



magazine

# Liever Thuis

Ledenblad van de vzw Liever Thuis LM  
Vereniging voor mantelzorgers en gebruikers

 4-5 Zorgwonen

 6-7 Restaurant Misverstand

## Inhoud

- **Editoriaal** 2
- **Voorwoord** 3
- **In de kijker** 4-5  
Zorgwonen
- **Regionaal** 6-7
- **Weetjes** 8  
Rechtstreekse toegang tot zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden voor personen met attest 'palliatief forfait' Inspectieverslagen woonzorgcentra digitaal raadpleegbaar

## Adreswijziging of uitschrijven?

Gelieve bij verhuis of wanneer de post toekomt bij een overleden lid contact op te nemen met het nationaal secretariaat van de vereniging. Dit kan op het nummer 02 542 87 09 of via [lieverthuis@lm.be](mailto:lieverthuis@lm.be). Wij danken je alvast voor de moeite.

Wens je niet langer lid te zijn van de vereniging? Uitschrijven kan via melding op het nummer 02 542 87 09. Je zal dan geschrapt worden uit het ledenbestand en geen post meer ontvangen van de vereniging.

## Mailadres gewijzigd?

Beschik je over een nieuw mailadres? Laat het ons even weten op [lieverthuis@lm.be](mailto:lieverthuis@lm.be). Dan zorgen wij ervoor dat je geen nieuws van ons mist. Wij danken je alvast voor de moeite.

## Uitbetaling zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden (Vlaamse zorgverzekering/mantelzorgpremie)

Voor vragen over de uitbetaling van het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden kun je terecht op het nummer 09 235 72 98. Gelieve te vragen naar de Zorgkas.



## Editoriaal

Heel wat mensen zorgen thuis voor een naaste die vanwege ouderdom, ziekte of handicap zorgbehoevend is. Ze doen dit vanuit een wederzijdse betrokkenheid, op regelmatige basis en buiten het kader van professionele hulpverlening. We noemen deze mensen 'mantelzorgers'.

Een thuiszorgsituatie is niet vanzelfsprekend en mantelzorgers verdienen hierbij alle ondersteuning die zij nodig achten. Daarom richtte de Liberale Mutualiteit de **vzw Liever Thuis LM** op, een door de Vlaamse overheid erkende **mantelzorgvereniging**.

Als mantelzorgvereniging zet de vzw Liever Thuis LM zich in voor de ondersteuning van zorgbehoevenden en hun mantelzorgers. Bij de vzw Liever Thuis LM kun je de klok rond terecht voor een luisterend oor en voor al je vragen over mantelzorg en thuiszorg. Via de website, de brochures en de infosessies **informer**en we je over een heleboel thema's die met zorg te maken hebben.

Als lid van de vzw Liever Thuis LM ontvang je viermaal per jaar het ledenblad '**Liever Thuis**' in je brievenbus. Via het **ledenblad** houden we je op de hoogte van allerhande onderwerpen, tegemoetkomingen en regelgevingen die voor jou belangrijk kunnen zijn.

Naast informatie verstrekken, komen we ook op voor de **belangen** van onze leden. Mantelzorgers ervaren immers tal van knelpunten in het zorglandschap. Daarom ijveren we bij de overheid voor een goed uitgebouwde dienstverlening en hebben we regelmatig overleg met verschillende organisaties uit de zorgsector.

### Contact:

#### vzw Liever Thuis LM

Livornostraat 25

1050 Brussel

Tel.: 02 542 87 09 - 0473 52 70 76

Fax: 02 542 86 99

Mail: [lieverthuis@lm.be](mailto:lieverthuis@lm.be)

Website: [www.lieverthuislm.be](http://www.lieverthuislm.be)

*De vereniging is 24 uur op 24 en 7 dagen op 7 bereikbaar! Tijdens de kantooruren (maandag - vrijdag: 8u30 - 12u00 en 13u00 - 16u30) kom je rechtstreeks terecht bij één van onze medewerkers. Na de kantooruren staat een medewerker van de wachtdienst je graag te woord.*

### Alle info over mantelzorg:

Neem een kijkje op [www.mantelzorgers.be](http://www.mantelzorgers.be) of neem contact op met onze vereniging.



