



VRIJWILLIGERS PALLIATIEVE TERMINALE ZORG ZUIDWEST FRIESLAND

De VPTZ-ZWF biedt hulp en ondersteuning aan mensen in de laatste fase van hun leven, met behulp van speciaal getrainde en gemotiveerde vrijwilligers. Thuis of in Hospice De Kime in Sneek

Hospice "De Kime" Sneek 0515-430604 info@vptz-zwf.nl www.vptz-zwf.nl



Biedt persoonlijke zorg, service en advies aan senioren in De Fryske Marren. Tevens wordt er eens per 2 maanden i.s.m. andere organisaties het Mantelzorg-café georganiseerd.

Zorgwoningen Balk 0515-428585

De Flecke Joure 0513-412244

Zorgwoningen Lemmer 0513-412244



Stand-By Fryslân is een vrijwilligersorganisatie die vervanging biedt aan mantelzorgers die in de thuissituatie voor een (chronisch) zieke of gehandicapte zorgen.

Contactpersoon: Marga Bruins Slot – de Bode (Joure e.o.),

standby.m.de.bode@hotmail.com & Marjon Zijta-Nijhuis (Lemmer / Balk e.o.)

standby_marjon.zijta@ziggo.nl

Telefoonnummer: 0513-414593



ZORGCENTRUM ST. THERESIA

Het Theresiahuis is een ontmoetingscentrum en steunpunt voor de ouderen uit Joure en omgeving. Voor mantelzorgers is het mogelijk om uw zorgvrager tijdelijk te laten verzorgen in de dagopvang zonder dat daarvoor een indicatie nodig is.

Zorgcentrum St. Theresia Joure 0513-412300 a.kok@zorggroepsintmaarten.nl

WEGWIJZER MANTELZORGONDERSTEUNING DE FRYSCHE MARREN

Zorgt u langdurig, intensief en onbetaald voor uw hulpbehoevende, chronisch zieke of gehandicapte partner, ouder, kind, vriend of buur? Dan bent u mantelzorger!

Mantelzorg kan lichamelijk en emotioneel zwaar zijn, maar ook in praktische zin kan het veel vergen. Daarom is er respijtzorg, een tijdelijke overname van de mantelzorgtaken.

Veel mantelzorgers maken nog geen gebruik van respijtzorgvoorzieningen in de gemeente. Deze wegwijzer is gemaakt om u op een compacte manier inzicht te geven in de respijtmogelijkheden in De Fryske Marren.



Miks welzijn biedt hulp en advies op het gebied van welzijn. Hier kunnen alle soorten vragen gesteld worden. Voor kinderen, jongeren, volwassenen, senioren en verschillende doelgroepen zoals bijvoorbeeld (jonge) mantelzorgers. Tevens worden er veel activiteiten georganiseerd om er even tussenuit te zijn.

Miks welzijn 0513-414593

Contactpersoon: Francien Bekius fbekius@miks-welzijn.nl

Website: www.miks-welzijn.nl



Punt Twa staat voor Twee! Alle inwoners van de Fryske Marren kunnen hier terecht voor vragen op het gebied van mantelzorg, vrijwillige inzet en regelhulp. Punt Twa is een samenwerkingsverband tussen Miks welzijn en Timpaan welzijn.

Punt Twa Balk 06-46294787 balk@punttwa.nl (b.g.g. 0513-414593)

Punt Twa Lemmer 06-46104775 lemmer@punttwa.nl (b.g.g. 0513-414593)

Punt Twa Joure 0513-414593 joure@punttwa.nl

Website: www.punttwa.nl



MANTELZORGMAKELAAR

'Thuis in Mantelzorg' heeft uitgebreide kennis op het gebied van zorg, arbeid, welzijn, wonen en financiën. Zij adviseert en ondersteunt bij regeltaken en/of neemt deze in overleg over, waardoor u minder wordt belast. Met als doel het behouden van de balans tussen mens, werk en mantelzorg. De regie blijft ten alle tijden bij u".

