



# Informatiegids voor mensen die niet meer beter worden

Palliatieve zorg en ondersteuning in de regio Zuid-Holland Noord

## Wat staat er in deze informatiegids?

Deze gids is bedoeld voor mensen die niet meer beter worden en hun naasten. In deze gids wordt een overzicht geboden van de verschillende mogelijkheden voor zorg en ondersteuning in de regio Zuid-Holland Noord.

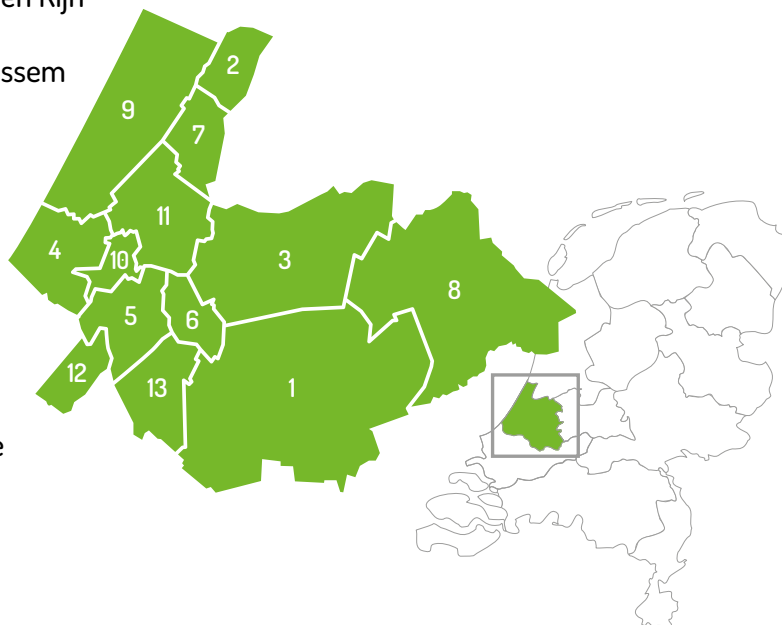
Bent u op zoek naar andere informatie?

Kijk dan bij [Hoofdstuk 7. Nuttige links en materialen](#)

Als u informatie of gegevens mist of als er gegevens veranderd zijn, kunt u dit per e-mail doorgeven via [info@transmuralis.nl](mailto:info@transmuralis.nl).

Deze informatiegids is geschreven door het netwerk Palliatieve Zorg Zuid-Holland Noord. Dit netwerk werkt samen met organisaties uit onderstaande 13 gemeenten:

1. Alphen aan den Rijn
2. Hillegom
3. Kaag en Braassem
4. Katwijk
5. Leiden
6. Leiderdorp
7. Lisse
8. Nieuwkoop
9. Noordwijk
10. Oegstgeest
11. Teylingen
12. Voorschoten
13. Zoeterwoude



## Leeswijzer

In de hoofdstukken 1 t/m 3 spreken we direct de persoon aan die zelf niet meer beter wordt. Deze hoofdstukken zijn echter ook relevant voor de naasten.

In de hoofdstukken 4 t/m 6 spreken we de naasten aan. Deze informatie is ook deels relevant voor de persoon zelf die niet meer beter wordt.

Voor de leesbaarheid van deze gids is ervoor gekozen om de namen van gemeenten, waar organisaties actief zijn, op te schrijven. De dorpen binnen de gemeenten zijn niet apart benoemd, behalve een paar belangrijke uitzonderingen.

Deze informatiegids is gemaakt om digitaal te bekijken. Onderstreepte teksten zijn verwijzingen die u kunt aanklikken om naar andere websites en informatiematerialen te gaan. Heeft u een papieren versie in handen en wilt u de digitale versie bekijken? Deze vindt u hier:

[www.transmuralis.nl/kennisbank/informatiegids-palliatieve-zorg/](http://www.transmuralis.nl/kennisbank/informatiegids-palliatieve-zorg/)

### Interactieve elementen

In dit document vindt u de volgende interactieve elementen:

- ☰ inhoudsopgave
- < vorige pagina
- > volgende pagina

# Inhoudsopgave

## 1. Wat is palliatieve zorg? 4

- 1.1 Wanneer palliatieve zorg? 5
- 1.2 Wie biedt palliatieve zorg? 5
- 1.3 Waar kan palliatieve zorg uit bestaan? 6
- 1.4 Nadenken en praten over het einde van uw leven 6

## 2. Palliatieve zorg thuis 7

- 2.1 Zorg door de huisarts 8
- 2.2 Hulp door de thuiszorg 8
- 2.3 Geestelijke en maatschappelijke zorg 11
- 2.4 Huishoudelijke hulp 13
- 2.5 Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg 15
- 2.6 Consultteams Palliatieve Zorg in de ziekenhuizen 16
- 2.7 Hulpmiddelen en ergotherapie 17

## 3. Als thuis wonen niet meer gaat 18

- 3.1 Verpleeghuiszorg 19
- 3.2 Hospices 21

## 4. Overlijden 23

- 4.1 Bespreken van wensen rondom het afscheid 24
- 4.2 Na het overlijden 24

## 5. Hulp en advies bij rouw en verlies na overlijden 25

## 6. Zorgen voor een naaste 27

- 6.1 Mantelzorgondersteuning 28
- 6.2 Logeerszorg ZHN 30

## 7. Nuttige links en materialen 31



# 1 Wat is palliatieve zorg?

- 1.1 Wanneer palliatieve zorg?
- 1.2 Wie biedt palliatieve zorg?
- 1.3 Waar kan palliatieve zorg uit bestaan?
- 1.4 Nadenken en praten over het einde van uw leven



## 1. Wat is palliatieve zorg?

U krijgt uw hele leven zorg. Dat vinden we allemaal heel normaal. Maar wat als u hoort dat u ziek bent en aan uw ziekte dood zal gaan? Ook dan is er zorg: palliatieve zorg. Het gaat om zorg, hulp en begeleiding. Van medicijnen tegen de pijn tot ergotherapie. Van wandelen met een vrijwilliger tot praten met een psycholoog of geestelijk verzorger. Zodat u nog zoveel mogelijk dingen kunt blijven doen die belangrijk voor u zijn.

Palliatief betekent: verzachtend. Palliatieve zorg is gericht op welzijn, niet op genezing. Dat uw leven zo fijn en goed mogelijk is (door het voorkómen en/of verminderen van klachten), ondanks ziekte of kwetsbaarheid.

Aangezien de mensen om u heen ook te maken hebben met uw ziekte, richt palliatieve zorg zich ook op uw naasten.

Palliatieve zorg is: *'Leven toevoegen aan de dagen, niet dagen aan het leven'* (Cicely Saunders).

### 1.1 Wanneer palliatieve zorg?

Mensen denken vaak dat palliatieve zorg alleen voor de laatste weken van het leven is. Maar de palliatieve fase begint al op het moment dat duidelijk is, dat iemand waarschijnlijk sterft aan de ziekte of aandoening. Of als iemand ouder is en last heeft van meerdere chronische aandoeningen, die invloed hebben op elkaar. Iemand is dan kwetsbaar.

Het kan zijn dat iemand nog kort te leven heeft, maar dat hoeft niet. Ook als niet zeker is dat een behandeling de ziekte kan genezen, kan iemand palliatieve zorg krijgen. Iemand krijgt dan palliatieve zorg én behandeling van de ziekte. Hoeveel weken, maanden of jaren, de palliatieve fase duurt, verschilt van persoon tot persoon.