# Voorwoord

In maart en april organiseerde onze mantelzorgvereniging 'Liever Thuis LM' een actie rond mondkmaskers en zelftesten. We stuurden maar liefst 257 zelftesten, 229 FFP2-mondmaskers en 309 chirurgische mondkmaskers op naar onze leden. We kunnen dan ook spreken van een groot succes. Helaas was de vraag groter dan ons aanbod en het voorziene budget. We hebben helaas een aantal mensen moeten teleurstellen. Het toont wel aan dat de nood aan beschermingsmateriaal erg hoog was tijdens de coronaperiode.

Na het afronden van deze actie, verschoof onze aandacht naar de opstart van een schoolproject gericht op het versterken van het psychosociaal welbevinden van jongeren die de zorg opnemen voor een zieke of verslaafde ouder, een zorgbehoevende grootouder of een broer of zus met een beperking. Maar liefst één van de vijf jongeren doet vandaag aan mantelzorg, vaak zonder het zelf te beseffen. Net zoals bij volwassen en oudere mantelzorgers, heeft dit een zware impact op het leven van deze jongeren. Vandaar dat wij hier graag op inzetten. In het najaar trekken we met een sensibiliserend spel naar de scholen. Dit project wordt mogelijk gemaakt met de steun van de Vlaamse overheid.

Eind juni kregen enkele mantelzorgers de gelegenheid om een individueel gesprek te hebben met een medewerker van de dienst maatschappelijk werk van LM bij een hapje en een drankje en dit naar aanleiding van de 'Dag van de Mantelzorg'. Ook dit bleek erg nodig te zijn na de zware coronaperiode.

We blijven de komende jaren inzetten op de ondersteuning van mantelzorgers en zorgbehoevende personen en dit via tal van projecten en initiatieven. Eén van deze initiatieven blijft dit ledenblad. We wensen je veel leesplezier.

Roni De Waele - Voorzitter

## Knelpuntennota mantelzorgverenigingen

Naar jaarlijkse traditie bezorgden de erkende Vlaamse mantelzorgverenigingen, waaronder de vzw Liever Thuis LM, begin april een knelpuntennota aan het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid. Dat is de administratie van de Vlaamse minister bevoegd voor welzijn, volksgezondheid, gezin en armoedebestrijding. De knelpuntennota was gebaseerd op de vragen die de mantelzorgverenigingen in 2021 ontvingen van mantelzorgers en zorgbehoevende personen.

Volgende knelpunten werden aangekaart:

- het gebrek aan financiële ondersteuning voor mantelzorgers en zorgbehoevende personen;
- de betaalbaarheid van de woonzorgcentra en het gebrek aan inspraak van de bewoners en hun mantelzorgers in een aantal woonzorgcentra;
- de draagkracht van de mantelzorgers die onder druk stond tijdens de coronapandemie;
- het gebrek aan respijtzorg voor mantelzorgers, waardoor zij vaak onvoldoende tijd hebben voor zichzelf;
- de nood aan laagdrempelige en betaalbare psychologische ondersteuning voor mantelzorgers;
- de problemen die werkende mantelzorgers ervaren om hun job te combineren met de mantelzorg en het gebrek aan flexibele verlofstelsels;
- de nood aan toegankelijke en betaalbare thuiszorgdiensten, die op maat werken van de zorgbehoevende personen en hun mantelzorgers;
- het gebrek aan informatie over voorafgaande zorgplanning en zorgvolmachten.

Wij hopen dat de overheid de komende jaren de nodige inspanningen zal leveren om deze knelpunten weg te werken. Wij hebben alvast doorgegeven dat we vragende partij zijn om hierover in dialoog te gaan en te onderzoeken waar we kunnen samenwerken.



## Zorgwonen: langer thuis in een zorgende omgeving

Overweeg je om je zorgbehoevende ouders bij jou te laten intrekken en hen een eigen woonplek te geven? Heb je zorg nodig en wil je graag iemand bij je laten inwonen die je kan verzorgen, zonder je privacy te verliezen? Heb je een zorgbehoevend kind dat zoveel mogelijk zelfstandig wil leven, maar dat je toch de nodige dagelijkse ondersteuning wil bieden? Of denk je eraan om een goede vriend of vriendin die nood heeft aan fysieke hulp bij jou te laten inwonen, maar willen jullie beiden toch je eigen plekje in huis behouden? In al die situaties kan zorgwonen een goede oplossing zijn.

