

Thuis in thuiszorg

Een antwoord op jouw vragen



CM. Jouw gezondheidsfonds.



Voorwoord

Zo lang mogelijk thuis verzorgd worden, ook wanneer het moeilijk wordt. Het is de wens van veel zieke mensen, ouderen en personen met een handicap. Het liefst worden we bij ziekte en beperkingen verzorgd door onze eigen gezinsleden, familie, burens of vrienden. Het is fijn om vast te stellen dat 'zorgen voor elkaar' een belangrijke betekenis heeft in het leven van veel jonge en oudere mensen. De kracht van de mantel- en vrijwilligerszorg blijkt op menselijk vlak onvervangbaar.

Maar soms gaat het niet meer alleen en is thuis verzorgd worden enkel mogelijk met de steun van professionals: de huisarts, verpleegkundige, maatschappelijk werker, gezins- en bejaardenhulp, poetshulp, kinesitherapeut, ergotherapeut ... Ze zijn met velen. Elke dag opnieuw kunnen ook zij een belangrijke steun en toeverlaat zijn voor de persoon met een zorgnood en hun familie.

CM wil als jouw gezondheidsfonds een partner zijn voor personen met een ziekte of handicap. Met correcte informatie, een luisterend oor, deskundig advies, het inschakelen van hulpmiddelen en diensten... gaat de dienst Maatschappelijk Werk van CM mee op weg in jouw persoonlijk traject. Ook wanneer de zorg thuis niet meer mogelijk is, begeleidt de dienst Maatschappelijk Werk jou verder in je zoektocht naar een aangepaste woonvorm.

We helpen je niet enkel om de zorg voor jou en je omgeving te organiseren. CM draagt ook een belangrijk steentje bij in het betaalbaar houden van je zorgkosten. CM kiest voluit voor zorgondersteuning op maat van jouw mogelijkheden en beperkingen. We gaan daarbij innovatie in de zorg niet uit de weg. Integendeel, als het voor jou zinvol is, maken we ook gebruik van moderne communicatiemiddelen of ondersteunende technologie in de thuiszorg.

Deze brochure laat jou en je familie verder kennismaken met de ondersteuning die CM als gezondheidsfonds biedt in de zorg voor mensen thuis. Heb je nog vragen, aarzel dan niet om ons te contacteren.

Ann Baeyens
Directeur Gezondheid, Welzijn & Participatie
CM Vlaanderen

Inhoud

Waar kan ik terecht voor meer informatie?.....	4
Bij wie kan ik terecht voor medische zorgen?	5
Op wie kan ik een beroep doen voor hulp bij huishoudelijke taken?	7
Welke oplossingen bestaan er wanneer ik nood heb aan ondersteuning?	9
Van welke hulpmiddelen kan ik gebruikmaken om mijn thuiszorgsituatie te verbeteren? ..	12
Op welke diensten kan ik een beroep doen voor de ondersteuning van mijn thuiszorgsituatie?	16
Welke vervoersoplossingen bestaan er?	18
Op welke financiële steun en financiële voordelen kan ik rekenen?	20
Welke aangepaste woonvormen bestaan er?	28
Welke ondersteuning kan ik als mantelzorger vragen?.....	30
Welke juridische maatregelen bestaan er?	32
Palliatieve zorg: als het einde nabij komt	34



Waar kan ik terecht voor meer informatie?

Als je (plots) geconfronteerd wordt met een ziekte, handicap of beperking, weet je soms niet goed hoe verder te gaan. Je hebt behoefte aan een luisterend oor, informatie over wat wel en niet kan. De Zorglijn staat dan voor je klaar en is je eerste contactpunt om je verder op weg te helpen.

De medewerker van de Zorglijn luistert telefonisch naar je verhaal en overloopt met jou verschillende mogelijke oplossingen. Indien nodig word je doorverwezen naar de juiste partners.

Voorbeelden van vragen waarvoor je bij de Zorglijn terecht kan:

- Ik ben op zoek naar info over poetshulp. Mijn man heeft beginnende dementie en het wordt zwaar om de zorg voor hem te combineren met mijn huishouden. Welke organisaties kunnen me ondersteunen?
- Mijn vrouw wordt morgen ontslagen uit het ziekenhuis. Hoe kan ik een thuisverpleegkundige en gezinshulp aanvragen?
- Mijn vader overweegt om naar een woon- en zorgcentrum te gaan. Hebben jullie hier adressen van? En misschien wat handige tips voor onze zoektocht?

- Mijn echtgenoot is verward en de zorg wordt me te zwaar. Toch wil hij graag zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Wat kan ik doen? Waar kan ik terecht?
- Op welke tegemoetkomingen heb ik recht in mijn thuiszorgsituatie?
- Mijn mama gaat binnenkort op kort-verblijf, maar we hebben geen vervoer. Waar kunnen we hiervoor terecht?
- Als persoon met een handicap ben ik op zoek naar de juiste ondersteuning. Waar kan ik terecht?



Zo contacteer je de Zorglijn:

- zorglijn@cm.be;
- 02 204 32 34.

TIP

Heb je dringend nood aan thuiszorg en raak je er zelf niet meer aan uit? Organisator Dringende Thuiszorg is 24 uur op 24 beschikbaar, 7 dagen op 7. Zo kan je ook buiten de kantooruren rekenen op onze steun. Meer info op www.cm.be/dringendethuiszorg.

Bij wie kan ik terecht voor medische zorgen?

In een thuiszorgsituatie is het belangrijk om een beroep te doen op de juiste professionele hulp. De huisarts speelt een centrale rol in de eerstelijnsgezondheidszorg. Eerstelijnszorg is zorg in je buurt die direct toegankelijk is.

Huisarts

De huisarts heeft een belangrijke taak bij het opstarten of opvolgen van een thuiszorgsituatie. Die kent het gezin vaak al lang en is vertrouwd met de ziektegeschiedenis van de patiënt. Vanuit die positie is er aandacht voor de fysieke, psychische én sociale situatie van alle gezinsleden. De huisarts heeft naast een medische taak ook een belangrijke opdracht als doorverwijzer naar andere professionele diensten.

Thuisverpleging

Als er nood is aan verpleegkundige verzorging kan je een beroep doen op een dienst thuisverpleging of een zelfstandige thuisverpleegkundige. De thuisverpleegkundige kan een hele waaier van opdrachten opnemen:

- algemene verzorging (hulp bij wassen, aankleden ...);
- wondverzorging;
- insputtingen geven;
- lavementen plaatsen;
- infusen of sondevoeding toedienen;
- de zorg bij blaassondes en stoma.

De thuisverpleging gebeurt op basis van een voorschrift van de behandelende arts. De betaling van de verzorging gebeurt in de meeste situaties rechtstreeks door het ziekenfonds.

Paramedische zorgverstrekkings

- **Kinesithérapie***: Kinesithérapie betekent letterlijk ‘genezen door bewegen’. Een kinesitherapeut probeert letsels of afwijkingen van diverse lichaamsfuncties te verminderen of weg te werken door aangepaste lichaams oefeningen.
- **Ergotherapie***: Ergotherapie is bedoeld voor iedereen die door ziekte, trauma, handicap, ouderdom ... de dagelijkse activiteiten of handelingen niet meer naar behoren kan uitvoeren. Een ergotherapiebehandeling optimaliseert de dagelijkse handelingen op het gebied van zelfzorg, productiviteit, leren en ontspanning.
- **Chiropraxie***: De chiropractor behandelt vooral klachten van het skelet, spierstelsel en zenuwstelsel. Volgens de chiropractors kunnen geblokeerde gewrichten in de ruggengraat pijnklachten veroorzaken in de nek, armen, schouders, rug en benen.
- **Osteopathie***: De osteopaat voelt met de handen waar de bewegingsstoornis zich voordoet. Deze zal door een manipulatie met de handen de normale beweging herstellen. Hierdoor zijn de natuurlijke afweermechanismen weer in staat om zelf de ziekte te bestrijden.



- **Logopedie***: De logopedist behandelt stoornissen in verband met gesproken en geschreven taal, stem en gehoor. Dit kan bijvoorbeeld aangewezen zijn bij iemand die moeilijk spreekt na een beroerte.
- **Voedings- en dieetadvies***: Een diëtist begeleidt mensen die omwille van ziekte of aandoening hun voedingsgewoonten moeten aanpassen. De diëtist helpt patiënten bij het samenstellen van een evenwichtig voedingsplan.
- **Medische pedicure – voetverzorging – podoloog***: Wie voetklachten heeft kan baat hebben bij (medische) pedicure of voetverzorging. Een podoloog is een paramedicus die, na doorverwijzing van een arts of arts-specialist, patiënten met klachten ter hoogte van de voet onderzoekt en indien nodig behandelt.



Een overzicht van zorgverleners vind je op www.cm.be/zorgverleners-opzoeken.

**CM biedt je diensten en voordelen aan om je te helpen gezond te blijven of om je te steunen als je gezondheid je in de steek laat.*

Info en voorwaarden vind je op www.cm.be/diensten-en-voordelen.

Op wie kan ik een beroep doen voor hulp bij huishoudelijke taken?

Naast medische hulp kan je ook een beroep doen op andere dienstverlening om je thuiszorgsituatie mee te ondersteunen. Indien nodig kan de Zorglijn je daarbij helpen.

Poetsdienst

Je kan een beroep doen op een poetsdienst voor het schoonmaken van je woning. Afhankelijk van je situatie zijn er verschillende oplossingen.