## 1.2 Wie biedt palliatieve zorg?

In de palliatieve fase krijgt u met verschillende zorgverleners te maken. Wie dat precies zijn, hangt af van uw persoonlijke situatie. Het gaat bijvoorbeeld om de volgende zorgverleners:

- medisch specialist
- verpleegkundige of verpleegkundige specialist in het ziekenhuis
- huisarts
- wijkverpleegkundige (thuiszorg) of -verzorgende
- fysiotherapeut
- ergotherapeut
- logopedist
- diëtist
- maatschappelijk werker
- geestelijk verzorger
- psycholoog
- apotheker

Palliatieve zorg wordt niet alleen door zorgverleners geboden. Het kan bijvoorbeeld ook geboden worden door:

- mantelzorgconsulenten
- geestelijk verzorgers
- vrijwilligers in de palliatieve fase

Iedereen in de palliatieve fase heeft een regiebehandelaar en een eerste contactpersoon bij vragen en problemen. Is het niet duidelijk wie dat voor u zijn? Vraag dit dan aan een van uw zorgverleners.

Uw zorgverleners overleggen met elkaar en stemmen de zorg zo goed mogelijk af. Als het nodig is, vragen zij hulp van experts.

### 1.3 Waar kan palliatieve zorg uit bestaan?

Goede palliatieve zorg sluit aan bij wat iemand nodig heeft om die dingen te blijven doen die belangrijk zijn voor hem of haar. Denk bijvoorbeeld aan de volgende zorg:

- lichamelijke zorg
- sociale zorg
- psychische zorg
- zingevingszorg
- praten over het levenseinde en wensen vastleggen

Voor voorbeelden van bovenstaande zorg en meer informatie bezoekt u de website: [www.overpalliatievezorg.nl/leventothetlaatst](http://www.overpalliatievezorg.nl/leventothetlaatst)

### 1.4 Nadenken en praten over het einde van uw leven

Wat als u weet dat u niet meer beter wordt en zal overlijden aan uw ziekte? Wat is dan voor u belangrijk? Alleen als mensen dat weten, kunnen ze de zorg geven die bij u past.

Praat over uw wensen met familie, vrienden en met de huisarts. Bijvoorbeeld: wilt u zo lang mogelijk alle behandelingen hebben die er zijn? Of zijn er misschien behandelingen die u later niet meer wilt? Welke begeleiding verwacht u van uw huisarts?

Het geeft rust als u weet dat de mensen om u heen en uw arts weten wat u belangrijk vindt.

Als u wilt nadenken en praten over wat u in de toekomst wilt aan zorg en behandeling dan kan het invullen van de digitale keuzehulp van [thuisarts.nl](http://thuisarts.nl) helpen. U vindt de digitale keuzehulp op deze website: [www.thuisarts.nl/keuzehulp/verken-uw-wensen-voor-zorg-en-behandeling](http://www.thuisarts.nl/keuzehulp/verken-uw-wensen-voor-zorg-en-behandeling)

Ook kan het invullen van het Wensenboekje van Transmuralis u helpen. Dit boekje is te krijgen voor iedereen die wil nadenken over de laatste fase van het leven. Het Wensenboekje biedt handvatten voor gesprekken, zinvolle tipse en kan daarmee structuur, rust en inzicht geven. Het Wensenboekje vindt u op de website van Transmuralis:

[www.transmuralis.nl/kennisbank/wensenboekje/](http://www.transmuralis.nl/kennisbank/wensenboekje/)

In de volgende hoofdstukken wordt een overzicht geboden van de verschillende mogelijkheden van zorg en ondersteuning in de regio Zuid-Holland Noord. Er is geprobeerd om zo volledig mogelijk te zijn. Omdat palliatieve zorg heel persoonlijk is en voor verschillende mensen anders kan zijn, kan echter geen volledig overzicht worden geboden.



## 2. Palliatieve zorg thuis

- 2.1 Zorg door de huisarts
- 2.2 Hulp door de thuiszorg
- 2.3 Geestelijke en maatschappelijke zorg
- 2.4 Huishoudelijke hulp
- 2.5 Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg
- 2.6 Consultteams Palliatieve Zorg in de ziekenhuizen
- 2.7 Hulpmiddelen en ergotherapie

## 2. Palliatieve zorg thuis

Veel mensen die weten dat zij niet meer beter worden, willen het liefst thuis in hun eigen omgeving blijven.

Thuis kan er bijvoorbeeld zorg geboden worden door de volgende personen:

- huisarts
- wijkverpleegkundige
- psycholoog
- geestelijk verzorger
- maatschappelijk werker
- vrijwilliger

### 2.1 Zorg door de huisarts

De huisarts is vaak de centrale contactpersoon voor zorg, advies en informatie.

De huisarts kan bijvoorbeeld informatie en advies geven over:

- de voor- en nadelen van een behandeling
- wel of geen ziekenhuisopname
- wensen voor het einde van het leven (Lees voor meer tips [Hoofdstuk 1.4: Nadenken en praten over uw levenseinde](#))
- de keuze om uw leven sneller te (laten) beëindigen. Door euthanasie of bewust te stoppen met eten en drinken.
- de zorgmogelijkheden thuis, in een hospice of in een verpleeghuis tijdens de laatste fase van uw leven.

Het is prettig als er één vast contactpersoon wordt aangewezen met wie de huisarts contact heeft, bijvoorbeeld uw partner.

### 2.2 Hulp door de thuiszorg

De wijkverpleegkundige van de thuiszorg kan veel betekenen. Hij of zij geeft ondersteuning en begeleiding thuis. Dit is meer dan alleen hulp bij de persoonlijke verzorging, zoals douchen en aankleden, wondzorg of pijnbestrijding. Het is ook mogelijk om te praten over het ziek-zijn en de behandeling. De wijkverpleegkundige kan u voorbereiden op wat komen gaat. Ook kan de wijkverpleegkundige hulp bieden als u klachten heeft en u informatie geven over andere zorg- en ondersteuningsmogelijkheden.

#### Thuiszorg aanvragen

Als u in het ziekenhuis bent bespreekt u de benodigde thuiszorg met de verpleegkundige van de afdeling.

Als u thuis bent neemt u contact op met uw huisarts en de thuiszorgorganisatie van uw keuze om thuiszorg aan te vragen.

De wijkverpleegkundige kan meer vertellen over de kosten van de zorg. Deze kosten worden meestal vergoed vanuit de verzekering.

#### Huisbezoeken in de palliatieve fase

Sommige thuiszorgorganisaties in de regio Zuid-Holland Noord bieden huisbezoeken in de palliatieve fase aan. Deze huisbezoeken zijn bedoeld voor mensen die (nog) geen thuiszorg nodig hebben, maar wel te maken hebben met allerlei praktische, lichamelijke en emotionele veranderingen.

De huisarts of een zorgverlener in het ziekenhuis kan u aanmelden voor een huisbezoek. De wijkverpleegkundige doet het huisbezoek en maakt een afspraak bij u thuis van ongeveer een uur. Zij/hij bekijkt en bespreekt uw vragen en geeft praktische informatie en adviezen.

## Thuiszorgorganisaties in de regio Zuid-Holland Noord

In Zuid-Holland Noord zijn de thuiszorgorganisaties die hieronder staan, aangesloten bij het netwerk Palliatieve Zorg.