Dankzij een aanpassing van de Vlaamse Codex Ruimtelijke Ordening verloopt de aanvraag van een zorgwoning voortaan een stuk eenvoudiger. Ook voor de creatie van een zorgwoning in een bestaand vergund bijgebouw en in een tijdelijke verplaatsbare woonunit in de tuin is voortaan slechts een melding bij de gemeente nodig. Voordien moest je hiervoor een specifieke vergunning aanvragen.

Dit artikel maakt je wegwijs in een aantal aspecten van het zorgwonen en geeft je inzicht in de regelgeving en procedures.

### Wat is zorgwonen?

Bij zorgwonen wordt in of bij een bestaande woning een kleinere wooneenheid ingericht voor maximaal twee 65-plussers of zorgbehoevende personen, zodat ze kunnen wonen bij iemand die hen zorg verleent.

Het omgekeerde kan ook. Een mantelzorger die komt wonen bij oudere of zorgbehoevende personen. Bij zorgwonen worden de zorgbehoevende persoon/personen en de mantelzorger op fiscaal vlak beschouwd als twee aparte gezinnen op één adres. Ze krijgen dus geen apart huis- of busnummer.

**Let op!** Sommige nutsmaatschappijen (elektriciteit, gas, water) maken geen onderscheid tussen de hoofdwoning en de zorgwoning. We hebben getuigenissen ontvangen van mantelzorgers die een ouder in een bijgebouw van hun eigen woning lieten wonen volgens het principe van zorgwonen. De ouder had voorheen recht op het sociaal tarief bij de watermaatschappij.

Vanaf het ogenblik dat de ouder in de zorgwoning verbleef, verloor die het recht op het sociaal tarief en werd het volle tarief aangerekend aan de mantelzorger. **Informeer je dus vooraf zeker goed bij de nutsmaatschappijen als je zorgwonen overweegt.**

### Voordelen van zorgwonen

Door zorgwonen kan je langer thuis blijven wonen in een zorgende omgeving zonder dat je het recht verliest op bepaalde sociale uitkeringen of sociale voordelen, zoals studietoelagen, een werkloosheidsuitkering of een Inkomensgarantie voor Ouderen (IGO).

### Kom je in aanmerking?

Een zorgwoning wordt bewoond door een mantelzorger en één of twee zorgbehoevende personen.

Wie komt in aanmerking als 'zorgbehoevende persoon'?

- 65-plussers;
- personen met een handicap;



- personen die recht hebben op een zorgbudget van de Vlaamse sociale bescherming: zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden ('mantelzorgpremie'), zorgbudget voor ouderen met een zorgnood (tegemoetkoming 'hulp aan bejaarden') en/of zorgbudget voor mensen met een handicap;
- personen die behoefte hebben aan ondersteuning om zich in hun thuismilieu te kunnen handhaven.

De kinderen ten laste van de zorgbehoevende persoon/ personen worden niet meegerekend bij het bepalen van het maximum van twee personen.

Het is niet nodig dat je een beroep doet op een vorm van thuiszorg door een externe organisatie. Bij zorgwonen is het de bedoeling om mensen op te vangen binnen een huiselijk verband. Dit kan familie zijn, maar dat hoeft niet.

Het volstaat dat de mantelzorger taken op zich neemt om de verminderde zelfredzaamheid van de zorgbehoevende persoon/ personen op te vangen, zodat deze langer thuis kan/ kunnen blijven wonen. Een verminderde zelfredzaamheid kan bijvoorbeeld betrekking hebben op moeilijkheden om zich te verplaatsen, zelfstandig te eten of te koken, of zich te wassen en aan te kleden. Het kan ook gaan

om mensen die moeilijkheden ondervinden bij het communiceren, hulp nodig hebben bij het opvolgen van hun administratie of verward zijn in tijd en ruimte. Het moet wel gaan om een zorgbehoevendheid binnen de zorg- en welzijnssector. Zorgwonen enkel omwille van financiële problemen kan dus bijvoorbeeld niet.

