam in de buurt. Je kunt ook rechtstreeks contact opnemen met een aanbieder van logeeropvang. Daarnaast kun je hulp inschakelen van een onafhankelijke zorgvragerondersteuner. Zie Ondersteuningsmogelijkheden voor de mantelzorger zelf. Bel de Wmo Helpdesk: 0800-0643 (ma-vr 08.00-18.00) of neem contact op met het Sociaal loket (020-2552916).

Jeugdwet

Voor logeeropvang of andere hulp kun je contact opnemen met het Ouder- en Kindteam (OKT) in de buurt. Bel 020-5555961 (werkdagen 9.00-17.00)

Welke organisaties bieden logeeropvang in Amsterdam?

Logeeropvang Wmo (Zorg in Natura):

Organisatie	Telefoon	Schriftelijk
Cordaan	088 - 2673226	zorgbemiddeling@cordaan.nl
HVO-Querido	020 - 2195170	hetrespijthuis@hvoquerido.nl
Ons Tweede Thuis	0297 - 353872	info@onstweedethuis.nl
De Regenboog Groep	020 - 5317600	info@villabuitenlust.com
Vivium	035 - 6924924	contactformulier
Tolstraat 75	020 - 2134550	info@logeerhuizenamsterdam.nl

Toelichting ZIN: Zorg in Natura betekent dat de gemeente/zorgverzekeraar/zorgkantoor de zorg rechtstreeks inkoopt bij een aanbieder. Voor meer informatie: [Zorg in Natura \(ZIN\)](#).

Een andere logeerplek?

Wil de zorgvrager bij een andere organisatie verblijven en heeft deze aanbieder geen contract met de gemeente? Dan kan dit soms met een persoonsgebonden budget (pgb) in plaats van ZIN. Voor meer informatie: [Verschil pgb en Zorg in Natura](#).

Aanbod vanuit zorgverzekering

Bepaalde aanvullende zorgverzekeringspakketten vergoeden logeeropvang. Neem contact op met de zorgverzekering van de zorgvrager en mantelzorger om te checken of logeeropvang wordt vergoed. Zorghotels kunnen ook een mogelijkheid zijn.

Markant | Logeeropvang (Wlz)

Wat is het?

Logeeropvang is kortdurend verblijf voor de zorgvrager, om de mantelzorger(s) te ontlasten. Een zorgvrager komt hiervoor in aanmerking met een Wlz-indicatie voor een volledig pakket thuis (vpt) of modulair pakket thuis (mpt). Financiering via een pgb kan ook. Wlz-zorgvragers die in een instelling wonen, hebben geen recht op logeeropvang. Via het zorgkantoor kan een zorgvrager maximaal 156 etmalen per jaar logeren bij zorg in natura. Als de indicatie later in het jaar ingaat, wordt het maximum naar rato berekend.

Het doel is overbelasting te voorkomen en te zorgen dat de mantelzorger de zorg kan volhouden. Logeeropvang kan ook helpen om te wennen aan een instelling.

Wat zijn de voorwaarden?

Wlz-indicatie: De zorgvrager heeft een Wlz-indicatie voor een volledig pakket thuis (vpt) of modulair pakket thuis (mpt) of verwacht deze binnen 2 weken te krijgen.

Planbare zorg: Het betreft planbare zorg. Bij spoedopname geldt Crisis Zorg Wlz (zie beslisboom tijdelijke vervolgzorg).

Hoe vraag je logeeropvang (Wlz) aan?

Logeeropvang via de Wlz kan soms rechtstreeks bij de zorgaanbieder worden aangevraagd; in andere gevallen via het zorgkantoor. Voor meer informatie: Logeeropvang of logeren. Heeft de zorgvrager nog geen Wlz-indicatie en denk je dat de zorgvrager hiervoor in aanmerking komt? Klik dan hier om een indicatie aan te vragen.

Voor ondersteuning bij het zoeken en aanvragen van passende logeeropvang binnen de Wlz kun je gebruikmaken van CliëntondersteuningPLUS. Voor meer informatie: Regelhulp.

Welke organisaties bieden logeeropvang (Wlz) aan in Amsterdam?

Voor het actuele aanbod neem je contact op met het Zorgkantoor. Heeft de zorgvrager een pgb, dan heb je de mogelijkheid om zelf een logeershuis te kiezen. Overleg met het Zorgkantoor wat op de zorgvrager van toepassing is.

Vanaf 1 juli 2025 kunnen budgethouders met een zeer ernstige verstandelijke en meervoudige beperking (ZEMVB) of met vergelijkbare problematiek (zoals zeer ernstige lichamelijke en verstandelijke beperkingen), gebruikmaken van logeren met eigen pgb-zorgverleners. Klik hier voor meer informatie.