Organisaties met een \* doen ook huisbezoeken in de palliatieve fase:

### ActiVite\*

Heel Zuid-Holland Noord

T 071 516 14 15

W [www.activite.nl](http://www.activite.nl)

---

### Adry zorg\*

Alphen aan den Rijn, Hillegom, Katwijk, Leiden, Leiderdorp, Lisse, Nieuwkoop, Noordwijk, Teylingen, Voorschoten, Zoeterwoude

T 071 230 12 40

W [www.adryzorg.nl](http://www.adryzorg.nl)

---

### Buurtzorg

Heel Zuid-Holland Noord

T 085 040 37 00

W [www.buurtzorgnederland.com](http://www.buurtzorgnederland.com)

Op de website van Buurtzorg Nederland vindt u de contactgegevens per gemeente.

---

### Curadomi\*

Katwijk

T 071 309 04 21

W [www.curadomi.nl](http://www.curadomi.nl)

---

### DSVleven\*

Katwijk en Lisse

T 071 204 90 30

W [www.dsvleven.nl](http://www.dsvleven.nl)

---

### Euser Care

Katwijk, Leiden, Leiderdorp, Noordwijk, Oegstgeest, Teylingen uitsluitend het dorp Warmond, Voorschoten, Zoeterwoude

T 071 524 93 33

W [www.eusercare.nl](http://www.eusercare.nl)

---

### Groot Hoogwaak

Noordwijk

T 071 368 88 88

W [www.groothoogwaak.nl](http://www.groothoogwaak.nl)

---

### HOZO

Hillegom

T 0252 57 65 00

W [www.hozo.nl](http://www.hozo.nl)

---

### Improzorg

Alphen aan den Rijn: uitsluitend het dorp Benthuisen

T 079 207 70 03

W [www.improzorg.nl](http://www.improzorg.nl)

---

### Libertas Leiden\*

Leiden, Leiderdorp

T 071 516 81 68

W [www.libertasleiden.nl](http://www.libertasleiden.nl)

---

### Marente\*

Hillegom, Katwijk, Lisse, Noordwijk, Oegstgeest, Teylingen, Voorschoten

T 071 409 33 33

W [www.marente.nl](http://www.marente.nl)

---

### Pro-Cura\*

Leiden, Leiderdorp

T 071 542 00 40

W [www.pro-cura.nl](http://www.pro-cura.nl)

---



---

### Roomburgh

Leiden

T 071 589 22 00

W [www.roomburgh.nl](http://www.roomburgh.nl)

---

### Thuiszorg IZO

Alphen aan den Rijn

T 0172 44 44 23

W [www.izo.nl](http://www.izo.nl)

### WIJdezorg

Alphen aan den Rijn: uitsluitend de dorpen Koudekerk, Hazerswoude-dorp, Hazerswoude-Rijndijk, Kaag en Braassem, Nieuwkoop, Zoeterwoude

T 088 209 10 00

W [www.wijdezorg.com](http://www.wijdezorg.com)

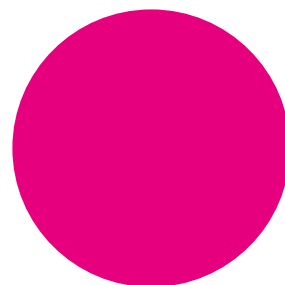
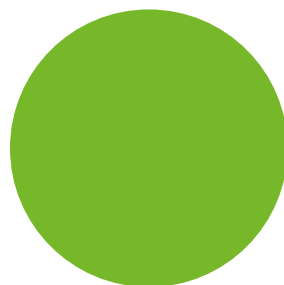
---

### Zorgorganisatie Zorg-Vuldig

Leiden, Leiderdorp, Oegstgeest, Voorschoten, Zoeterwoude

T 071 542 40 75

W [www.zorg-vuldig.nl](http://www.zorg-vuldig.nl)



## 2.3 Geestelijke en maatschappelijke zorg

Bij ziekte of dichterbij komen van overlijden kunt u bang, boos, verdrietig zijn en/of u machteloos voelen. Praten met iemand, bijvoorbeeld met een zorgverlener, kan helpen om om te leren gaan met vragen en emoties en kan troost bieden.

U kunt bijvoorbeeld praten met de volgende geestelijke en maatschappelijke zorgverleners:

- maatschappelijk werker
- praktijkondersteuner van de huisarts (POH-GGZ)
- psycholoog
- geestelijk verzorger

Alle geestelijke en maatschappelijke zorgverleners hebben een beroepsgeheim. Dit betekent dat zij niets mogen doorvertellen aan anderen over de gesprekken die zij met u hebben gehad. Alleen als u zelf toestemming geeft, kan de zorgverlener informatie uit de gesprekken doorvertellen aan andere zorgverleners.

### Maatschappelijk werker

Een maatschappelijk werker helpt en adviseert bij problemen rondom de ziekte en behandeling. De maatschappelijk werker kan u bijvoorbeeld helpen bij:

- verandering van het dagelijks leven van u en uw naasten
- de zorgen die u heeft over het ziek-zijn en de gevolgen van de ziekte
- het (misschien) betrekken van andere zorgverleners

De maatschappelijk werker kan betrokken worden via de gemeente (Wmo-loket) of via uw huisarts. U betaalt niet voor de hulp van een maatschappelijk werker.

### Praktijkondersteuner van de huisarts

Bij veel huisartsen werkt een praktijkondersteuner huisartsen voor geestelijke gezondheidszorg. De afkorting is POH-GGZ. De POH-GGZ kan bijvoorbeeld helpen bij:

- angst
- somberheid
- problemen in de relatie
- terugkomende herinneringen aan een nare gebeurtenis
- klachten die u al had, die door de ziekte erger worden of terugkomen

De huisarts kan u doorsturen naar de POH-GGZ. U betaalt niet voor de hulp van een POH GGZ. De kosten worden vergoed door de basisverzekering. Wanneer de POH-GGZ inschat dat de klachten zwaarder zijn, dan kan hij/zij u doorsturen naar een psycholoog.

### Psycholoog

Een psycholoog helpt bij geestelijke klachten door de ziekte.

Een psycholoog behandelt door:

- te praten over klachten en problemen
- door oefeningen of opdrachten met u te doen

Om geholpen te mogen worden door een psycholoog, moet een huisarts u doorsturen. Meestal hoeft u niet te betalen voor de hulp van een psycholoog. De kosten worden vaak vergoed via uw zorgverzekering.

### Geestelijk verzorger

Een geestelijk verzorger geeft begeleiding, hulp en advies bij het nadenken over wat er in het leven gebeurt. Een geestelijk verzorger is professioneel opgeleid om ondersteuning en begeleiding te bieden bij vragen over leven en dood als iemand niet meer beter wordt. Dit worden zingevingsvragen genoemd. Er zijn ook geestelijk verzorgers die werken vanuit een bepaalde godsdienstige of culturele afkomst.

Vragen waarbij een geestelijk verzorger kan helpen zijn bijvoorbeeld:

- Waarom gebeurt dit met mij?
- Wat is voor mij nu belangrijk?
- Wie ben ik? Wie wil ik zijn?
- Hoe ga ik met deze situatie om?
- Wat heb ik nodig?
- Wat heeft mijn leven voor zin?

De begeleiding van een geestelijk verzorger is kosteloos voor mensen van 50 jaar en ouder uit de regio Zuid-Holland Noord. Ook voor volwassenen en kinderen in de palliatieve fase van een levensbedreigende ziekte is de begeleiding vrij van kosten.

U kunt via het Centrum voor Levensvragen Zuid-Holland Noord in contact komen met een geestelijk verzorger.

### **Centrum voor Levensvragen Zuid-Holland Noord**

**T** 088 204 53 00

**W** [www.centrumlevensvragenzhn.nl](http://www.centrumlevensvragenzhn.nl)

### **Geestelijke en maatschappelijke zorg voor mensen met een verstandelijke beperking**

's Heeren Loo biedt advies en begeleiding in de palliatieve fase voor mensen met een verstandelijke beperking.