- **Poetsdienst via de dienst voor gezinszorg**

De poetsdienst via de dienst voor gezinszorg richt zich vooral tot mensen die omwille van ziekte, handicap of ouderdom niet in staat zijn om hun woning te poetsen en die een beperkt inkomen hebben. De bijdrage hangt af van je inkomen en je gezinssamenstelling en wordt bepaald door de dienst zelf (er is geen wettelijke bijdrage bepaald).

- **Poetshulp via dienstencheques**

Je kan ook een beroep doen op een dienst die werkt met dienstencheques als betalingssysteem. Iedereen kan gebruikmaken van deze diensten. Per kalenderjaar kan elke gebruiker maximaal 500 cheques kopen. Voor de eerste 400 cheques betaal je 10 euro per cheque. De volgende cheques kosten 11 euro per stuk. Het aantal cheques per gezin wordt beperkt tot 1.000 cheques in totaal. Eenoudergezinnen, personen met een handicap, ouders van minderjarige kinderen met een handicap en

ouderen die in aanmerking komen voor een zorgbudget kunnen tot 2.000 dienstencheques bestellen.

Gezinszorg

Een dienst voor gezinszorg biedt hulp in het huishouden, kan je helpen met persoonsverzorging en kan je een luisterend oor en gezelschap bieden op emotionele of moeilijke momenten. De dienst is toegankelijk voor iedereen die omwille van ziekte, handicap of ouderdom thuis nood heeft aan hulp.

Huishoudelijke hulp betekent:

- hulp bij de organisatie van het huishouden;
- het zorgen voor warme maaltijden;
- koken;
- afwassen;
- boodschappen doen;
- wassen en strijken;
- opmaken van bedden;
- ...

De mate waarin je hulp wenst, kies je zelf. De verzorgende die aan huis komt, past zich aan jouw noden aan. Het is niet de bedoeling van de verzorgende om je taken uit handen te nemen als je graag actief bezig bent en zelf (deel)taken wil uitvoeren. Het 'samen dingen doen' staat hier centraal. De bijdrage wordt bepaald op basis van je inkomen en gezinssituatie.



Een verzorgende kan je helpen met persoonlijke verzorging. Dit houdt zowel dagelijkse lichaamsverzorging (hulp bij het wassen en aankleden, hulp bij het omkleden en het toilet, je haren helpen wassen ...) als meer specifieke zorg (ondersteunen bij het bewegen, therapietrouw ...) in. Een dienst voor gezinszorg kan ook dagopvang organiseren (zie blz. 10 'Dagopvang').

Klusjesdienst of karweidienst

Een klusjesdienst helpt je met klussen in of rond de woning die je (tijdelijk) niet meer kan. Zo kan je een klusjesdienst inschakelen voor aanpassingen aan je woning in functie van je zorgnood (het plaatsen van

handgrepen ...). Ook voor kleine elektriciteitswerken (verlichting en stopcontacten), kleine sanitaire herstellingen, behangen of schilderen kan je bij een klusjesdienst terecht. Indien je moet verhuizen in functie van je zorgnood, kunnen sommige klusjesdiensten je ook daarbij helpen.

Dienst voor warme maaltijden aan huis

Als je thuis niet meer zelf je eten kan klaarmaken, kan je warme maaltijden aan huis laten bezorgen door privébedrijven of traiteurdiensten. Ook het OCMW kan maaltijden aan huis aanbieden.

Welke oplossingen bestaan er wanneer ik nood heb aan ondersteuning?

Wanneer je je in een thuiszorgsituatie bevindt, zijn er momenten waarop je nood hebt aan extra ondersteuning. Bijvoorbeeld omdat je mantelzorgers (familie of bureu) even niet beschikbaar zijn of omdat het even wat zwaarder is. Er zijn verschillende mogelijkheden.

Oplossingen aan huis

CM-Oppas aan huis*

Via CM kan je de hulp inschakelen van vrijwilligers die aan huis komen om je gezelschap te houden en te zorgen voor zorgzame aanwezigheid. Dit kan overdag, 's avonds, tijdens het weekend en indien nodig ook 's nachts. Chronisch zieken, ouderen of personen met een beperking kunnen op deze dienst beroep doen.

De CM-oppasser biedt gezelschap en toezicht. In noodgevallen worden de familie, de huisarts of de hulpdiensten gecontacteerd. Daarnaast helpt de oppasser bij kleine verplaatsingen in en rond het huis en kunnen er een beperkt aantal taken worden opgenomen. Zo kan de CM-oppasser maaltijden opwarmen, helpen bij het eten en toiletbezoek ... De CM-oppasser zorgt ervoor dat je je niet alleen voelt en dat de tijd op een aangename manier wordt ingevuld.

De CM-oppasser doet geen huishoudelijke taken en neemt geen medisch-verpleegkundige taken op zich.

CM-oppas voor chronisch zieke kinderen*

CM heeft ook een oppasdienst voor chronisch zieke kinderen. Ben je een ouder van een kind met een beperking of chronische aandoening en wil je even op adem komen of moet je ergens naartoe? Tijdens jouw afwezigheid bieden deskundige vrijwilligers oppas aan huis aan. De oppas kan overdag, 's avonds of in het weekend en indien nodig ook 's nachts ingeschakeld worden.

De CM-oppasser biedt gezelschap en toezicht. In noodgevallen worden de familie, de huisarts of de hulpdiensten gecontacteerd. Daarnaast helpt de oppasser bij kleine verplaatsingen in en rond het huis en kunnen er een beperkt aantal taken worden opgenomen. Zo kan de CM-oppasser maaltijden opwarmen, helpen bij het eten en toiletbezoek ...

De thuisoppasser doet geen huishoudelijke taken en neemt geen medisch-verpleegkundige taken op zich. In overleg met de verantwoordelijke van de dienst voor oppashulp kan de vrijwilliger ook toezicht houden op andere kinderen van het gezin.

Nachtzorg of nachtoppas*

Het gebrek aan nachtzorg of nachtoppas is vaak de directe oorzaak tot opname in een woonzorgcentrum. Ondersteuning tijdens de nacht kan helpen om langer thuis te blijven in het geval van een zorg-

situatie. Naargelang de zorgsituatie kan je een beroep doen op een verzorgende (nachtzorg) of een vrijwilliger (nachtoppas) die 's nachts de nodige zorgen op zich neemt. Nachtzorg geeft ademruimte aan de mantelzorger en rust voor de zorgbehoevende persoon. Er zijn verschillende diensten die nachtoppas of nachtzorg aanbieden. Zo is er CM-Oppas aan huis, de dienst voor oppashulp erkend door de Vlaamse overheid, nachtzorg via de dienst voor gezinszorg ...

Oplossingen buitenshuis

Thuiszorg betekent niet dat je altijd thuis moet verblijven. Er zijn heel wat mogelijkheden als je, ondanks je zorgsituatie, graag even een andere omgeving wil opzoeken.

Dagopvang*

Ben je hulpbehoevend (65+ jaar) en word je thuis verzorgd? Dan kan je overdag terecht in een dagverzorgingscentrum. Dit is meestal verbonden aan een woonzorgcentrum. De meeste dagverzorgingscentra voorzien opvang van maandag tot en met vrijdag. Ze staan in voor medische verzorging, aangepaste maaltijden en animatie. Sommige centra voorzien vervoer van en naar het centrum. Ook de dienst voor gezinszorg kan dagopvang organiseren (zie blz. 7 'Gezinszorg').

Kortverblijf*

De thuiszorgsituatie mag nog zo goed georganiseerd zijn, soms zijn er periodes waarbij de ondersteuning van je omgeving even wegvalt of moeilijk is. Kortverblijf

neemt de zorg over zodat de verzorgende omgeving even op adem kan komen.

Kortverblijf is een aangepast verblijf in een voorziening waar je als zorgbehoevende terecht kan voor enkele dagen of weken.



Kortverblijf is ook mogelijk in de CM-zorgverblijven Ter Duinen (Nieuwpoort), Hooidonk (Zandhoven).

Meer info vind je op www.cm-zorgverblijven.be.

Herstelverblijf*

Na een hospitalisatie of ernstige ziekte kan je terecht in een herstelverblijf. Daar ligt de klemtoon op de verbetering van de situatie en een terugkeer naar huis. Er wordt werk gemaakt van de revalidatie, zelfredzaamheid, zelfzorg en ondersteuning van de mantelzorg.

De aanvraag gebeurt door de huisarts of arts en wordt doorgestuurd naar een herstelverblijf van CM (Ter Duinen of Hooidonk). De partner of een begeleider kan de zieke persoon vergezellen.

Ook een verblijf in een ander centrum is mogelijk. Hiervoor heb je voorafgaand een goedkeuring nodig van de adviserend arts van CM. Informeer naar de voorwaarden bij de Zorglijn.

Vakanties voor zieken en mantelzorgers

Ook wanneer je ziek of zorgbehoevend bent kan je genieten van vakantie. Er zijn verschillende organisaties waar je terecht kan voor een vakantie met zorg. Dit kan individueel, met begeleider of in groep.

CM-zorgverblijven

Soms wil je er even tussenuit. Je laten omringen door goede zorgen en je zinnen verzetten. De zorgverblijven van CM zijn de oplossing voor wie echt van vakantie wil genieten. Deze volledig aangepaste en rolstoeltoegankelijke centra combineren de beste medische en verpleegkundige zorgen met een warme, sociale sfeer die je nergens anders vindt.

