

Mantelzorg

Buurtteam
Amsterdam



Zorgen voor een ander doet u samen

wij helpen bij vragen over zorg : geld : wonen : gezondheid : werk : ontmoeten : veiligheid

Buurtteam Amsterdam helpt bij vragen over mantelzorg

Zorgt u langdurig voor een familielid, buurvrouw, vriend of kennis die een beperking heeft of ziek is? En doet u dit onbetaald? **Dan bent u mantelzorger.** Mantelzorgen is een grote verantwoordelijkheid. Het kan veel invloed hebben op uw eigen leven. Het buurtteam kan u verder helpen. Dat doen wij gratis.

Waarmee kan het buurtteam u helpen?

U kunt bij een buurtteam binnenlopen of een afspraak maken. We helpen u graag. U kunt met het buurtteam bellen of e-mailen voor een afspraak op één van de buurtteamlocaties, of in overleg op een andere plek of bij u

thuis. In elk buurtteam zitten verschillende hulpverleners bij elkaar. Zij denken met u mee en ondersteunen u waar nodig. Onze hulp is gratis.

U kunt bij ons terecht met vragen over:



Zorg



Werk



Geld



Ontmoeten



Wonen



Veiligheid



Gezondheid

U hoeft het
niet alleen
te doen



Onze mantelzorgconsulent denkt met u mee

Misschien is het lastig om uw werk te combineren met uw eigen gezin. Is er extra hulp nodig bij de zorg. Of u wilt weten of er een vergoeding bestaat voor mantelzorgers. Het buurtteam kan u helpen. In de buurtteams werken mantelzorgconsulenten. De mantelzorgconsulent denkt met u mee en helpt u praktische zaken te regelen. En kan zelfs regelzaken tijdelijk overnemen als dat nodig is. Op een mantelzorgconsulent kunt u altijd terugvallen als het nodig is.

De hulp is gratis.

Wanneer kan onze mantelzorgconsulent u helpen?

- Informatie en advies over regelingen en voorzieningen voor mantelzorgers.
- Hulp bij praktische vragen, zoals het regelen van vervoer of dagbesteding.
- Ondersteuning bij emotionele problemen zoals stress.
- Advies bij financiële problemen.
- Ondersteuning bij het verbeteren van het sociaal netwerk.
- Verkennen van de mogelijkheden voor lotgenotencontact.
- Het - zo nodig - tijdelijk overnemen van regelzaken.



Buurtteam Amsterdam, altijd hulp dichtbij

Neem contact met ons op

U vindt ons in heel Amsterdam, er is altijd een buurtteam bij u in de buurt. Heeft u een vraag of wilt u gewoon een keer kennismaken? U bent van harte welkom. U kunt ons bellen, e-mailen of langskomen.

Op de website vindt u het adres en telefoonnummer van uw buurtteam. Voor direct contact met de buurtteamorganisatie in uw stadsdeel.

Centrum 020 557 33 38

Noord 020 435 45 55

Zuid 020 235 91 20

Nieuw-West 020 667 51 00

West 020 618 49 52

Zuidoost 020 314 16 18

Oost 020 462 03 00