

## Ondersteuning voor mantelzorgers in Maastricht in tijden van Corona

### Algemene bereikbaarheid steunpunt per telefoon of e-mail

Maandag tot en met donderdag 8.30 – 12.30 | 13.00 – 17.00 uur. Vrijdag 8.30 – 12.30 uur

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

T 043 - 321 50 46

### Goed geïnformeerd via digitale nieuwsbrief

Abonneer u op onze digitale nieuwsbrief en blijf op de hoogte van lokale, regionale en landelijke initiatieven op het gebied van mantelzorgondersteuning. De publicatie van de digitale nieuwsbrief is in deze tijden van Corona verhoogd van maandelijks naar 2-wekelijks. U kunt zich op eenvoudige wijze aanmelden voor deze digitale nieuwsbrief via een link op onze website [www.mantelzorgzuid.nl](http://www.mantelzorgzuid.nl)

### Mantelzorgconsulenten en mantelzorgmakelaar

Heeft u vragen? Loopt u tegen problemen aan? Voelt u zich overbelast? Zeker in deze tijd is het goed om een luisterend oor te hebben, een klankbord te vinden of deskundig advies te ontvangen. Schroom dus niet en neem tijdig contact op met een van onze medewerkers.

### Mantelzorgconsulent Tanja Goessen (tevens consulent voor jonge mantelzorgers)

U kunt Tanja bereiken op haar werkdagen maandag, dinsdag (8.30 -17.00 uur) en donderdag (8.30 – 14.30 uur) via:

E [t.goessen@mantelzorgzuid.nl](mailto:t.goessen@mantelzorgzuid.nl)

T 06-29291428

### Mantelzorgconsulent Lilian Frusch

U kunt Lilian bereiken op haar werkdagen maandag, dinsdag, woensdag, donderdag en op de vrijdag in de oneven weken van 8.30 -17.00 uur via:

E [l.frusch@mantelzorgzuid.nl](mailto:l.frusch@mantelzorgzuid.nl)

T 06-83668181

### Mantelzorgmakelaar Sonja Stevens

Heeft u vragen over wet- en regelgeving rondom de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO), Wet Langdurige Zorg (WLZ), Persoonsgebonden Budget (PGB), de zorgverzekering, Centraal Administratie Kantoor (CAK) of andere instanties.

U kunt Sonja op haar werkdagen maandag, dinsdag en donderdag van 8.30 – 17.00 uur bereiken via:

E [s.stevens@mantelzorgzuid.nl](mailto:s.stevens@mantelzorgzuid.nl)

T 06-38922245 (u kunt uw vragen ook stellen via WhatsApp)

### Vrijwilligers Steunpunt Mantelzorg Zuid

Onze vrijwilligers mogen op dit moment helaas niet meer in de thuissituatie ingezet worden maar blijven 'hun' mantelzorger en hun naaste ondersteunen via regelmatig telefonisch contact.

De vrijwilligerscoördinatoren zijn via het centrale nummer van het steunpunt bereikbaar: 043-3215046 op werkdagen van 8.30 – 12.30 en van 13.00 – 17.00 uur (ma-do) en op vrijdag van 8.30 - 12.30 uur.

### Initiatieven Maastricht

#### Crew Against Corona

Het is een veelgehoorde aanmoediging tijdens de coronacrisis: 'zorg goed voor elkaar'. En dat is precies wat de studenten van Crew Against Corona willen doen. Zij zetten zich de komende tijd

belangeloos in om met name de kwetsbare groepen te helpen in deze moeilijke periode, op allerlei gebieden. Inwoners van Maastricht die tijdens de coronacrisis wel wat hulp kunnen gebruiken, kunnen zich melden via de mail ([crewagainstcorona@gmail.com](mailto:crewagainstcorona@gmail.com)) en per telefoon via de nummers 06-27348029, 06-23458068 en 06-47587905.

### **Serve The City**

Ook via het platform [Serve The City](#) worden mensen bij elkaar gebracht. Je kunt je op de site aanmelden als vrijwilliger of een oproepje plaatsen voor hulp. Serve The City is actief in de volgende regio's: Amsterdam, Diemen, Dordrecht, Haarlem, Maastricht, Rotterdam, Tilburg en Utrecht.

### **Whapp is een match-app voor buurtgenoten (van WeHelpen)**

Whapp zorgt ervoor dat een vraag terecht komt bij buurtgenoten die willen helpen. Er is een rubriek met activiteiten die de RIVM-richtlijnen rondom het Corona-virus volgt. De app stuurt de vraag aan een aanbieder in de buurt. En zoekt verder als het even niet schikt. Hoe meer mensen Whapp gebruiken, hoe sneller buurtgenoten elkaar vinden. Meer informatie op <https://whapp.nl/>