Op vakantie met Samana*

Samana (samen met CM) organiseert jaarlijks vakanties voor personen met een chronische ziekte of een handicap. De vakanties gaan door in binnen- en buitenland met verblijf in aangepaste hotels.

In de vakantiebrochure van Samana vind je een uitgebreid overzicht van het vakantieaanbod.

** CM biedt je diensten en voordelen aan om je te helpen gezond te blijven of om je te steunen als je gezondheid je in de steek laat. Info en voorwaarden vind je op www.cm.be/diensten-en-voordelen.*



Van welke hulpmiddelen kan ik gebruikmaken om mijn thuiszorgsituatie te verbeteren?

Zorgen ziekte, handicap, ongeval of leeftijd ervoor dat je dagelijkse activiteiten in huis moeilijk worden? Enkele praktische aanpassingen en een beetje hulp zijn vaak al voldoende om langer in je vertrouwde omgeving te kunnen blijven.

Ergobegeleiding en woonadvies

- Durf je niet meer alleen in bad uit angst om uit te glijden?
- Heb je het soms moeilijk om recht te komen uit bed, de zetel of het toilet?
- Krijg je door de verzorging van je partner rugklachten?
- Raak je maar moeilijk op de eerste verdieping?

De gratis dienst Ergobegeleiding en woonadvies van CM geeft je woonadvies en oefent met jou de dagelijkse activiteiten die wat moeilijker zijn geworden (ergobegeleiding).

Je kan ergobegeleiding en woonadvies aanvragen via:

- www.cm.be/ergobegeleiding (formulier onderaan op de pagina);
- de Zorglijn op 02 204 32 34.

Dagelijks leven

Er bestaan heel veel hulpmiddelen die je kunnen helpen in je dagelijks leven. Bij de Goed Thuiszorgwinkel of via de dienst Ergobegeleiding en woonadvies* kan je hierover meer info krijgen. Hieronder vind je een overzicht van de specifieke hulpmiddelen. Als CM-lid krijg je tot 35 % korting bij aankoop van heel wat thuiszorghulpmiddelen. Bekijk het aanbod via www.thuiszorgwinkel.be.

Badplank

Een badplank helpt je om op een veilige manier in en uit een ligbad te stappen.



Bed met transferbeugel

Een bed met transferbeugel is een hulpmiddel dat je helpt om in of uit het bed te stappen.





TIP

Test samen met de hulpmiddelenadviseur een paar hulpmiddelen uit. Zo ontdek je wat echt helpt in het dagelijks leven.

Tillift

Een tillift is een hulpmiddel wanneer je niet of nauwelijks kan lopen of staan. Het kan gebruikt worden bij elke transfer tussen rolwagen, bed en toilet.



Handgrepen

Handgrepen en -steunen worden bijvoorbeeld geplaatst aan het toilet. Ze geven je steun bij zitten en terug rechtstaan.



Medicatieverdeler

Bij gebruik van medicatie is het belangrijk deze op een juiste manier in te nemen. Om vergissingen bij het nemen van geneesmiddelen te vermijden, zijn er handige hulpmiddelen op de markt.



Mobiliteit

Wanneer je ouder wordt of zorgbehoevend bent, kan het zijn dat je fysieke capaciteiten verminderen. Dit kan je mobiliteit beperken: stappen, opstaan of bukken wordt moeilijker. Soms word je daardoor onzeker om nog buitenshuis te gaan. Gelukkig bestaan er heel wat mobiliteitshulpmiddelen die je helpen om weer vlotter naar buiten te gaan.

Aangepaste trapleuning



Stok

Een stok geeft je heel wat steun. Ook binnen kan een stok handig zijn om bepaalde verplaatsingen te maken.



Loophulpen

Zowel in huis als buitenshuis kan je gebruikmaken van een loophulp. Een loophulp geeft ondersteuning bij het stappen. Daarnaast heb je ook de mogelijkheid om even te gaan zitten, wat handig kan zijn om te rusten tijdens een wandeling.



Rolwagen

Als je niet meer mobiel bent, kan je zowel binnen als buitenshuis vlot vooruit. Er is een tegemoetkoming voorzien vanuit de Vlaamse sociale bescherming. Een rolwagen kan aangekocht of gehuurd worden, naargelang je leeftijd en gezondheidssituatie (zie blz. 26 'Hulpmiddelen').



Elektrische scooter of scootmobiel

Als je echt heel slecht te been bent, is een scooter een goede oplossing. Er bestaan verschillende modellen. Veel hangt af van de manier waarop je de scooter zal gebruiken. Laat je adviseren door een specialist.



In de Goed Thuiszorgwinkel kan je terecht voor de aankoop of huur van mobiliteitshulpmiddelen. Soms is een doktersvoorschrift vereist.

Veiligheid

Personenalarm*

Met een personenalarm van de Gerust Zorgcentrale blijf je zelfstandig en heb je altijd hulp binnen handbereik. Het systeem bestaat uit een alarmtoestel en een knop die je rond je hals, aan je pols of als sleutelhanger draagt. Eén druk op de knop volstaat om een noodoproep te versturen. Je kiest zelf wie in dat geval gecontacteerd wordt.

Er zijn verschillende systemen:

- voor thuisgebruik;
- voor thuis en onderweg;
- met professionele hulpverlening.

Extra veiligheid in huis: slimme detectoren

Je kan het personenalarm uitbreiden met slimme detectoren die draadloos gekoppeld worden aan het toestel. Die herkennen risico's en sturen automatisch een melding naar de alarmcentrale.

Mogelijke detectoren zijn:

- rookmelder;
- CO-melder;
- draadloos trekkoord-alarm.



Veilig onderweg

Een mobiel personenalarm is ideaal voor wie vaak buitenshuis is. Ook dan blijf je in contact met de alarmcentrale. Dankzij de ingebouwde spreek- en luisterfunctie kan je rechtstreeks communiceren. Via locatiebepaling weten hulpverleners waar je bent. Bij een noodoproep neemt de zorgcentrale contact op met je mantelzorg.



Met professionele hulpverlening

Heb je geen drie contactpersonen die snel kunnen langskomen of hulp organiseren? Kies dan voor een personenalarm met professionele hulpverlening. In geval van nood schakelt de zorgcentrale meteen de meest geschikte hulpverlener in: een thuisverpleegkundige of - indien nodig - de hulpdiensten.

** CM biedt je diensten en voordelen aan om je te helpen gezond te blijven of om je te steunen als je gezondheid je in de steek laat. Info en voorwaarden vind je op www.cm.be/diensten-en-voordelen. Lees ook meer over het personenalarm op www.gerustzorgcentrale.be.*

Op welke diensten kan ik een beroep doen voor de ondersteuning van mijn thuiszorgsituatie?

De Zorglijn is je eerste aanspreekpunt voor vragen over thuiszorg. Je krijgt er advies op maat en, indien nodig, een doorverwijzing naar andere diensten die je kunnen helpen. Meer info vind je op www.cm.be/zorglijn.

Dienst Maatschappelijk Werk

De dienst Maatschappelijk Werk van CM geeft gratis hulpverlening aan zorgbehoevenden en hun mantelzorgers die blijvende of tijdelijke problemen ondervinden. Deze problemen kunnen ontstaan door ziekte, handicap, ouderdom of sociale kwetsbaarheid. Het aanbod is erop gericht om zolang mogelijk in je eigen woonomgeving te kunnen blijven functioneren.

De dienst Maatschappelijk Werk informeert je over de sociale regelgeving, organiseert thuiszorg en begeleidt je bij langdurige zorgsituaties. Samen met jou en je omgeving zoekt de dienst Maatschappelijk Werk naar de beste hulp.

Je kan bij de dienst Maatschappelijk Werk terecht voor:

- informatie en advies over thuiszorg;
- informatie en advies over diensten, financiële en sociale voordelen;
- bespreking van noden op langere termijn;

- onderzoeken van de zorgbehoevendheid;
- inschakelen van thuiszorgdiensten, hulpmiddelen of het aanpassen van je woning;
- oplossingen als thuiszorg moeilijk of niet meer mogelijk is. Indien nodig word je doorverwezen voor de juiste hulp.

Meer informatie op
www.cm.be/maatschappelijkwerk.

Organisator Dringende Thuiszorg*

Heb je nood aan dringende ondersteuning in je thuiszorgsituatie? Dan kan je een beroep doen op de Organisator Dringende Thuiszorg van CM. Deze dienst is 24 uur op 24 bereikbaar. In geval van een plotse zorgsituatie zorgen zij ervoor dat je over alle nodige voorzieningen beschikt om thuis te kunnen blijven. CM werkt hiervoor samen met thuiszorgpartners uit je regio. Voor dringende vragen over thuiszorg kan je bellen naar de Zorglijn via 02 204 32 34. Buiten de openingsuren wordt je oproep automatisch doorgeschakeld naar een externe zorgdienst.



Dienst Ergobegeleiding en woonadvies*

De dienst Ergobegeleiding en woonadvies van CM biedt je hulp om langer in je vertrouwde omgeving te kunnen wonen. De dienst zorgt voor advies over woning-aanpassing, technologische aanpassingen, het gebruik van hulpmiddelen en valpreventie. Daarnaast biedt de dienst ook begeleiding door een ergotherapeut. De dienst is gratis voor CM-leden.