### Melding of vergunning?

Er zijn drie situaties waarin je een zorgwoning kan creëren via een eenvoudige meldingsprocedure:

- zorgwonen binnen het bestaande bouwvolume van je woning;
- zorgwonen in een bestaand, hoofdzakelijk vrijstaand bijgebouw van je woning;
- zorgwonen in een tijdelijke, verplaatsbare constructie (zorgunit) in de tuin of de nabijheid van je woning.

In elk van deze situaties zijn er voorwaarden waaraan de zorgwoning moet voldoen. Als de zorgwoning niet voldoet aan die voorwaarden, moet je alsnog een vergunningsaanvraag indienen.

Het dossier moet in ieder geval ingediend worden bij je gemeente. Bij het omgevingsloket van de Vlaamse overheid kan je terecht voor bijkomende informatie over beide procedures. Het omgevingsloket kan je bereiken via [www.omgevingsloketvlaanderen.be](http://www.omgevingsloketvlaanderen.be).

### Kan je een premie voor een zorgwoning krijgen?

Voor zorgwonen zijn er geen specifieke premies of subsidies voorzien. Wel bieden enkele Vlaamse instanties, provincies en gemeenten steunmaatregelen om je woning aan te passen aan bijvoorbeeld inwonende ouderen of om je woning levensloopbestendig te maken. Dit laatste betekent je woning zodanig aanpassen dat je er levenslang in kunt blijven wonen.

Een overzicht van alle premies vind je op [www.premiezoeker.be](http://www.premiezoeker.be). De meest recente informatie over de aanvraagprocedures vind je steeds op de website van de premieaanbieder.

### Wat is het verschil tussen een kangoeroewoning en een zorgwoning?

'Kangoeroewoning' is een term die in de praktijk vaak gebruikt wordt, maar stedenbouwkundig geen betekenis heeft. Het gaat om een woning die bestaat uit een grotere wooneenheid voor een gezin en een kleinere wooneenheid voor bijvoorbeeld de (groot)ouders. In principe kan een kangoeroewoning dus ook een zorgwoning zijn.

#### Meer info?

Dit artikel is een samenvatting van de brochure 'Zorgwonen. Langer thuis in een zorgende omgeving' van het departement Omgeving van de Vlaamse overheid. Je vindt de brochure op <http://www.lieverthuislm.be/pdf/Brochurezorgwonen20211008.pdf>. Je kunt de brochure ook aanvragen bij onze mantelzorgvereniging 'Liever Thuis LM' op het nummer 02 542 87 09 of 0473 52 70 76.





foto vrt

## Interview met chef Seppe Nobels uit 'Restaurant Misverstand'



In het één-programma 'Restaurant Misverstand' leiden mensen met jongdementie een restaurant, onder begeleiding van presentator Dieter Coppens en chef Seppe Nobels. Onze partnerorganisatie, de vzw Onbegrensd LM, had een gesprek met **chef Seppe Nobels**. Seppe is een kok die tegen de stroom invaart. Zijn passie is lekker en gezond koken, gecombineerd met sociaal engagement.

**Onbegrensd LM: Onlangs is Ingrid, één van deelnemers uit 'Restaurant Misverstand', overleden. Hoe gaat het met jou en heel de groep?**

**Seppe:** "Dat raakt ons allemaal, we zijn een hechte groep. Ook al zien we elkaar niet dagelijks, we zijn zes weken heel intens samen geweest, dat scheidt een band. We hebben elkaar teruggezien op de begrafenis van Ingrid. Dat was een heel integer moment."

**Onbegrensd LM: Kan de groep het verlies van Ingrid verwerken en plaatsen?**

**Seppe:** "Alle deelnemers zitten een beetje in hetzelfde stadium van hun leven waarin ze geconfronteerd worden met hun diagnose. Iedereen in het team is dankbaar voor elke dag die ze nog hebben. Het is mooi om zo in het leven te staan."

"Ingrid had een euthanasieaanvraag gedaan. Door de huidige wetgeving moest zij op het moment dat

ze nog wilsbekwaam was (dus te vroeg) euthanasie laten uitvoeren. Dat vind ik hartverscheurend. Ik hoop dat er snel een aanpassing in de wetgeving gebeurt zodat deze onmenselijke situaties niet meer bestaan."