### **'s Heeren Loo**

*Noordwijk*

**T** 088 0372 777 (medische dienst)

**W** [www.sheerenloo.nl](http://www.sheerenloo.nl)

**E** [polikliniek.wvdb@sheerenloo.nl](mailto:polikliniek.wvdb@sheerenloo.nl)

### **Inloophuizen voor mensen met kanker en hun naasten**

In de regio Zuid-Holland Noord zijn drie centra actief voor leven met en na kanker. Dit zijn centra waar mensen die kanker hebben, terecht kunnen voor steun en een luisterend oor. Bij deze centra kunnen mensen die in dezelfde situatie zitten (lotgenoten) elkaar ontmoeten of samen deelnemen aan activiteiten.

### **Adamas Centrum voor leven met en na kanker**

*Nieuw-Vennep*

**T** 0252 68 02 33

**W** [www.adamas-centrum.nl](http://www.adamas-centrum.nl)

### **Inloophuis SamenhuIS**

*Alphen aan den Rijn*

**T** 06 19 95 69 27

**W** [www.samenhuis.org](http://www.samenhuis.org)

### **Inloophuis Scarabee**

*Leiden*

**T** 06 55 41 38 24

**W** [www.inloophuisscarabee.nl](http://www.inloophuisscarabee.nl)

## 2.4 Huishoudelijke hulp

Het schoon en netjes houden van het huis kan veel energie kosten. Het kan fijn zijn als u hier hulp bij krijgt, zodat er energie overblijft voor andere dingen.

Deze hulp valt onder de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en kan aangevraagd worden via de gemeente. De overheid betaalt het grootste deel van de kosten voor de huishoudelijke hulp. U moet zelf ook een deel van de kosten voor huishoudelijke hulp betalen. Het deel dat u zelf moet betalen heet de 'eigen bijdrage'. Hoeveel u moet betalen, hangt af van uw inkomen.

### Aanvragen huishoudelijke hulp in de regio Zuid-Holland Noord

Hieronder vindt u per gemeente contactgegevens en informatie over het aanvragen van huishoudelijke hulp:

#### Alphen aan den Rijn

*Tom in de buurt*

T 088 90 04 5 67

W [www.tomindebuurt.nl/alphen-aan-den-rijn/zelfstandig-wonen-en-leven/huishoudelijke-hulp-wmo](http://www.tomindebuurt.nl/alphen-aan-den-rijn/zelfstandig-wonen-en-leven/huishoudelijke-hulp-wmo)

#### Hillegom

*ISD Bollenstreek*

T 0800 95 67 00 00

W [www.isdbollenstreek.nl/Wmo/Wmo/Hulp\\_bij\\_het\\_huishouden](http://www.isdbollenstreek.nl/Wmo/Wmo/Hulp_bij_het_huishouden)

#### Kaag en Braassem

*Kernteam Kaag en Braassem*

T 088 900 45 67

W [https://www.kaagenbraassem.nl/Inwoners\\_en\\_ondernemers/Zorg\\_wmo\\_en\\_ondersteuning/Hulp\\_in\\_en\\_om\\_het\\_huis/Hulp\\_bij\\_huishouden](https://www.kaagenbraassem.nl/Inwoners_en_ondernemers/Zorg_wmo_en_ondersteuning/Hulp_in_en_om_het_huis/Hulp_bij_huishouden)

#### Katwijk

*Het Sociaal Wijkteam*

T 071 406 50 00

W [www.katwijk.nl/zorg-en-inkomen/hulp-vanuit-de-wmo/hulp-bij-het-huishouden](http://www.katwijk.nl/zorg-en-inkomen/hulp-vanuit-de-wmo/hulp-bij-het-huishouden)

#### Leiden

*Sociaal wijkteam Leiden*

T 071 516 78 77

W [www.sociaalwijkteamleiden.nl/hulp-bij/wonen](http://www.sociaalwijkteamleiden.nl/hulp-bij/wonen)

#### Leiderdorp

*Incluzio Leiderdorp*

T 071 541 35 36

W [www.incluzioleiderdorp.nl](http://www.incluzioleiderdorp.nl)

#### Lisse

*ISD Bollenstreek*

T 0800 956 70 00

W [www.isdbollenstreek.nl/Wmo/Wmo/Hulp\\_bij\\_het\\_huishouden](http://www.isdbollenstreek.nl/Wmo/Wmo/Hulp_bij_het_huishouden)

#### Nieuwkoop

*Tom in de buurt*

T 088 900 45 67

W [www.tomindebuurt.nl/nieuwkoop/zelfstandig-wonen-en-leven/huishoudelijke-hulp](http://www.tomindebuurt.nl/nieuwkoop/zelfstandig-wonen-en-leven/huishoudelijke-hulp)

#### Noordwijk

*ISD Bollenstreek*

T 0800 956 70 00

W [www.isdbollenstreek.nl/Wmo/Wmo/Hulp\\_bij\\_het\\_huishouden](http://www.isdbollenstreek.nl/Wmo/Wmo/Hulp_bij_het_huishouden)



## Oegstgeest

Radius

T 071 707 42 00

W [www.radiuswelzijn.nl/welzijn-thuis/begeleiding-in-huis/](http://www.radiuswelzijn.nl/welzijn-thuis/begeleiding-in-huis/)

---

## Teylingen

ISD Bollenstreek

T 0800 956 70 00

E [www.isdbollenstreek.nl/Wmo/Wmo/Hulp\\_bij\\_het\\_huishouden](http://www.isdbollenstreek.nl/Wmo/Wmo/Hulp_bij_het_huishouden)

## Voorschoten

Wmo gemeente Voorschoten

T 14071

W [www.voorschoten.nl/wat-is-de-wet-maatschappelijke-ondersteuning](http://www.voorschoten.nl/wat-is-de-wet-maatschappelijke-ondersteuning)

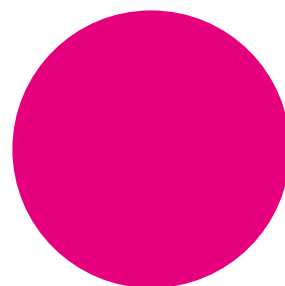
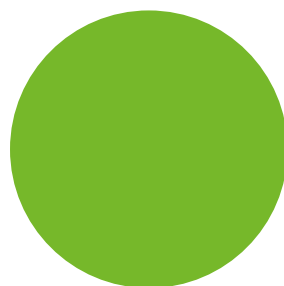
---

## Zoeterwoude

Zorgloket Zoeterwoude

T 071 580 63 00

W [www.zoeterwoude.nl/zorg-en-hulpvragen/wet-maatschappelijke-ondersteuning-wmo](http://www.zoeterwoude.nl/zorg-en-hulpvragen/wet-maatschappelijke-ondersteuning-wmo)



## 2.5 Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg

Vaak willen familie en vrienden zelf voor iemand die ziek is blijven zorgen. Soms is het voor familie en vrienden (te) zwaar om de zorg vol te houden. Een vrijwilliger kan dan helpen. Een vrijwilliger kan ook helpen als iemand niet alleen kan of wil zijn.

Er zijn vrijwilligers die specialist zijn in het helpen van mensen die niet meer beter worden. De afkorting voor Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg is VPTZ. Deze vrijwilligers kunnen de familie en vrienden van de persoon die ziek is helpen. Zij komen bij u thuis helpen of ze komen naar de plek waar u woont, bijvoorbeeld in een verpleeghuis.