Je kan ergobegeleiding en woonadvies aanvragen via:

- www.cm.be/ergobegeleiding (formulier onderaan op de pagina);
- de Zorglijn op 02 204 32 34.

**CM biedt je diensten en voordelen aan om je te helpen gezond te blijven of om je te steunen als je gezondheid je in de steek laat. Info en voorwaarden vind je op www.cm.be/diensten-en-voordelen.*



Welke vervoersoplossingen bestaan er?

Heb je zorg nodig en raak je moeilijk ergens naartoe? Dat is geen reden tot zorgen. Er bestaan heel wat vervoersdiensten waarop je een beroep kan doen. We zetten de meest voorkomende voor je op een rij.

Dringend ziekenvervoer

Dringend ziekenvervoer regel je via het noodnummer 112. Dit vervoer is niet gratis: je betaalt een vaste prijs van 73,62 euro, ongeacht de afstand die de ambulance aflegt. De tarieven zijn wettelijk vastgelegd.

CM-Mobiel*

CM organiseert zelf ook vervoer voor mensen die minder mobiel zijn. Daarvoor kan je een beroep doen op een van onze vrijwilligers. Het gaat dan om vervoer met de persoonlijke wagen van de vrijwilliger. Voorbeelden hiervan zijn een consultatie in het ziekenhuis, bij een arts of bij een bezoek aan een opgenomen familielid. CM-Mobiel kan ook ingeschakeld worden voor dagelijkse verplaatsingen zoals een bezoek aan de kapper of om boodschappen te doen.

CM-ziekenvervoer

Wanneer je niet-dringend ziekenvervoer nodig hebt kan je gebruikmaken van rolwagenvervoer, zittend vervoer of een ambulance. CM maakt afspraken met vervoerders rond betaalbaar en kwaliteitsvol vervoer.

Je vraagt dit vervoer aan via Mutas:

- 078 15 95 95 (24/7 bereikbaar);
- www.mutas.be/lisa;
- online formulier.

Voor medisch vervoer kan je ook terecht bij CM-Mobiel (zie hiernaast).

Diensten Aangepast Vervoer

Door ouderdom, een handicap of een tijdelijke beperking kan het moeilijk worden om je te verplaatsen. Gebruikmaken van het openbaar vervoer of zelf rijden is vaak niet mogelijk. In dat geval geven de diensten Aangepast Vervoer je de kans om toch op je werk of op een andere bestemming te raken. Begeleiders kunnen gratis mee als ze beschikken over een kaart Kosteloze Begeleider van de NMBS of een vergelijkbare officiële begeleiderskaart. Ook voor het vervoer van een assistentiehond of een blindengeleidehond wordt geen toeslag gevraagd.

Mobitwin

De sociale mobiliteitsdienst Mobitwin helpt mensen met verplaatsingsproblemen die over een beperkt inkomen beschikken. Meestal gaat het om personen met een handicap, ouderen of mensen in een sociale noodsituatie. Ze moeten naar de dokter, willen boodschappen doen of familie bezoeken. De dienst werkt via Taxistop en is beschikbaar in meer dan tweehonderd Vlaamse gemeentes. Vrijwillige chauffeurs verzorgen het vervoer met hun eigen wagen.



CM-Mobiel maakt deel uit van de diensten en voordelen die je als CM-lid geniet.

Info en voorwaarden vind je op www.cm.be/diensten-en-voordelen/vervoer

Op welke financiële steun en financiële voordelen kan ik rekenen?

Het antwoord op deze vraag is niet altijd eenvoudig. Er bestaan namelijk heel wat financiële tegemoetkomingen op verschillende niveaus, afhankelijk van je situatie. Om het overzichtelijk te houden, zetten we alles voor jou op een rij. De dienst Maatschappelijk Werk bekijkt graag samen met jou op welke sociale voordelen en tegemoetkomingen je recht hebt.

Bescherming bij inkomensverlies

Bij verlies van inkomen door arbeidsongeschiktheid

Ziekte- en invaliditeitsuitkering

Werknemers, werklozen en zelfstandigen die door ziekte of ongeval niet in staat zijn om te werken kunnen van het ziekenfonds een uitkering ontvangen (na een periode van gewaarborgd loon).

In het eerste jaar is dat een uitkering voor primaire arbeidsongeschiktheid. Vanaf het tweede jaar wordt dat een invaliditeitsuitkering.

Inkomensvervangende tegemoetkoming

De inkomensvervangende tegemoetkoming kan je ontvangen vanaf 18 jaar. Het is een financiële tegemoetkoming voor personen met een handicap die onvoldoende inkomsten uit arbeid kunnen verwerven. De tegemoetkoming is bedoeld om je dagelijkse leefkosten te betalen en wordt

toegekend na twee onderzoeken:

- een medisch onderzoek door de artsen van de FOD Sociale zekerheid;
- een inkomensonderzoek.

De berekening van je tegemoetkoming is complex en gebaseerd op je inkomens- en gezinssituatie.

Bij verlies van of verminderde zelfredzaamheid

Hulp van derden RIZIV

Wie door ernstige beperkingen in zelfredzaamheid een beroep moet doen op hulp van anderen kan in aanmerking komen voor de uitkering 'Hulp van derden'. Deze uitkering komt boven op de basisuitkering voor arbeidsongeschiktheid en wordt toegekend door het RIZIV, na onderzoek door de adviserend arts van het ziekenfonds.



Vlaamse sociale bescherming

Wanneer je in Vlaanderen woont en je gedurende een lange periode veel zorg nodig hebt, dan kan je rekenen op de Vlaamse sociale bescherming. Deze geeft een zorgbudget aan mensen die zorgbehoevend zijn en beantwoorden aan een aantal voorwaarden.

Er bestaan 3 verschillende zorgbudgetten:

Zorgbudget voor ouderen met een zorgnood

Het zorgbudget voor ouderen met een zorgnood wordt toegekend als je hulpbehoevend bent, ouder dan 65 jaar en een beperkt inkomen hebt. In de berekening wordt er ook rekening gehouden met je persoonlijk vermogen (eigendom, spaargelden ...). Je moet minstens 7 punten behalen op de 'schaal van zelfredzaamheid'. Die schaal meet de invloed van je handicap of gezondheidsprobleem op je dagelijkse leven. De medische vaststelling gebeurt door artsen van de FOD Sociale Zekerheid. Het zorgbudget voor ouderen met een zorgnood kan online aangevraagd worden

via de website van de Vlaamse sociale bescherming. De dienst Maatschappelijk Werk kan je hierbij helpen. Als je in Brussel woont, kan je via Iriscare.be je tegemoetkoming 'hulp aan bejaarden' aanvragen.

Zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden

Het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden helpt de niet-medische kosten te vergoeden. Je bewijst je zwaar zorgbehoevendheid aan de hand van een attest of via een inschaling door de dienst Maatschappelijk Werk. De Zorgkas betaalt aan iedere erkende zorgbehoevende inwoner van Vlaanderen maandelijks 140 euro. Dit geldt zowel voor mantelzorg als voor residentiële zorg in woonzorgcentra en psychiatrische verzorgingstehuizen. Het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden kan automatisch worden toegekend of op eigen aanvraag via de CM-Zorgkas.

Zorgbudget voor mensen met een handicap

Dit zorgbudget is bedoeld voor personen met een erkende handicap die een beperkte ondersteuningsnood hebben. Ze kunnen het gebruiken voor hulp aan huis, begeleiding, dagopvang of dienstencheques. Zodra je in aanmerking komt voor het zorgbudget voor mensen met een handicap zal de CM-Zorgkas zelf contact met je opnemen.

Meer info over de verschillende zorgbudgetten via www.cm.be/zorgkas.



FOD Sociale Zekerheid - Directie- generaal Personen met een handicap Integratietegemoetkoming

De integratietegemoetkoming kan je ontvangen vanaf 18 jaar. Ze wordt toegekend wanneer je ernstige gevolgen van je handicap ervaart bij het uitvoeren van je dagelijkse activiteiten. De artsen van de FOD Sociale Zekerheid gaan na welke moeilijkheden je ondervindt bij de volgende activiteiten:

- verplaatsingen;
- eten (bereiden en nuttigen);
- persoonlijke verzorging;
- onderhoud van de woning (en andere huishoudelijke activiteiten);
- gevaar inschatten;
- sociale contacten.

De toekenning van een integratietegemoetkoming is ook afhankelijk van inkomenswaarden en je gezinssituatie. De aanvraag gebeurt via MyHandicap.be. De dienst Maatschappelijk Werk kan je hierbij helpen.

Bij handicap

Persoonsvolgend budget

Het Persoonsvolgend budget (PVB) is een budget op maat waarmee je als persoon met een handicap zorg en ondersteuning kan 'inkopen'. Dit kan binnen het eigen netwerk zijn, bij vrijwilligers, individuele begeleiders en bij de zorgaanbieders die door het Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap (VAPH) zijn vergund.

Het persoonsvolgend budget wordt toegekend door het VAPH en moet aangevraagd worden voor de leeftijd van 65 jaar. De grootte van het budget is afhankelijk

van je zorgnood en vraag.

Zorgtoeslag voor kinderen met een specifieke ondersteuningsbehoefte

Kinderen met een handicap of chronische ziekte hebben recht op een zorgtoeslag.