**Onbegrensd LM: Hoe heb jij het avontuur van 'Restaurant Misverstand' ervaren?**

**Seppe:** "Ik wist op voorhand dat het leiden van een keuken met mensen met jongdementie niet gemakkelijk zou zijn. Je hebt daar een zekere maturiteit voor nodig. Ik heb jaren meegedraaid op topniveau dus ik ben wel wat gewoon. Maar dat lukte schitterend. Eenmaal iedereen zijn rol gevonden had, waren we een geoliede machine. Natuurlijk deed ik dat niet alleen. Ik had in de keuken mijn sous-chef, Romina. Zij is nog steeds mijn rechterhand, mijn professionele wederhelft. (lacht) Dieter Coppens, de presentator, leidde alles in goede banen op een warme, menselijke manier. Wat ik niet op voorhand wist of vermoedde, is dat het me zo zou aangrijpen en we zo een hechte vriendschap zouden hebben met elkaar. De klasse en fierheid waarmee deze personen met jongdementie deelnamen aan het programma is zo mooi. Want het blijft voor een stuk jezelf blootgeven voor heel Vlaanderen."

**"Ik vind het belangrijk dat jongdementie uit de taboesfeer gehaald wordt."**

**Onbegrensd LM: Heb je zelf iets geleerd uit jouw deelname aan dit programma?**

**Seppe:** “De leiding nemen in een restaurantkeuken is dikwijls heel stresserend. Vroeger kon ik in de keuken weleens opvliegend zijn, maar dat ben ik al een tijdje niet meer. Ik heb geleerd om dankbaar te zijn voor elke dag en vooral dat je met begrip en mildheid mensen naar een hoger niveau kunt tillen. Ook de steun en waardering binnen de groep leidt tot ongelooflijke resultaten. Dat heeft me diep ontroerd. Het is een heel diverse ploeg, van magazijnier tot huisarts, maar iedereen zit in hetzelfde schuitje en vindt steun bij elkaar.”

*“Kinderen horen niet voor hun ouders te zorgen op zo’n jonge leeftijd, dat is hartverscheurend maar tegelijkertijd ook zo mooi.”*



foto vrt

**Onbegrensd LM: Jongdementie heeft niet alleen een weerslag op de partner en vrienden, maar ook op de kinderen. Een deelnemer zei: “Ouders horen voor hun kinderen te zorgen en niet omgekeerd.”**

**Seppe:** “Als je dementeeert op je tachtig jaar, zijn jouw kinderen vijftig à zestig jaar. Die hebben al een leven achter de rug. Maar bij jongdementie zijn de kinderen jongvolwassenen die zelf nog hun weg in het leven moeten vinden. Zij worden dan geconfronteerd met het zorgen voor hun dementerende ouder. Dat is hartverscheurend maar tegelijkertijd is het ook mooi om te zien hoe die kinderen daarmee omgaan. Ik heb zo’n bewondering voor hen. Maar het zou zo niet mogen zijn dat kinderen moeten zorgen voor hun ouders en dat beseffen ouders met jongdementie maar al te goed.”

**Onbegrensd LM: Jij bent een gerenommeerde kok, je hebt tal van prijzen gewonnen, zelfs op Europees niveau. Hoe ben je op het idee gekomen om aan dit tv-programma mee te doen?**

**Seppe:** “Ik ben een kok die een beetje tegen de stroom in vaart. Ik probeer over veel dingen in het leven na te denken en kritische vragen te stellen. Dat is niet altijd de gemakkelijkste weg. Ik werkte in restaurant ‘Graanmarkt 13’ al jaren op topniveau, maar tijdens de coronacrisis heb ik besloten andere paden te bewandelen. Zo ben ik begonnen met mijn project ‘Instroom’, waar een restaurant gerund wordt met

anderstalige nieuwkomers. Ik werk nu samen met vluchtelingen en mensen zonder papieren. Deze mensen werkten in hun thuisland al als kok en hebben dus ervaring. Zo is ons restaurant een smeltkroes van verschillende smaken en culturen. Jaarlijks bereid ik ook een kerstdiner voor daklozen en kansarmen. Dat doe ik al jaren. Gezond koken en sociaal engagement gaan samen.”