Vrijwilligers doen geen medische, verpleegkundige of zware huishoudelijke taken. Vrijwilligers doen vaak wat familie en vrienden ook doen bijvoorbeeld:

- een luisterend oor bieden
- helpen bij het eten en drinken
- helpen naar het toilet
- aanwezig zijn als een naaste even weggaat voor een boodschap of iets anders
- op u letten

De hulp van anderen, zoals van de huisarts en de wijkverpleegkundige, blijft gewoon doorgaan als u hulp van een vrijwilliger krijgt.

De contactgegevens voor het aanvragen van een vrijwilliger vindt u rechts op deze pagina. Een verwijzing is niet nodig. Er is meestal geen wachtlijst en u hoeft er niet voor te betalen.

### Vrijwilligersorganisaties in de regio Zuid-Holland Noord

In Zuid-Holland Noord zijn de vrijwilligersorganisaties die hieronder staan, aangesloten bij het netwerk Palliatieve Zorg.

#### Aurelia

*Alphen aan den Rijn: uitsluitend in de dorpen Benthuizen, Boskoop, Hazerswoude Dorp, Hazerswoude Rijndijk, Koudekerk aan den Rijn, Waddinxveen*

**T** 06 51 44 57 26

**W** [vptzaurelia.nl](http://vptzaurelia.nl)

---

#### De Hospicegroep Alphen aan den Rijn Nieuwkoop

*Alphen aan den Rijn, Nieuwkoop*

**T** 0172 57 30 40

**W** [www.dehospicegroep.nl](http://www.dehospicegroep.nl)

---

#### Hospice Duin- en Bollenstreek

*Hillegom, Katwijk, Lisse, Noordwijk en Teylingen*

**T** 0252 22 71 39

**W** [www.hospiceduinenbollenstreek.nl](http://www.hospiceduinenbollenstreek.nl)

---

#### Issoria Hospice & Thuis

*Leiden, Leiderdorp, Oegstgeest, Voorschoten, Teylingen, Zoeterwoude*

**T** 071 514 22 75

**W** [www.issoria.nl/issoria-thuis](http://www.issoria.nl/issoria-thuis)

---

#### Stichting Amandi

*Kaag en Braassem*

**T** 071 532 85 59

**W** [www.amandi.nl](http://www.amandi.nl)

## 2.6 Consultteams Palliatieve Zorg in de ziekenhuizen

Het Consultteam Palliatieve Zorg in het ziekenhuis kan helpen bij het bespreken van de wensen en behoeften van u en uw naasten. In het Consultteam zitten medewerkers met veel kennis over palliatieve zorg.

Onderwerpen die u kunt bespreken met een medewerker van het Consultteam zijn bijvoorbeeld:

- klachten, zoals pijn en misselijkheid
- de gevolgen van de ziekte op werk of naasten
- informatie over de laatste fase van het leven
- hulp en ondersteuning

Het contact met het Consultteam Palliatieve Zorg bestaat uit een of enkele gesprekken. Resultaat van het gesprek kan zijn dat u meer rust en overzicht ervaart over de situatie. Het team streeft naar een zo goed mogelijke samenwerking tussen iedereen die zorg geeft aan de persoon die ziek is. Denk aan samenwerking tussen de dokter in het ziekenhuis en de huisarts en ook aan iedereen die thuis zorg geeft. Het team heeft een ondersteunende en adviserende rol.

### Werkwijze afspraak maken met een Consultteam Palliatieve Zorg

U heeft recht op hulp van een Consultteam Palliatieve Zorg als u bent opgenomen in het ziekenhuis of als u onder behandeling bent in het ziekenhuis.

De arts die u behandelt kan u aanmelden bij het Consultteam Palliatieve Zorg. U kunt ook zelf vragen om een gesprek met het Consultteam. Het is dan belangrijk om de arts te laten weten dat u zelf contact heeft opgenomen met het Consultteam Palliatieve Zorg.

De medewerker van het Consultteam (verpleegkundig specialist of consultant palliatieve zorg) neemt contact met u op voor het inplannen van een afspraak. Uw familie/naasten zijn ook welkom bij de afspraak.

Als u bent opgenomen in het ziekenhuis, zal het gesprek op de verpleegafdeling gebeuren. Als u niet bent opgenomen in het ziekenhuis dan vindt het gesprek plaats op een afdeling van het ziekenhuis (polikliniek) of via video (online consult).

In Zuid-Holland Noord zijn de Consultteams Palliatieve Zorg, die hieronder staan, actief.

#### **Alrijne Ziekenhuis**

*Palliatief Advies Team*

**T** 071 582 84 89

**W** [www.alrijne.nl/palliatievezorg](http://www.alrijne.nl/palliatievezorg)

#### **Leids Universitair Medisch Centrum**

*Consultteam Palliatieve Zorg (CPZ)*

**T** 071 529 81 36

**W** [www.lumc.nl/afdelingen/palliatieve-zorg/overige-folders/consultteam-palliatieve-zorg/](http://www.lumc.nl/afdelingen/palliatieve-zorg/overige-folders/consultteam-palliatieve-zorg/)

## 2.7 Hulpmiddelen en ergotherapie

Veel mensen willen het liefst zo lang mogelijk thuis blijven wonen en voor zichzelf zorgen. Ook als zij een handicap of ziekte hebben en/of oud zijn. Soms worden dagelijkse activiteiten zoals lopen, douchen of naar het toilet gaan lastiger. Een rolstoel, douchestoel of poststoel kan helpen om zo lang mogelijk voor uzelf te kunnen blijven zorgen en zelfstandig te leven.

Bij een thuiszorgwinkel kunt u hulpmiddelen lenen, huren of kopen. Uw zorgverzekeraar weet welke regels er zijn voor de aanschaf van hulpmiddelen en kan u hierover vertellen. Medewerkers van de zorgverzekeraar weten ook waar u een hulpmiddel kunt krijgen. Meestal betaalt uw zorgverzekeraar voor het hulpmiddel. Soms moet u zelf een deel van de kosten van het hulpmiddel betalen. Het deel dat u zelf moet betalen heet de 'eigen bijdrage'.

Wanneer er plotseling problemen ontstaan, is het handig om een aantal hulpmiddelen hiervoor al in huis te hebben. U kunt denken aan wegwerphandschoenen of een product bij verlies van urine of ontlasting. U kunt dit kopen bij een drogist of apotheek.

### Ergotherapie

Een therapeut kan u helpen om de dagelijkse activiteiten zoveel mogelijk zelf te kunnen (blijven) doen. Een therapeut die mensen helpt bij het zo goed mogelijk mee blijven doen in het dagelijks leven, heet een ergotherapeut.

De behandeling van een ergotherapeut kan bestaan uit:

- oefenen
- leren op een bepaalde manier uw dagelijkse activiteiten te doen
- gebruiken van hulpmiddelen
- voorlichting geven aan uw familie en vrienden

Een ergotherapeut kan aangevraagd worden via de huisarts. Meestal hoeft u niet te betalen voor de hulp van een ergotherapeut, omdat de zorgverzekeraar de kosten betaalt.

### Het koppelbed

Een bijzonder hulpmiddel voor de laatste weken van leven is een koppelbed. Het is een logeerbed voor mensen die graag samen willen zijn. Het koppelbed bestaat uit een frame/onderstel met een speciaal matras met een verbreding. Hierdoor sluit het koppelbed goed aan op het hoog-laagbed. Zo blijft het toch mogelijk samen te zijn.

De thuiszorgorganisaties ([Hoofdstuk 2.2 Overzicht Thuiszorgorganisaties](#)) kunnen u helpen met het aanvragen van een koppelbed. Het gebruik van het koppelbed kost één keer ongeveer 20 euro.