De grootte van de aanvulling op het basisbedrag wordt gemeten aan de hand van een medico-sociale schaal. Ze is afhankelijk van de ernst van de ziekte of handicap van het kind. Niet alleen de diagnose is doorslaggevend. Ook de impact die de handicap of aandoening heeft op het dagelijks leven van het kind en zijn familie is een belangrijke component. De aanvraag verloopt via de uitbeter van het Groeipakket.

Kinderen met een handicap tot 21 jaar krijgen een extra toelage (ondersteuningstoeslag) vanaf de maand nadat ze recht hebben gekregen op een verhoogde kinderbijslag of zorgtoeslag, als ze minstens 12 punten scoren op de medico-sociale schaal.

Bescherming tegen hoge medische kosten

Automatisch toegekende rechten

Maximumfactuur

Dankzij de maximumfactuur (MAF) worden je medische kosten beperkt. Zodra je gezin een bepaald bedrag aan remgeld betaalt in één kalenderjaar, krijg je daarna de wettelijke remgelden terugbetaald.

Automatische toekenning

De maximumfactuur wordt automatisch berekend op basis van je inkomen van drie jaar geleden (via controle bij de fiscus). Je hoeft zelf niets aan te vragen.

Verschillende soorten maximumfactuur:

- Voor gezinnen: Heb je in de loop van het jaar de remgeldgrens bereikt? Dan krijg je de rest van dat jaar alle wettelijke remgelden terugbetaald.
- Voor kinderen jonger dan 19 jaar: Als een kind apart de remgeldgrens bereikt, worden zijn of haar remgelden volledig terugbetaald – ook als het gezin die grens nog niet bereikt heeft.
- Voor kinderen met een zorgtoeslag: Ontving je kind in 2002 al een toeslag voor een handicap? Dan geldt de maximumfactuur vanaf 450 euro remgeld.
- Voor chronische aandoeningen: Je gezin krijgt sneller recht op de maximumfactuur als:
 - één persoon twee jaar na elkaar veel remgeld betaalt;
 - iemand in het gezin een statuut ‘chronische aandoening’ heeft.

Statuut chronische aandoening

Bij continue hoge gezondheidskosten verkrijgt je het statuut chronische aandoening. Dat geeft het voordeel dat de derdebetalersregeling kan toegepast worden, als de zorgverlener hiermee akkoord gaat. Je bereikt sneller de remgeldgrens voor je maximumfactuur en je geniet betere bescherming tegen ereloon-supplementen bij hospitalisatie (uitgezonderd eenpersoonskamer).

Forfait chronisch zieken

Chronisch zieken met ernstige zelfredzaamheidsbeperkingen, langdurige ziekenhuisopnames, intensieve thuisverpleging, dagelijks kinesithérapie ... krijgen een forfaitaire vergoeding als ze twee opeenvolgende jaren de remgeldgrens hebben bereikt.

Niet automatisch toegekende rechten

Globaal medisch dossier (GMD)

Je kiest zelf je huisarts. Die houdt je medisch dossier bij en kan je gegevens veilig delen met andere zorgverleners. Zo blijft je zorg beter afgestemd.

Een GMD is gratis én geeft je recht op extra terugbetaling:

- Je betaalt tot 1/3 minder remgeld bij een raadpleging.
- Ben je 75+ of zorgbehoevend? Dan krijg je soms ook meer terug voor een huisbezoek.
- Ga je op doorverwijzing naar een specialist? Dan krijg je ook daar een remgeldvermindering voor de eerste consultatie, elk jaar opnieuw.

Je GMD wordt meestal automatisch verlengd.

Bijzonder solidariteitsfonds (BSF)

Je specialist kan een gemotiveerd dossier indienen voor een uitzonderlijke tussenkomst van het BSF. Dit is mogelijk bij hoge medische kosten van levensbelang waarvoor (nog) geen terugbetaling in de wettelijke ziekteverzekering is voorzien.

Vervoerskosten

Tegemoetkomingen in bepaalde situaties bij niet-dringend ziekenvervoer (vb. kankerbehandeling of nierdialyse).

Revalidatie

Op aangeven van een behandelend arts kan je in aanmerking komen voor een tegemoetkoming bij ambulante of residentiële revalidatie (kinesithérapie, logopedie, ergotherapie ...). Elke vorm van revalidatie heeft een specifieke aanvraagprocedure.

Medisch huis (wijkgezondheidscentrum)

Voor een kleine jaarbijdrage krijg je een heel jaar lang eerstelijnszorg van een vast team: een huisarts, een verpleegkundige en nog een andere zorgverlener (bv. kinestist of maatschappelijk werker).

Let op: ben je ingeschreven in een medisch huis, dan krijg je meestal geen terugbetaling voor eerstelijnszorg buiten dat team. Er zijn wel enkele uitzonderingen.

Maatregelen tegen hoge medische kosten voor beperkte inkomens

Verhoogde tegemoetkoming

Personen met verhoogde tegemoetkoming genieten extra bescherming tegen hoog oplopende kosten door:

- verminderd remgeld voor gezondheidszorgen;
- het recht op de sociale derdebetalersregeling;
- het recht op de sociale maximumfactuur;
- bijkomende prijsgaranties bij de aanrekening van hospitalisatiekosten.

Sommige groepen krijgen automatisch recht op verhoogde tegemoetkoming:

- personen met een leefloon;
- ouderen met inkomensgarantie;
- personen met inkomensvervangende en integratietegemoetkoming;
- ouderen met een zorgbudget (Vlaanderen) / Tegemoetkoming Hulp aan bejaarden (Brussel).

Andere groepen met een beperkt inkomen krijgen verhoogde tegemoetkoming na een inkomensonderzoek.

Kinderen met een zorgtoeslag omwille van een specifieke ondersteuningsbehoefte hebben ook recht op verhoogde tegemoetkoming, als zij 4 punten hebben op de eerste pijler van de medico-sociale schaal.

Sociale maximumfactuur

Je geniet de laagste maximumfactuurgrens met het statuut van verhoogde tegemoetkoming.

Sociale derde betaler

Personen met verhoogde tegemoetkoming hebben recht op de sociale derdebetalersregeling als ze een arts raadplegen. Je betaalt dan enkel het remgeld en het eventueel aangerekende ereloon supplement. De arts rekent het deel ten laste van de ziekteverzekering rechtstreeks aan het ziekenfonds.

Bescherming bij hospitalisatie

Als persoon met verhoogde tegemoetkoming betaal je een lager persoonlijk aandeel in verblijfskosten. Er is ook een verbod op kamer- en honorariumsupplementen in een meerpersoonskamer. Men mag geen opvang in een meerpersoonskamer weigeren als je het voorschot niet kan betalen. Het voorschot is een beperkt bedrag.

Financiële ondersteuning bij specifieke medische verzorging

Begeleiding huisapotheker

Word je op continue basis behandeld met minstens 5 terugbetaalbare geneesmiddelen? Dan kom je in aanmerking voor spe-

cifieke begeleiding door je huisapotheker (advies en beheer van medicatieschema). De begeleiding is gratis.

Incontinentieforfaits*

Bij ernstige incontinentie kan je recht hebben op een forfaitaire tegemoetkoming. Er zijn twee soorten forfaits:

- Forfait voor zwaar zorgbehoevenden met incontinentie
Krijg je hulp van een thuisverpleegkundige? Dan wordt dit forfait automatisch toegekend.
Komt er geen thuisverpleegkundige langs, maar denk je toch in aanmerking te komen? Download dan het formulier 'Incontinentieforfait voor niet-afhankelijke personen' via cm.be/formulieren en laat het invullen door je arts.
- Forfait voor onbehandelbare urine-incontinentie Je kan dit aanvragen via je huisarts, uroloog, geriater, gynaecoloog of pediatr.

Diabetesondersteuning*

Bij diabetes krijg je begeleiding van je huisarts en eventueel ook van een specialist. Afhankelijk van hoe ernstig je diabetes is, kom je in aanmerking voor een bepaald zorgtraject.

Zo krijg je de best mogelijke zorg, op maat van jouw situatie. In veel trajecten krijg je ook zelfzorgmateriaal, advies van een diëtist en begeleiding door een podoloog.

Zorgtraject chronische nierinsufficiëntie

Je krijgt opvolging en begeleiding van je huisarts en specialist. Je hebt recht op tegemoetkomingen voor diëetiek, zelfzorgmateriaal en bepaalde medicatie.

Palliatief forfait

Palliatieve patiënten (laatste levensfase) die thuis verzorgd worden kunnen in aanmerking komen voor twee opeenvolgende forfaitaire vergoedingen. Vanaf die datum betaal je geen wettelijke remgelden voor de huisarts (huisbezoeken), voor verpleging en voor sommige kinebehandelingen.

Palliatief statuut

Wie geen recht heeft op het palliatief forfait kan een palliatief statuut aanvragen. Vanaf die datum betaal je geen wettelijke remgelden voor de huisarts (huisbezoeken), voor verpleging en voor sommige kinebehandelingen.

Sondevoeding

Bij sommige pathologieën kan je van het ziekenfonds een tegemoetkoming krijgen voor sondevoeding (die thuis wordt toegediend).

PVS forfait (forfait voor personen in persisterende vegetatieve toestand)

Er is een jaarlijks forfait voor de thuisverzorging van (sub-)comapatiënten met ernstige acute hersenbeschadiging. Dit moet je aanvragen voor ontslag uit het ziekenhuiscentrum dat gespecialiseerd is in de eerste opvang en revalidatie van comapatiënten.