Markant | Opschaling en aanvragen van huishoudelijke hulp ambulante begeleiding, verzorging, verpleging en/of dagbesteding (Wmo, Wlz, Zvw, Jeugdwet)

Wat is het?

Dit omvat alle professionele zorg en ondersteuning: huishoudelijke hulp (hulp bij huishouden, hbh), ambulante begeleiding, verzorging, verpleging en dagbesteding.

Hulp bij huishouden: helpt met schoonmaken, stofzuigen en de was.

Ambulante begeleiding: ondersteuning om persoonlijke zaken op orde te krijgen en te houden; gericht op zelfstandig functioneren.

Persoonlijke verzorging: ondersteuning/overname van lichamelijke verzorging (bijv. tandenpoetsen, aankleden, incontinentiezorg) en stimuleren van vaardigheden.

Verpleging: verpleegkundige (technische) handelingen zoals wondzorg, injecteren, katheteriseren, stomazorg en infuuszorg.

Dagbesteding: zie hoofdstuk [Dagbesteding voor de zorgvrager](#).

Wat zijn de voorwaarden?

De zorgvraag bepaalt voor welke voorziening de zorgvrager in aanmerking komt en onder welke financieringsstroom dit valt: Wmo, Wlz, Zvw en/of Jeugdwet.

Wmo: Hulp bij huishouden, ambulante begeleiding en dagbesteding.

Jeugdwet: Ambulante begeleiding en dagbesteding voor kinderen onder 18 jaar (na verwijzing door arts of OKT).

Wlz: Wanneer de zorgvrager een Wlz-indicatie heeft voor verpleging thuis, valt doorgaans alle professionele zorg binnen het zorgprofiel (met enkele uitzonderingen zoals woningaanpassingen).

Zvw: Verzorging en verpleging wanneer er geen Wlz-indicatie is; indicatie wordt gesteld door de wijkverpleegkundige.

Hoe vraag je (opschaling van) professionele zorg aan?

Wmo: Vraag (opschaling van) hulp bij huishouden of ambulante begeleiding aan via de Buurtteams in Amsterdam. Voor hulp bij huishouden kun je soms ook rechtstreeks bij een aanbieder terecht. Voor meer informatie of voor vragen over de procedure kun je terecht bij de Wmo Helpdesk.

Jeugdwet: Bespreek specialistische hulp met een ouder- en kindadviseur van het Ouder- en Kindteam. Zij kunnen je verwijzen. Ook de huisarts kan verwijzen. Op ikzoekjeugdhulp.nl vind je aanbieders van specialistische jeugdhulp met contract.

Wlz: Als de zorgvrager een Wlz-indicatie heeft voor zorg thuis of deze binnen 2 weken verwacht te krijgen, dien je een aanvraag in bij het [CIZ](#).

Zvw: Voor opschaling van verzorging/verpleging neem je contact op met de verantwoordelijke wijkverpleegkundige. Voor aanvragen kun je ook contact opnemen met de zorgverzekeraar.

Welke organisaties bieden de reguliere zorg aan in Amsterdam?

Wanneer de zorgvrager een Wlz-indicatie heeft, neem je contact op met het zorgkantoor. Voor overige situaties verwijzen gemeente/Buurtteam je naar gecontracteerde aanbieders.

Vrijwillige initiatieven

Naast professioneel aanbod bestaan er vrijwillige initiatieven aanvullend hierop, bijvoorbeeld voor mensen met dementie, niet-aangeboren hersenletsel of chronische ziekte. Een organisatie die dit onder andere faciliteert is [Markant](#).

Voor meer informatie over het aanbod in de wijk of het stadsdeel kun je contact opnemen met het [Sociaal loket](#) (020-2552916), onderdeel van het Stadsloket van de gemeente. Dit kan telefonisch op werkdagen tussen 9.00 uur en 16.00 uur of je kunt langskomen op afspraak.

Markant | Opschaling en aanvragen van huishoudelijke hulp ambulante begeleiding, verzorging, verpleging en/of dagbesteding (Wmo, Wlz, Zvw, Jeugdwet)

Ook kun je terecht bij één van de [Buurteams](#) in Amsterdam. Bekijk ook de [wegwijzer sociaal domein voor eerstelijnszorg in Amsterdam van het Buurtteam](#).

Contactgegevens

[Sociaal loket](#): 020 - 2552916

[Buurtteam Amsterdam](#): Voor telefoonnummers zie website

Wmo Helpdesk: 0800-0643 (ma-vr 8.00-18.00)

Particuliere initiatieven

Naast professioneel en vrijwillig aanbod bestaan er ook particuliere aanbieders.

Via de [sociale kaart/participatiegids](#) kun je meer inzicht krijgen in dit aanbod.