Voor vragen kan contact opgenomen worden met de klantenservice van thuiszorgwinkel Vegro:

T 0800 288 77 66

### Personenalarmering

Soms kan het voor uzelf en de naasten een angstig idee zijn dat er geen hulp in de buurt is, als er iets mis is. Personenalarmering kan dan helpen.

Personenalarmering is een systeem waarmee u 24 uur per dag, door een zendertje aan hals of pols, contact kan maken met een meldkamer. De meldkamer belt familie, vrienden of burens die zich als contactpersoon (sleuteladres) hebben opgegeven. Als het nodig is kan ook de thuiszorgorganisatie gebeld worden.

Veel zorgorganisaties leveren systemen voor personenalarmering. U kunt aan uw huisarts, wijkverpleegkundige of een andere zorgverlener vragen naar de mogelijkheden.



# 3. Als thuis wonen niet meer gaat

- 3.1 Verpleeghuiszorg
- 3.2 Hospices



### 3. Als thuis wonen niet meer gaat

Veel mensen willen graag zo lang mogelijk thuis blijven wonen, in hun eigen omgeving. Soms gaat dit niet, bijvoorbeeld omdat iemand te ziek is of omdat de zorg te zwaar wordt voor de naasten.

#### 3.1 Verpleeghuiszorg

Soms is het te moeilijk om thuis te blijven wonen. Bijvoorbeeld als iemand heel ziek is, of als naasten niet vaak genoeg kunnen helpen. Als het echt niet anders kan, kan iemand naar een verpleeghuis gaan. Daar wordt de persoon verzorgd en krijgt zorg en hulp bij dagelijkse activiteiten.

Uw huisarts kan u meer vertellen over de mogelijkheden en voorwaarden van verpleeghuiszorg.

Sommige verpleeghuisorganisaties bieden een 'Volledig Pakket Thuis' (VPT) aan. In dit geval wordt de zorg die een verpleeghuis biedt thuis geboden. De verpleeghuisorganisatie kan u hierover informeren.

#### Verpleeghuizen in de regio Zuid-Holland Noord

In Zuid-Holland Noord zijn de organisaties die verpleeghuiszorg bieden en hieronder staan, aangesloten bij het netwerk Palliatieve Zorg:

##### ActiVite

*Alphen aan den Rijn, Kaag en Braassem, Leiderdorp, Teylingen*

T 071 516 14 15

W [www.activite.nl](http://www.activite.nl)

---

##### Alrijne

*Alphen aan den Rijn, Leiderdorp*

##### Oudshoorn

T 0172 46 70 00

W [www.verpleeghuisoudshoorn.nl](http://www.verpleeghuisoudshoorn.nl)

##### Leytenrode

T 071 581 78 00

W [www.verpleeghuisleythenrode.nl](http://www.verpleeghuisleythenrode.nl)

---

##### Domus Valuas

*Oegstgeest, Warmond*

##### Villa Oranjepark

T 06 28 50 76 24

##### Het Witte Huis

T 06 17 89 21 82

##### Mariënhaven

T 071 310 14 00

W [www.domusvaluas.nl](http://www.domusvaluas.nl)

---

##### DSVleven

*Katwijk, Lisse*

T 071 204 90 00

W [www.dsvleven.nl](http://www.dsvleven.nl)



## Groot Hoogwaak

Noordwijk

T 071 368 88 88

W [www.groothoogwaak.nl](http://www.groothoogwaak.nl)

---

## HOZO

Hillegom

T 0252 57 65 00

W [www.hozo.nl](http://www.hozo.nl)

---

## Libertas Leiden

Leiden

T 071 516 81 68

W [www.libertasleiden.nl](http://www.libertasleiden.nl)

---

## Marente

Katwijk, Leiden, Lisse, Noordwijk, Oegstgeest, Teylingen, Voorschoten

T 071 409 33 33

W [www.marente.nl](http://www.marente.nl)

---

## Roomburgh

Leiden

T 071 589 22 00

W [www.roomburgh.nl](http://www.roomburgh.nl)

---

## Topaz

Katwijk, Leiden, Noordwijk, Voorschoten

T 088 921 24 00

W [www.topaz.nl](http://www.topaz.nl)

---

## WIJdezorg

Alphen aan den Rijn, Kaag en Braassem, Nieuwkoop, Zoeterwoude

T 088 209 10 00

W [www.wijdezorg.com](http://www.wijdezorg.com)

---

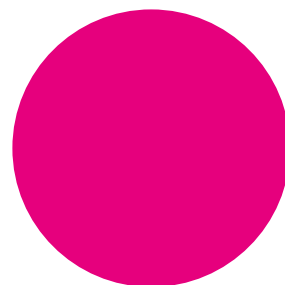
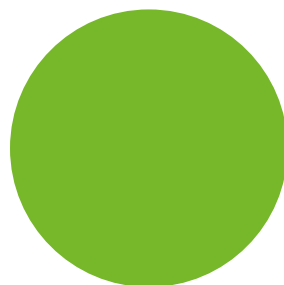
## Zorgbalans

Hillegom

T 023 891 18 00

W [www.zorgbalans.nl](http://www.zorgbalans.nl)

---



## 3.2 Hospices

Een hospice is een zorgorganisatie voor mensen die waarschijnlijk snel zullen overlijden (terminale zorg). Mensen gaan naar een hospice in de laatste weken van hun leven omdat ze, om wat voor reden dan ook, niet thuis of in het ziekenhuis kunnen of willen blijven.

In een hospice werken naast verpleegkundigen ook speciaal opgeleide vrijwilligers.

De zorg en aandacht in een hospice richt zich erop het leven in deze laatste fase zo prettig en comfortabel mogelijk te maken.

### Hoe ziet een hospice eruit?

Een hospice is vaak klein, met 4 tot 8 kamers. Iedereen heeft eigen kamer en er is veel aandacht voor de persoon. Er zijn ook zijn gezamenlijke ruimtes.

In een hospice wordt een huiselijke omgeving geboden, terwijl er toch genoeg verpleegkundige hulp aanwezig is. Het is belangrijk dat iemand zich er thuis voelt.

Het kan fijn zijn om van tevoren eens bij een hospice langs te gaan om te kijken.

### Wat kost het om tijdelijk in een hospice te verblijven?

De zorg in het hospice wordt bijna altijd vergoed door de zorgverzekeraar. U betaalt soms wel een vergoeding voor bijvoorbeeld eten en drinken. Als u aanvullend verzekerd bent, kan het zijn dat de zorgverzekeraar dat ook (gedeeltelijk) betaalt. Meer informatie over de kosten vindt u op de websites van de hospices.

### Aanmelden bij een hospice

Een (huis)arts, wijkverpleegkundige of transferverpleegkundige kan helpen met aanmelden bij een hospice. De persoon zelf of de naasten kunnen ook de aanmelding doen. Maak hiervoor gebruik van de contactgegevens hiernaast.