Andere forfaits

Een tegemoetkoming voor het syndroom van Sjögren, galactosemie, chronische wonden, coeliakie, gluten/gliadine-allergie en tabakverslaving.

Hulpmiddelen

Er bestaan verschillende tegemoetkomingen voor medische en mobiliteitshulpmiddelen. Een overzicht:

- **Via het ziekenfonds**
CM geeft een tegemoetkoming bij de aankoop van medische hulpmiddelen zoals prothesen, pruiken, hoorapparaten, steunkousen ... Je verstrekker (zoals een bandagist) helpt je bij de aanvraag en materiaalkeuze. CM-leden krijgen bovendien korting op thuiszorghulpmiddelen uit de limitatieve lijst, als ze die aankopen in de Goed Thuiszorgwinkel of via de webshop.
- **Via het Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap (VAPH)**
Mensen met een erkende handicap vóór de leeftijd van 65 jaar kunnen via het VAPH een tegemoetkoming krijgen voor hulpmiddelen in het dagelijks leven. Bijvoorbeeld: woningaanpassingen, trapliften, auto-aanpassingen, leesregels voor blinden ...
- **Voor 65-plussers in Vlaanderen**
Woon je in Vlaanderen en ben je ouder dan 65? Dan kan je een aanpassingspremie aanvragen voor je woning. Dat kan bijvoorbeeld gaan om een traplift, bredere deuren of aanpassingen in de badkamer.
- **Via CM-Zorgkas: mobiliteitshulpmiddelen**
Voor hulpmiddelen zoals een rolstoel, loophulp of driewiel fiets kan je terecht bij CM-Zorgkas. Je kan deze huren of aankopen, afhankelijk van je situatie. Er is ook een tegemoetkoming mogelijk.

Buitenwettelijke fondsen

- Kom op tegen Kanker en de Stichting

tegen Kanker zijn twee organisaties die de belangen voor mensen met kanker opnemen. De aanvraag voor financiële steun moet altijd gebeuren via de dienst Maatschappelijk Werk van het ziekenfonds, het ziekenhuis of het OCMW.

- In geval van zeer zware medische uitgaven kan je ook financiële steun vragen bij het OCMW van je woonplaats.
- Het Fonds Hulp aan Zieken van CM biedt een tegemoetkoming bij hoge medische uitgaven. Het Fonds richt zich op personen die in een financieel kwetsbare situatie zijn terechtgekomen door hun behandeling of zorgsituatie.

Andere voorzieningen

Hierbij een kort overzicht van andere voorzieningen ter ondersteuning van mensen met een beperkt inkomen, zorgbehoevenden of mensen met een beperking. Het toekennen van deze maatregelen is afhankelijk van medische en/of inkomstenvoorwaarden. De Zorglijn kan je hierin steeds een advies op maat geven.

Tegemoetkomingen en voordelen bij mobiliteitsbeperking

Openbaar vervoer

- Gratis abonnement De Lijn voor personen met een handicap
- Gratis vervoer NMBS/De Lijn/TEC voor personen met een visuele handicap (aanvraag verminderingskaart FOD Sociale Zekerheid)
- Begeleider reist gratis De Lijn/NMBS (aanvraag kaart kosteloze begeleider NMBS)
- Voordeeltarief NMBS voor personen

- met verhoogde tegemoetkoming (aanvraag verminderingskaart NMBS)
- Gratis assistentie NMBS, De Lijn, MIVB, TEC

Persoonlijk vervoer

- Parkeerkaart voor personen met een handicap (aanvraag FOD Sociale Zekerheid)
- Rijgeschiktheidsattest voor personen met een handicap (rijvaardigheidsproef bij CARA - VIAS)
- Vrijstelling dragen van autogordel (aanvraag bij FOD Mobiliteit en vervoer)
- Vermindering btw-tarief bij aankoop en onderhoud auto (aanvraag btw-kantoor van je gemeente na ontvangst attest FOD Sociale Zekerheid)

Fiscale voordelen

- Vermindering personenbelasting (automatisch toegekend – FOD Financiën)
- Vermindering onroerende voorheffing (automatisch toegekend in geval van eigenaar, huurder moet het eenmalig aanvragen) – Vlaamse Belastingdienst / Fiscaliteit Brussel
- Vermindering personenbelasting voor inwonende oudere (aanduiden aanslagbiljet FOD Financiën)
- Vermindering erfbelasting Vlaanderen (aanvraag bij notaris)
- Vrijstelling inverterbelasting en verkeersbelasting (aanvraag Belastingen Vlaanderen / Fiscaliteit Brussel)

Voordelen op nutsvoorzieningen

- Sociaal tarief elektriciteit, gas en warmte (automatisch toegekend – FOD Economie)

- Sociaal tarief waterfactuur (automatisch toegekend – Waterleverancier)
- Tussenkost factuur stookolie (aanvraag Sociaal Verwarmingsfonds via OCMW)
- Sociaal internetaanbod (aan te vragen via operator)

Huisvestingspremies

- Premie aanpassing woning aan de noden van inwonende oudere (aanvraag Wonen Vlaanderen of via Huisvesting Brussel)
- Huursubsidie bij verhuis naar een aangepaste woning (aanvraag Wonen Vlaanderen of via Huisvesting Brussel)
- Premie aanpassing woning aan inwonende persoon met een handicap (aanvraag VAPH)
- Verzekering gewaarborgd wonen (aanvraag Wonen Vlaanderen)

Andere

- Europese handicapkaart (European Disability Card) (aanvraag FOD Sociale Zekerheid of Vlaams Agentschap voor personen met een handicap)
- Toiletpas (aanvraag patiëntenvereniging)



Voor vragen over de financiële steun kan je terecht bij **de Zorglijn**:

- zorglijn@cm.be;
- 02 204 32 34.

Welke aangepaste woonvormen bestaan er?

Kangoeroewonen en zorgwonen

Bij kangoeroewonen wonen 2 of 3 generaties samen en toch apart onder één dak zodat ze beroep kunnen doen op elkaars hulp. Een zorgwoning kan binnen het bestaande bouwvolume van je woning, in een bestaand, vergund vrijstaand gebouw of in een tijdelijke verplaatsbare constructie (zorgunit) in de nabijheid van de hoofdwoning. Soms wordt daarbij een woning verbouwd tot twee onafhankelijke wooneenheden. Bij deze verbouwingen moeten de stedenbouwkundige voorschriften gerespecteerd worden. Deze vorm van samenwonen kan ook invloed hebben op juridische en fiscale aspecten.



Is een mobiele zorgwoning een gepaste oplossing voor jouw situatie? Contacteer Goed Thuiszorgwinkel. Lees er meer over op www.goed.be/mobiele-zorgwoning.

Om aan deze nadelen tegemoet te komen werd het 'zorgwonen' ingevoerd. Het is geen echte woonvorm maar een stedenbouwkundige oplossing om in een bestaande eengezinswoning tijdelijk een tweede kleinere wooneenheid (minstens eigen slaapkamer) te creëren voor maximum twee ouderen (65+) en/of personen met een handicap én tegelijkertijd een aantal fiscale en juridische gevolgen van het samenwonen op te lossen. Hiervoor dien je een statuut van 'zorgwoning' aan te vragen via je gemeente. De aanvraag gebeurt via het meldingsformulier 'zorgwonen' dat je bij je gemeente kan verkrijgen.

Het maken van een zorgwoning binnen het bestaande bouwvolume is vrijgesteld van de stedenbouwkundige vergunningsplicht. Bij constructieve werken geldt de stedenbouwkundige meldingsplicht. Een stedenbouwkundige vergunning is enkel nodig als er aan de bestaande woning extra wordt bijgebouwd.



Assistentiewoning

Een assistentiewoning is een woning waarbij je zelfstandig woont en tegelijkertijd geniet van ondersteuning op maat. Assistentiewoningen zijn bedoeld voor ouderen (65-plussers). In een assistentiefat of een groep van assistentiewoningen huur of koop je een individuele flat/woning waar je zelfstandig woont. Deze flat of woning voldoet aan een aantal minimumvereisten voor de leefruimte, maar is ook aangepast en veilig (24 uur oproepsysteem, toegankelijke badkamer ...).

Er zijn ook gemeenschappelijke ruimtes waar je andere bewoners kan ontmoeten.

De woonassistent(e) staat in voor het dagelijks beheer van de assistentiewoningen. Die verzorgt onder andere de contacten met de bewoners, thuiszorgdiensten ... of organiseert activiteiten en uitstappen.

Woonzorgcentrum

Een woonzorgcentrum (nieuwe benaming voor rusthuis) is een door de overheid erkende woonvoorziening. Ouderen met een langdurige, intensieve zorg- en ondersteuningsnood kunnen er verblijven. Woonzorgcentra kunnen ook taken opnemen zoals dagopvang, kortverblijf of nachtopvang.



Welke ondersteuning kan ik als mantelzorger vragen?

Je bent een mantelzorger van zodra je op regelmatige basis zorgt voor een familielid, buur, vriend of kennis die meer zorg nodig heeft door ziekte, handicap of psychische moeilijkheden. Je doet dit omdat je een persoonlijke band hebt met die persoon.

Mantelzorg is niet te verwarren met professionele zorg. Professionele diensten die aan huis komen zoals gezinszorg of thuisverpleging, geven beroepsmatige hulp en worden hiervoor betaald. Dit wordt de 'formele zorg' genoemd.