“Ik vind het ook belangrijk dat jongdementie uit de taboesfeer gehaald wordt. Dat was ook een motivatie om aan het programma ‘Restaurant Misverstand’ deel te nemen. Eigenlijk is de rode draad in mijn werk: gezonde voeding combineren met mensen kansen geven om zich te ontplooiën en boven zichzelf uit te stijgen. Dat doe je door respect en zelfvertrouwen te geven. Ook steun en waardering uit de groep is belangrijk. Of je nu een vluchteling, dakloze of een persoon met dementie bent.”

**Interview: Jean-Pierre Roos, stafmedewerker van de vzw Onbegrensd LM**

**Meer info over project/restaurant ‘Instroom’?**

Neem een kijkje op [www.instroom.academy](http://www.instroom.academy).

## Onbegrensd LM



De vzw Onbegrensd LM is een vereniging van en voor mensen met een beperking. De missie van de vereniging is mensen met een beperking mondiger en bewuster te maken. Sommige mensen hebben alleen een steuntje in de rug nodig, terwijl anderen zwaar hulpbehoevend zijn en meer hulp en specifieke ondersteuning nodig hebben. Daarom werkt de vereniging samen met interne en externe partners.

De vereniging heeft een **gratis** ledenblad ‘Onbegrensd’, dat viermaal per jaar verschijnt. Ook het lidmaatschap is gratis. Lid worden kan door een mail te sturen naar [onbegrensd@lm.be](mailto:onbegrensd@lm.be) of bel naar 02 542 86 89.



## Rechtstreekse toegang tot zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden voor personen met attest 'palliatief forfait'

Sinds 1 januari 2022 kunnen mensen met een attest 'palliatief forfait' rechtstreeks toegang krijgen tot een zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden. Het palliatief forfait is een tegemoetkoming in de kosten voor medicatie, verzorgings- en hulpmiddelen die vereist zijn voor de thuisverzorging van palliatieve patiënten. Het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden is een maandelijkse tegemoetkoming van 130 euro, zowel voor zwaar zorgbehoevenden die thuis verblijven als bewoners in de woonzorgcentra.

Tot eind vorig jaar moest er steeds een indicatiestelling afgenomen worden na de aanvraag van het zorgbudget. Een indicatiestelling is het bepalen van de ernst en de duur van de zorgzwaarte door een gemachtigde indicatiesteller, zoals bijvoorbeeld een medewerker van de Dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds. Met de erkenning van het attest 'palliatief forfait' als attest dat de zorgbehoevendheid aantoont, is dat niet langer nodig bij de eerste aanvraag. Enkel het invullen van het aanvraagformulier is voldoende. De tegemoetkoming gaat onmiddellijk in.

De ziekenfondsen pleitten al lang voor deze vereenvoudiging en zijn tevreden dat deze nu ook in de regelgeving werd opgenomen. Voor meer informatie kan je terecht bij de Dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds.

## Inspectieverslagen woonzorgcentra digitaal raadpleegbaar

Sinds 1 maart 2022 zijn de inspectieverslagen van woonzorgcentra openbaar te raadplegen op de website van de Zorginspectie: <https://departementwvg.be/zorginspectie>. Het gaat over een 160-tal verslagen die actief te raadplegen zijn. Alleen de types verslagen die veel privacygevoelige informatie bevatten, zoals die van inspecties naar aanleiding van een klacht of een ernstige gebeurtenis, kan je enkel raadplegen op aanvraag. Dit noemen we 'passief opvraagbare documenten'.

Via de knop 'Inspectieverslagen' bereik je op de website van de Zorginspectie een scherm met vier blokken:

- informatie over de gepubliceerde verslagen met een link naar een vereenvoudigd zoekscherm van de CoBRHA-viewer. Dit vereenvoudigd zoekscherm zorgt er voor dat je alleen kunt zoeken naar voorzieningen waarvan een inspectieverslag gepubliceerd is;
- informatie over passief opvraagbare documenten, met een link naar het online aanvraagformulier;
- informatie over vanuit welke invalshoek je een inspectieverslag kunt lezen;
- informatie over de Zorginspectie.

Wens je graag een inspectieverslag van een specifiek woonzorgcentrum in te kijken maar beschik je niet over een internetaansluiting? Vraag dan aan een familielid of een kennis of hij of zij dit voor jou wil uitprinten. Heb je niemand die je hierbij kan helpen? Neem dan contact op met onze mantelzorgvereniging op het nummer 02 542 87 09.