### Hospices in de regio Zuid-Holland Noord

In Zuid-Holland Noord zijn de hospices die hieronder staan, aangesloten bij het netwerk Palliatieve Zorg:

#### De hospicegroep Alphen aan den Rijn Nieuwkoop

*Alphen aan den Rijn, Nieuwkoop*

T 0172 57 30 40

W [www.dehospicegroep.nl](http://www.dehospicegroep.nl)

#### Hospice De Mare

*Leiderdorp*

T 071 782 05 03

W [www.hospicedemare.nl](http://www.hospicedemare.nl)

#### Hospice Duin- en Bollenstreek

*Sassenheim*

T 0252 22 71 39

W [www.hospiceduinenbollenstreek.nl](http://www.hospiceduinenbollenstreek.nl)

#### Hospice Katwijk, DSVleven

*Katwijk*

T 071 204 90 30

W [www.dsvleven.nl](http://www.dsvleven.nl)

#### Hospice Wassenaar

*Wassenaar*

T 070 779 61 50

W [www.hospicewassenaar.nl](http://www.hospicewassenaar.nl)

#### Issoria Hospice & Thuis

*Leiden*

T 071 514 22 75

W [www.issoria.nl](http://www.issoria.nl)



## Stichting Amandi

*Nieuwe Wetering*

T 071 532 85 59

W [www.amandi.nl](http://www.amandi.nl)

---

## Xenia

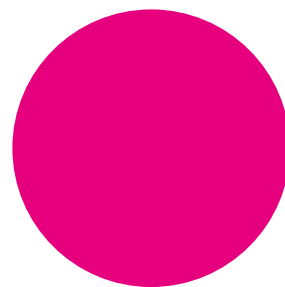
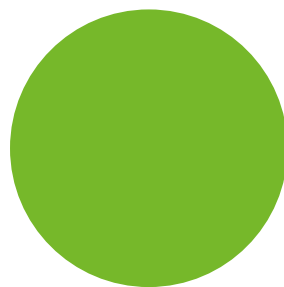
*Leiden*

T 071 513 54 54

W [www.xenialeiden.nl](http://www.xenialeiden.nl)

Xenia is speciaal gericht op jonge mensen van 18 tot ca. 45 jaar

Via de ZorgZoeker op de website Palliaweb kunt u onder het kopje 'Hospice bedden vrij' vinden welke hospices vrije plaatsen hebben. Bezoek de ZorgZoeker via deze website: [www.palliaweb.nl/palliatievezorgzoeker](http://www.palliaweb.nl/palliatievezorgzoeker).





## 4. Overlijden

- 4.1 Bespreken van wensen rondom het afscheid
- 4.2 Na het overlijden

## 4. Overlijden

### 4.1 Bespreken van wensen rondom het afscheid

Al voor het overlijden kan iemand nadenken en spreken over wensen rondom het afscheid.

Ook kan alvast contact opgenomen worden met een organisatie die de begrafenis/crematie kan regelen. Een organisatie die de begrafenis/crematie kan regelen wordt een uitvaartverzorger genoemd. Na het eerste contact kan een voorgesprek ingepland worden. Bespreekpunten tijdens het voorgesprek kunnen bijvoorbeeld zijn:

- wensen en mogelijkheden rondom het afscheid
- wensen voor de uitvaart
- de keuze voor een begrafenis of crematie
- de keuze voor de bloemen, muziek en kist

### 4.2 Na het overlijden

Als iemand thuis is overleden, kan rustig de tijd genomen worden om afscheid te nemen.

Bel daarna de huisarts. Deze komt de overledene schouwen. Dit betekent dat de huisarts het lichaam onderzoekt om de dood officieel vast te stellen.

De huisarts vult daarna de overlijdenspapieren in. Als de huisarts dit gedaan heeft, kan de uitvaartverzorger gebeld worden.

Als u als naaste wilt helpen met de laatste verzorging van het familielid of vriend(in), kan dit besproken worden met de thuiszorgorganisatie of degene die de begrafenis verzorgt.

**Informatie van Rijksoverheid over wat te regelen bij overlijden**

**W** [www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/overlijden](http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/overlijden)



## 5. Hulp en advies bij rouw en verlies na overlijden



## 5. Hulp en advies bij rouw en verlies na overlijden

Als u een dierbare verliest, dan staat de wereld stil. Wat vaak overblijft, is het gevoel dat niets er meer toe doet. Rouwen is belangrijk om verder te kunnen met het leven.

Iedereen rouwt op een eigen manier en in een eigen tempo. Soms kost dat meer energie dan iemand heeft. Soms is er twijfel en behoefte aan hulp.

### Organisaties voor hulp en advies bij rouw en verlies

Er zijn verschillende organisaties die kunnen helpen bij het omgaan met verlies na overlijden:

#### Humanitas Rijnland Steun bij verlies

*Heel Zuid-Holland Noord*

**T** 06 13 12 35 75

**W** [www.humanitas.nl/afdeling/rijnland/activiteiten/humanitas-steun-bij-rouw-en-verlies/](http://www.humanitas.nl/afdeling/rijnland/activiteiten/humanitas-steun-bij-rouw-en-verlies/)

---

#### Kwadraad maatschappelijk werk

*Heel Zuid-Holland Noord*

**T** 088 900 40 00

**W** [www.kwadraad.nl/hulp-bij/eenzaamheid-verdriet/](http://www.kwadraad.nl/hulp-bij/eenzaamheid-verdriet/)

---

#### Sociaal wijkteam Leiden

*Leiden*

**T** 071 516 78 77

**W** [www.sociaalwijkteamleiden.nl/hulp-bij/verlies-en-rouw/](http://www.sociaalwijkteamleiden.nl/hulp-bij/verlies-en-rouw/)

---

#### Tom in de buurt

*Alphen aan den Rijn, Kaag en Braassem, Nieuwkoop*

**T** 088 900 45 67

**W** [www.tomindebuurt.nl](http://www.tomindebuurt.nl)



## 6. Zorgen voor een naaste

- 6.1 Mantelzorgondersteuning
- 6.2 Logeerszorg ZHN

## 6. Zorgen voor een naaste

Iedereen die zorgt voor een naaste die lang ziek of kwetsbaar is, is een mantelzorger. Dit geldt ook als de zorg voor iemand logisch en natuurlijk voelt, zoals zorgen voor een kind of zieke ouder.

Mantelzorg kan vaak en veel zorg zijn, maar het kan ook kleinere hulp zijn, zoals boodschappen doen, ramen wassen of gewoon samen zijn. Of het nu gaat om hulp aan huisgenoten of mensen in een zorginstelling, mantelzorg gaat verder dan wat we 'gewone hulp' noemen. Het is die extra zorg die wordt gegeven aan iemand die het echt nodig heeft.

### 6.1 Mantelzorgondersteuning

Als u voor een naaste zorgt, heeft u misschien veel vragen of behoefte aan hulp. Daarvoor kunt u soms terecht bij familie, vrienden of buren. U kunt ook bij een organisatie hulp vragen voor ondersteuning bij het zorgen voor iemand. Dit wordt mantelzorgondersteuning genoemd.

Mantelzorgondersteuning kan gebruikt worden om u bijvoorbeeld te helpen met:

- wetten en regels
- geldzaken
- hulp en advies over bijvoorbeeld het overdragen van zorg
- het combineren van werk en mantelzorg
- aanvragen van huishoudelijk hulp

Mantelzorgondersteuning wordt geregeld door de gemeente via de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Organisaties die maatschappelijk werk doen (welzijnsorganisaties) en/of sociale wijkteams bieden vaak ondersteuning en/of cursussen aan voor mantelzorgers. U hoeft niet te betalen voor mantelzorgondersteuning als dit via de gemeente wordt geregeld.