Mantelzorg is **niet hetzelfde als vrijwilligerswerk**. De hulp die vrijwilligers geven is wettelijk geregeld en gaat uit van een organisatie. Vrijwilligers kunnen belangrijke ondersteuning geven thuis. Dit kan in de vorm van oppas, boodschappen, vervoer... Vrijwilligers kiezen hiervoor, bepalen zelf de intensiteit en kunnen het engagement steeds stopzetten. Bij mantelzorg is dit niet zo evident. **Mantelzorg overkomt je. Je rolt erin omdat iemand in je omgeving hulp nodig heeft.** Omdat mantelzorg zwaar kan zijn, bestaan er verschillende oplossingen om de rol van mantelzorger te ondersteunen.

Steun aan mantelzorger

Mantelzorgvereniging

Als mantelzorger sta je er niet alleen voor. In Vlaanderen kan je een beroep doen op zes erkende mantelzorgverenigingen. Deze verenigingen hebben de opdracht om de belangen van mantelzorgers te verdedigen, bij te dragen tot een positieve beeldvorming en mantelzorgers te informeren.

Samana is de mantelzorgvereniging die gekoppeld is aan CM. Ze biedt een gevarieerde werking waar mensen met een chronische ziekte en gezonde vrijwilligers het voor elkaar opnemen. De vereniging is actief in alle Vlaamse buurten en gemeenten. Met haar duizenden vrijwilligers biedt Samana een waaier van activiteiten aan. Ze doorbreken het sociale isolement van langdurig zieken en steunen hen in hun verdere leven. Daarnaast wil Samana de mantelzorger helpen en de mogelijkheid geven om af en toe op adem te komen.

Samana heeft ook een uitgebreid aanbod aan vakanties. Als chronisch zieke kan je er even tussenuit samen met familie, met vrienden, met je mantelzorger of alleen. Samana beschikt over een reisaanbod aangepast aan de noden en wensen van chronisch zieken en hun mantelzorgers.

Mantelzorgtelefoon

Als mantelzorger ben je heel vaak het luisterend oor voor de persoon voor wie je met veel liefde en inzet zorgt. Maar zelf moet je je verhaal uiteraard ook wel eens kwijt kunnen. En dan het liefst bij iemand die naar je luistert op het moment dat jij daar nood aan hebt en die je begrijpt.

Zo iemand vind je bij de Samana Mantelzorgtelefoon.

Op het nummer 078 15 50 20 krijg je alle tijd die je nodig hebt. Je kan vertellen waarmee je zit en in vertrouwen je hart even luchten. De medewerker van de Samana Mantelzorgtelefoon begrijpt waarover je spreekt.

De Samana Mantelzorgtelefoon is iedere werkdag bereikbaar van 10 tot 12 uur en van 13 tot 16 uur. Speciaal opgeleide vrijwilligers kunnen zich inleven in de situatie van de mantelzorgers en nemen rustig de tijd om naar jou te luisteren.

Overname van zorg

Soms heb je nood om er even tussenuit te zijn en de zorg van je familielid, buur, kennis of vriend aan iemand anders over te laten. Er bestaan verschillende oplossingen. Deze diensten kunnen zich inleven in de situatie om de zorg tijdelijk van je over te nemen. Voor meer info kan je terecht bij de Zorglijn.



Nog meer relevante info voor mantelzorgers vind je op www.mantelzorgers.be

Tegemoetkomingen voor mantelzorgers

Voor werkende mantelzorgers

Neem je de zorg op voor zieke familieleden of een terminaal ziek persoon? Dan kan je tijdelijk volledig of gedeeltelijk stoppen met werken als werknemer.

Er zijn verschillende mogelijkheden:

- loopbaanonderbreking (publieke sector);
- tijdskrediet met motief (privésector);
- thematische verloven: verlof voor medische bijstand, ouderschapsverlof, palliatief verlof en mantelzorgverlof;
- aanmoedigingspremie.

Als je werkloos bent, kan je tijdelijk vrijgesteld worden van je verplichtingen als werkloze.

Als zelfstandige kan je een uitkering mantelzorg aanvragen om zorg te dragen voor een terminaal ziek kind of terminaal zieke partner. De aanvraag en uitbetaling verloopt via je sociaal verzekeringsfonds.

Voor meer informatie kan je terecht bij de RVA.

Gemeentelijke mantelzorgpremie

Sommige gemeenten in Vlaanderen kennen een mantelzorgpremie toe. Het bedrag van de premie en de voorwaarden waaraan moet worden voldaan is gemeentefinancieel afhankelijk. Om te weten of jouw gemeente een mantelzorgpremie uitreikt, kan je terecht op www.ma-zo.be of bij de dienst Maatschappelijk Werk van CM.

Welke juridische maatregelen bestaan er?

Als je zorgbehoevend bent, wil je zolang mogelijk je eigen leven leiden en je eigen beslissingen nemen. Er bestaan voldoende juridische maatregelen om je te beschermen wanneer dat niet meer lukt.

Preventieve maatregel

Vertrouwenspersoon medische aangelegenheden

Het is mogelijk om een vertrouwenspersoon of meerdere vertrouwenspersonen aan te stellen. Deze persoon kan je bijstaan bij het uitoefenen van je rechten. Je kan zelf nog altijd zelfstandig beslissen.

De aanduiding van een vertrouwenspersoon gebeurt op informele basis. Er hoeven geen documenten te worden ondertekend, hoewel dit uiteraard mogelijk en soms nuttig kan zijn. Je vindt een voorbeeldformulier op de website van FOD Volksgezondheid via www.health.belgium.be.

Vertegenwoordiger medische aangelegenheden

Ben je tijdelijk of blijvend niet meer in staat om je wil te uiten? Dan kan een vertegenwoordiger je rechten als patiënt uitoefenen. Je wordt daarbij – zoveel als mogelijk en in verhouding tot je begripsvermogen – nog steeds betrokken.

Je kan zelf een vertegenwoordiger kiezen

Zolang je wilsbekwaam bent, kan je zelf één of meerdere vertegenwoordigers aanduiden. Dat doe je met het formulier Aanwijzing van een vertegenwoordiger. Kies je meerdere personen? Dan geef je best ook aan in welke volgorde ze mogen optreden.

Geen vertegenwoordiger aangeduid?

Als je niemand hebt aangeduid, bepaalt de wet wie je vertegenwoordigt. Dat gebeurt in deze volgorde:

1. de bewindvoerder over de persoon, aangeduid door de vrederechter;
2. je samenwonende echtgenoot, je wetelijk of feitelijk samenwonende partner;
3. een meerderjarig kind;
4. een ouder;
5. een (meerderjarige) broer of zus;
6. een betrokken zorgverlener, na overleg in een multidisciplinair team.

De zorgverlener behartigt, na overleg met collega's, de belangen van de patiënt indien:

- er geen vertegenwoordiger is aangeduid;
- niemand dit wilt opnemen;
- er een conflict is tussen meerdere mogelijke vertegenwoordigers (tussen bijvoorbeeld meerderjarige kinderen).

Beschermingsstatuut voor handelings- en wilsonbekwame personen

Buitengerechtelijke bescherming - Zorgvolmacht

Iedere wilsbekwame persoon (lastgever) kan via een zorgvolmacht zelf iemand aanduiden (lasthebber) om zijn vermogen te beheren. Je kan zelf op voorhand iemand als lastgever aanduiden voor wanneer je niet meer in staat zal zijn je goederen zelf te beheren, of om beslissingen over jezelf te nemen.

Er kan vrij bepaald worden welke daden de lasthebber mag stellen. Voor het opmaken van een zorgvolmacht (lastgeving) kan de notaris helpen.

Maak tijdig je zorgvolmacht op. Daarin bepaal je zelf wanneer je als wilsonbekwaam mag worden beschouwd.



Je voorkeur op voorhand vastleggen

Denk je dat er in de toekomst misschien een gerechtelijke maatregel nodig zal zijn, zoals een bewindvoering? Dan kan je nu al je voorkeur doorgeven.

Je legt dan een verklaring neer waarin je de naam vermeldt van je vertrouwenspersoon en/of bewindvoerder van je voorkeur.

Deze verklaring dien je in bij de griffie van het vrederecht van je woon- of verblijfplaats. Ze wordt opgenomen in het Centraal Register van verklaringen betreffende de aanwijzing van een bewindvoerder of vertrouwenspersoon.



Meer info vind je op justitie.belgium.be via de brochure 'Hoe jezelf en je vermogen beschermen' of op www.cm.be/zorgvolmacht.

Gerechtelijke bescherming (bewindvoerder)

De vrederechter kan een bewindvoerder aanstellen:

- als er geen buitengerechtelijke bescherming is of deze niet (meer) voldoet om de belangen te behartigen van een meerderjarige. De meerderjarige bevindt zich in dit geval niet (meer) in een staat van verkwisting.
- voor het beheer van goederen en/of voor handelingen die raken aan de persoon.

De bewindvoerder kan de opdracht krijgen de te beschermen persoon bij te staan of deze te vertegenwoordigen. Dit maakt het mogelijk een bewind te regelen op maat en in functie van de behoeften van de te beschermen persoon.



Palliatieve zorg: als het einde nabij komt ...