Contactpersoon: Nienke Boekhout 06-11753322 nienke@thuisinmantelzorg.nl

Website: www.thuisinmantelzorg.nl



Mantelzorg
Gaasterlân-Sleat

STICHTING MANTELZORG GAASTERLÂN-SLEAT

De Stichting biedt ontspanning, een luisterend oor en onderlinge contacten tussen mantelzorgers.

Contactpersoon: Anita De Groot, 06-53779491 georgedegroot@ziggo.nl

Website: www.mantelzorggaasterlansleat.nl



HOF EN HIEM

Hof en Hiem biedt hulp en dagbesteding aan op verschillende zorglocaties en eens per 2 maanden i.s.m. andere organisaties wordt het mantelzorgcafé georganiseerd.

Zorgcentrum Doniahiem Sint Nicolaasga 0513-431555 doniahiem@hofenhiem.nl

Zorgcentrum Suderigge Lemmer 0514-561645 suderigge@hofenhiem.nl

Zorgcentrum Talmahiem Balk 0514-608800 talmahiem@hofenhiem.nl

Zorgcentrum Vegelinstate Joure 0513-412569 vegelinstate@hofenhiem.nl

Woongemeenschap Yn 'e Doarpsfinne Rotsterhaule 0513-412569 vegelinstate@hofenhiem.nl

Woonzorgboerderij Corneliahoeve Eesterga 0514-568998



GGZ Friesland

GGZ FRIESLAND

GGZ Friesland biedt een programma aan om mantelzorgers te ondersteunen en sterker te maken.

GGZ Friesland 058-2848888

Website: www.ggzfriesland.nl



ZAZAZORG

Zazazorg biedt eigentijdse informele en praktische ondersteuning aan gezinnen en hun gezinsleden met een ernstig ziek kind.

Contactpersoon: Elsbeth Rispens 06-29506653 info@zazazorg.nl

Website: www.zazazorg.nl

handen in huis HANDEN IN HUIS

Handen in huis biedt 24-uurs vervanging van de vaste mantelzorger gedurende diens afwezigheid.

Contact: 030-6590970, info@handeninhuis.nl

Website: www.handeninhuis.nl

Fawaka FAWAKA

Fawaka is de organisatie voor jonge mantelzorgers in Fryslân. Naast advies en ondersteuning organiseert Fawaka ook FUNdagen (lotgenotencontact).

Fawaka 0519-292223

E-mail: info@fawaka.nu



DE
ZONNE
BLOEM

VERENIGING DE ZONNEBLOEM

Met De Zonnebloem kunt u erop uit gaan, andere mensen te ontmoeten en leuke dingen te doen. Ze zetten alles op alles om de wensen van mensen met een fysieke beperking mogelijk te maken. Tevens is er de mogelijkheid om bezoek te ontvangen voor een luisterend oor.

Vereniging De Zonnebloem 0513-499548

Afdeling Joure: A. Huizenga 0513-410567 huizenga.a@ziggo.nl

Afdeling Balk: Sieta Schilstra 0514-603340, s.r.schilstra@home.nl

Afdeling Sint Nicolaasga: Jannie Vink, jannie_vink@hotmail.com

Afdeling Bakhuizen/Hemelum/Koudum: Mieke Reekers, 0514582040, sjoukemieke@gmail.com

Afdeling Echten e.o. Thea Toussaint-Wismans, 0514-541705, theatoussaint@home.nl

Afdeling Lemmer Klaasje v/d Vecht 0514-561494 fjvdvecht@planet.nl



TINZ

Tinz biedt ondersteuning bij (vermoedens van) dementie, bij het maken van keuzes of het oplossen van praktische problemen. Daarnaast organiseren zij i.s.m. andere organisaties ook eens per 2 maanden het Mantelzorgcafé.

Steunpunt Joure 0513-412244, joure@tinz.nl,

Website: www.tinz.nl



VPTZ
Julia Jan Wouters

VPTZ JULIA JAN WOUTERS

De VPTZ Julia Jan Wouters biedt hulp en ondersteuning aan mensen in de laatste fase van hun leven, met behulp van speciaal getrainde en gemotiveerde vrijwilligers. Thuis of in Hospice Julia Jan Wouters in Heerenveen.

Contact: 06 551688 72 info@vptzjulianwouters.nl

Website: www.vptzjulianwouters.nl