### Mantelzorgondersteuning in de regio Zuid-Holland Noord

Het aanbod van mantelzorgondersteuning verschilt per gemeente. Hieronder vindt u per gemeente een overzicht van de organisaties waar u terecht kunt voor vragen over mantelzorgondersteuning:

#### Alphen aan den Rijn

*Tom in de buurt*

T 088 900 45 67

W [www.tomindebuurt.nl/alphen-aan-den-rijn/mantelzorg](http://www.tomindebuurt.nl/alphen-aan-den-rijn/mantelzorg)

---

#### Hillegom

*Welzijnskompas Hillegom-Lisse*

T 0252 75 71 00

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

---

#### Kaag en Braassem

*Tom in de buurt*

T 088 900 45 67

W [www.tomindebuurt.nl/kaag-en-braassem/mantelzorg](http://www.tomindebuurt.nl/kaag-en-braassem/mantelzorg)

---

#### Katwijk

*Welzijnskwartier*

T 071 403 33 23

W [www.welzijnskwartier.nl/themas/mantelzorg/](http://www.welzijnskwartier.nl/themas/mantelzorg/)

---

#### Leiden

*Incluzio Leiden*

T 088 298 79 14

W [www.incluzioleiden.nl/wat-we-doen/mantelzorgondersteuning/](http://www.incluzioleiden.nl/wat-we-doen/mantelzorgondersteuning/)

---

#### Leiderdorp

*Incluzio Leiderdorp*

T 06 83 00 32 40

W [www.incluzioleiderdorp.nl/wat-we-doen/mantelzorgondersteuning/](http://www.incluzioleiderdorp.nl/wat-we-doen/mantelzorgondersteuning/)



## Lisse

Welzijnskompas Hillegom-Lisse

T 0252 75 71 00

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

---

## Nieuwkoop

Tom in de buurt

T 088 900 45 67

W [www.tomindebuurt.nl/nieuwkoop/mantelzorg](http://www.tomindebuurt.nl/nieuwkoop/mantelzorg)

---

## Noordwijk

Welzijn Noordwijk

T 071 711 43 34

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

---

## Oegstgeest

Radius

T 071 707 42 00

W [www.radiuswelzijn.nl/oegstgeest/mantelzorgondersteuning/](http://www.radiuswelzijn.nl/oegstgeest/mantelzorgondersteuning/)

## Teylingen

Welzijn Teylingen

T 0252 23 18 05

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

---

## Voorschoten

Voorschoten Voor Elkaar

T 071 561 90 01

W [www.voorschotenvoorelkaar.nl/mantelzorg-en-meer](http://www.voorschotenvoorelkaar.nl/mantelzorg-en-meer)

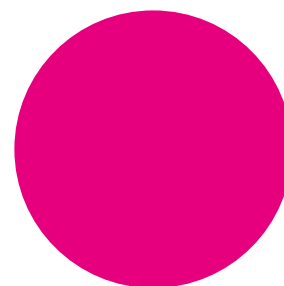
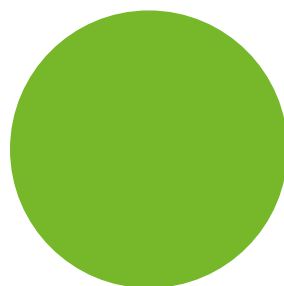
---

## Zoeterwoude

Kwadraad Maatschappelijk Werk

T 088 900 40 00

W [www.kwadraad.nl/mantelzorgondersteuning/zoeterwoude](http://www.kwadraad.nl/mantelzorgondersteuning/zoeterwoude)

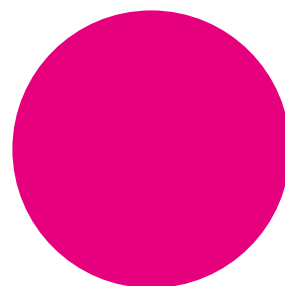
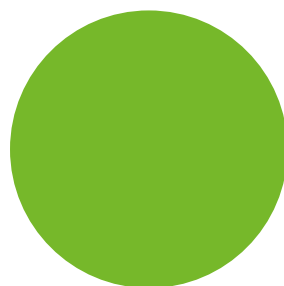




## 6.2 Logeertzorg ZHN

Het kan intensief zijn en veel van u vragen om te zorgen voor uw naaste. Misschien wordt deze zorg wel eens te zwaar of te veel voor u. Of kunt u de zorg tijdelijk niet geven vanwege vakantie of omdat u zelf medische zorg nodig heeft. Mogelijk komt uw naaste dan in aanmerking voor logeertzorg.

Logeertzorg is een tijdelijk verblijf voor thuiswonende ouderen die niet zonder verzorging of begeleiding van een naaste kunnen leven. Door logeertzorg kunt u als mantelzorger even op adem komen. Meer informatie vindt u op de website: [logeertzorgzhn.nl](https://logeertzorgzhn.nl).





## 7. Nuttige links en materialen



## 7. Nuttige links en materialen

### Overpalliatievezorg.nl

Landelijke website voor iedereen die informatie zoekt over palliatieve zorg. Op deze website vindt u bijvoorbeeld informatie over lichamelijke en psychische klachten en over hoe sterven gaat en wat er vaak gebeurt in de laatste dagen van het leven.

W [www.overpalliatievezorg.nl](http://www.overpalliatievezorg.nl)

### Thuisarts.nl

Landelijke website met informatie over ziekte en gezondheid, gemaakt door artsen.

W [www.thuisarts.nl/levenseinde](http://www.thuisarts.nl/levenseinde)

### Wegwijzer

De Wegwijzer geeft een overzicht van betrouwbare folders, apps en websites die voor u en uw naasten beschikbaar zijn. De Wegwijzer is door Transmuralis opgesteld in samenwerking met het Expertisecentrum Palliatieve Zorg van het Leids Universitair Medisch Centrum.

W [www.transmuralis.nl/kennisbank/wegwijzer/](http://www.transmuralis.nl/kennisbank/wegwijzer/)

### Wensenboekje

Voor iedereen die wil nadenken over de laatste fase van het leven is er het wensenboekje voor ideeën, onderwerpen om over te praten en steun. Dit boekje biedt handvatten voor gesprekken, zinvolle tips en kan daarmee structuur, rust en inzicht geven. Inwoners van Zuid-Holland Noord kunnen een gratis Wensenboekje bestellen.

W [www.transmuralis.nl/kennisbank/wensenboekje/](http://www.transmuralis.nl/kennisbank/wensenboekje/)

### Oog voor Naasten

Informatie en video's ter ondersteuning van iedereen die zorgt voor iemand die ernstig of chronisch ziek is.

W [www.palliaweb.nl/oog-voor-naasten/materialen/naasten](http://www.palliaweb.nl/oog-voor-naasten/materialen/naasten)

### Tijdschrift Pal voor u

Jaarlijks komt er een nieuw tijdschrift (magazine) van Pal voor U uit. Dit tijdschrift geeft voorlichting over palliatieve zorg, de zorg voor mensen die ongeneeslijk ziek zijn en hun naasten. Inwoners van Zuid-Holland Noord kunnen een gratis tijdschrift bestellen.

W [www.transmuralis.nl/kennisbank/informatiegids-en-hulp-gids-palliatieve-zorg/](http://www.transmuralis.nl/kennisbank/informatiegids-en-hulp-gids-palliatieve-zorg/)

### Wat vindt u van deze informatiegids?

Indien u aan Transmuralis door wilt geven wat u van deze informatiegids vindt, kunt u een e-mail sturen naar [info@transmuralis.nl](mailto:info@transmuralis.nl).

U kunt bijvoorbeeld aangeven of u de informatie duidelijk vond of dat u informatie miste. Ook kunt u doorgeven hoe wij deze informatiegids kunnen verbeteren. Wij stellen uw mening zeer op prijs.



Dit is een uitgave van Transmuralis, netwerk palliatieve zorg Zuid-Holland Noord.

T 071 362 82 20

E [info@transmuralis.nl](mailto:info@transmuralis.nl)

W [www.transmuralis.nl](http://www.transmuralis.nl)