Kwaliteit geven aan je levenseinde is belangrijk. Sterven maakt immers deel uit van het leven. De keuzes die je maakt over je levenseinde worden mee bepaald door jouw waardepatroon, levensgeschiedenis en verwachtingen. Het is belangrijk dat je die keuzes tijdig bespreekt met je familie, je huisarts, andere hulpverleners en je omgeving. Op die manier krijgen zij de kans om er voor jou te zijn als je ooit in een situatie terechtkomt waarin je wilsonbekwaam bent geworden of waarin communicatie niet meer mogelijk is.

Nadenken hierover is vroegtijdige zorgplanning. Vroegtijdige zorgplanning geeft

jezelf en je naasten gemoedsrust, en biedt zorgverleners een houvast om de zorg zo veel mogelijk af te stemmen op jouw noden en wensen. Zo geef je meer kwaliteit aan je leven en uiteindelijk ook aan je levenseinde.

De dienst Maatschappelijk Werk kan je hierin ondersteunen. Meer info vind je op www.cm.be/vroegtijdige-zorgplanning.

Negatieve wilsverklaring

In de negatieve wilsverklaring kan je in detail opschrijven welke behandelingen of

onderzoeken je niet meer wil ondergaan als je niet meer wilsbekwaam bent of als je je wil niet meer kan uitdrukken.

Dankzij dit document weten artsen welke behandelingen je aanvaardt en welke niet. Deze verklaring is belangrijk in het overleg tussen de zorgverleners en de familie, om de wens van de patiënt te respecteren. Deze verklaring is onbeperkt geldig en kan altijd herzien worden. Je kan ook een vertegenwoordiger aanduiden.

Voorafgaande wilsverklaring inzake euthanasie

De wet voorziet de mogelijkheid om een wilsverklaring op te stellen waarin wordt verzocht om euthanasie uit te voeren als een persoon zich in een coma bevindt. De 'Wilsverklaring euthanasie' is sinds 2 april 2020 onbeperkt geldig. Een wilsverklaring opgemaakt voor 2 april 2020 moet een keer verlengd worden om ook onbeperkt geldig te zijn.

Actueel verzoek om euthanasie

Euthanasie betekent 'levensbeëindiging op uitdrukkelijk verzoek van de patiënt zelf, die wordt uitgevoerd door een arts'. De wet bepaalt een aantal voorwaarden voor euthanasie. Het moet onder andere gaan om een medisch uitzichtloze toestand van aanhoudend en ondraaglijk fysiek of psychisch lijden dat niet verzacht kan worden.

De aanvraag moet altijd schriftelijk gebeuren. Ze kan worden ingediend door:

- een wilsbekwame, meerderjarige persoon;
- een oordeelsbekwame minderjarige.

Dient een minderjarige het verzoek in?

Dan moeten de ouders schriftelijk hun akkoord geven. Een psycholoog of kinderpсихиater beoordeelt of de minderjarige oordeelsbekwaam is.

Meer info vind je op: www.leif.be

Palliatieve thuiszorg

Palliatieve zorg is de totaalzorg voor de patiënt op het ogenblik dat een geneeskundige behandeling geen genezing meer kan bieden. Totaalzorg omvat begeleiding op medisch, verpleegkundig, sociaal, emotioneel en geestelijk vlak. Dit geldt zowel voor de zieke als voor de familie en naasten.

De zorg staat vooral in het teken van het comfort van de zieke. De begeleiding wil je helpen bij:

- het aanvaarden van;
- het verlichten van de pijn;
- het opvangen van andere klachten.

Samengevat is palliatieve zorg 'alles wat nog gedaan moet worden als we denken dat we niets meer kunnen doen'.

De dienstverlening en de medische mogelijkheden zijn zo uitgebreid dat palliatieve zorg thuis mogelijk is. Dit kan wanneer er voldoende mantelzorgers beschikbaar zijn die zich willen toeleveren op de zorg voor de zieke.

In de laatste levensfase verblijf je graag in je eigen vertrouwde omgeving. Je wordt het liefst verzorgd door je familie, je zorgverstrekkers en hulpverleners. Zij kunnen een beroep doen op de palliatieve thuiszorgdeskundigen van het palliatief netwerk.

Dagverzorgingscentrum voor palliatieve zorg

Op bepaalde ogenblikken kan de zorg voor de zieke te zwaar zijn voor de omgeving.

Dit kan als:

- de partner ook werkt;
- er voor kinderen gezorgd moet worden;
- de partner er alleen voor staat;
- de partner op leeftijd is;
- de partner zelf ziek is.

In deze gevallen kan een dagcentrum voor palliatieve zorg een uitkomst bieden. Eens in een andere omgeving vertoeven, een luisterend oor vinden, ontmoetingen met lotgenoten ... Het doet het ziek-zijn anders beleven of even vergeten.

De gasten verblijven er in een rustige, huiselijke sfeer waar veel kan maar niets moet. Dit wordt vaak mogelijk gemaakt door vrijwilligers in het dagcentrum.

Palliatieve eenheid

Wanneer de palliatieve situatie thuis onhoudbaar wordt, bestaat de mogelijkheid om naar de palliatieve eenheid van het ziekenhuis te gaan. Die eenheid wordt ondersteund door een Palliatief Support Team: verpleegkundigen en artsen die speciaal opgeleid zijn voor palliatieve zorgen.

De palliatieve afdeling heeft uitgebouwde voorzieningen en creëert een sfeer waarin de patiënt en zijn familie centraal staan.

De zorg wordt afgestemd op het ritme en de persoonlijke voorkeur van de patiënt.

Familie en vrienden zijn altijd welkom op die afdeling, dag en nacht.





Index

A

Assistentiewoning 29

B

Bewindvoerder 32, 33
Bijzonder solidariteitsfonds 23
Buitenrechtelijke bescherming 33

C

Chiropraxie 5
CM-Mobiel 19
CM-Oppas aan huis 9
CM-Ziekenvervoer 18

D

Dagopvang 10
Dagverzorgingscentrum voor palliatieve zorg 36
Diensten Aangepast Vervoer 19
Dienstencheques 7

E

Ergobegeleiding en woonadvies 12, 17
Ergotherapie 5
Euthanasie 35

F

Financiële voordelen 20
Fiscale voordelen 27
Fonds Hulp aan Zieken 26
Forfait chronisch zieken 23

G

Gerechtelijke bescherming 32
Gezinszorg 7, 8, 9
Globaal medisch dossier 23

H

Handicapkaart 27
Herstelverblijf 10
Huisarts 5
Hulpmiddelen 12
Hulp van derden RIZIV 20
Huisvesting 26

I

Incontinentieforfaits 25
Inkomensvervangende tegemoetkoming 20
Integratietegemoetkoming 19, 22

K

Kangoeroewonen 28
Kinesitherapie 5
Klusjesdienst 8
Kom op tegen kanker 26
Kortverblijf 5, 29

L

Logopedie 6
Loopbaanonderbreking 31

M

Maatschappelijk Werk 16
Mantelzorger 30
Mantelzorgtelefoon 31
Mantelzorgvereniging 30
Mantelzorgverlof 31
Maximumfactuur 22
Medische kosten 22, 24
Minder Mobielen Centrale 19
Mobiliteit 12
Mobiliteitshulpmiddelen 13, 26

N

Nachtzorg of nachtoppas 9
Negatieve wilsverklaring 34
Nutsvoorzieningen 27

O

OCMW 7, 26, 27
Organisator Dringende Thuiszorg 4, 16
Osteopathie 5

P

Palliatief forfait 25
Palliatief Statuut 25
Palliatief verlof 31
Palliatieve eenheid 36
Palliatieve thuiszorg 35
Palliatieve zorg 34
Persoonlijk alarm 15
Persoonsvolgend budget 22
Podoloog 5
Poetsdienst 6
PVS forfait 25

R

Revalidatie 23

S

Samana 11, 30
Sondevoeding 25
Statuut chronische aandoening 21
Stichting tegen Kanker 26

T

Thematische verlopen 31
Thuisverpleging 5
Toiletpas 27

V

Vakanties voor zieken en mantelzorgers 10
VAPH 22, 26
Verhoogde tegemoetkoming 24
Verlof voor medische bijstand 31
Vertegenwoordiger medische aangelegenheden 32
Vertrouwenspersoon 32
Vlaamse sociale bescherming 120
Vroegtijdige zorgplanning 34

W

Warme maaltijden aan huis 8
Wilsverklaring 34, 35
Woningaanpassing 17, 26
Woonzorgcentrum 29

Z

Ziekenvervoer 18, 23
Ziekte- en invaliditeitsuitkering 20
Zorgbudget voor mensen met een handicap 21
Zorgbudget voor ouderen met een zorgnood 21
Zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden 21
Zorglijn 4, 6, 8, 9, 15, 24, 26, 36
Zorgtoeslag voor kinderen met een specifieke ondersteuningsbehoefte 21
Zorgtraject 25
Zorgvolmacht 33
Zorgwonen 28

Deze brochure heeft een informatieve waarde. Voor een gedetailleerde omschrijving van de rechten en plichten van de leden en van het ziekenfonds zijn enkel de statuten rechtsgeldig.

*V.U.: Bart De Ruysscher, Haachtsesteenweg 579, postbus 40, 1031 Brussel
© CM - augustus 2025*

CM-lid worden? Da's een voordelige keuze.

Ontdek het op www.cm.be/jouwvoordeel en sluit snel en eenvoudig aan. Of maak een afspraak voor meer info. Zo geniet jij ook van de straffe CM-diensten en -voordelen aan een voordelige prijs.

CM. Jouw gezondheidsfonds.

