

Zorg jij voor iemand?

Alles wat je
moet weten
over
mantelzorg,
premies &
ondersteuning



Vlaams
Expertisepunt
Mantelzorg



samana
samen met 

 mantelzorgnetwerk



ONBEGRENSD

steunpunt
mantelzorg

Inhoudstabel

Wanneer ben je mantelzorger?	3
Financiële ondersteuning	5
Mantelzorgstatuut	7
Verlof	8
Ondersteuning thuis	10
Opvang buitenshuis	12
Waar kan jij terecht voor ondersteuning?	13
Activiteiten en mantelzorgvakanties	16
Contactgegevens	18
Mantelzorgverenigingen	18
Diensten Maatschappelijk Werk van de ziekenfondsen	19
Psychosociale begeleiding, vervoer en overige	20



Wanneer ben je mantelzorger?

- ☒ Zorg je voor iemand in je omgeving met een zorgnood? Zoals een familielid, vriend of buur?
- ☒ Doe je dit regelmatig?
- ☒ Doe je dit vanuit een persoonlijke band met die persoon? En dus niet als beroep of vrijwilligerswerk?

Jij bent een mantelzorger! Wat jij doet is bijzonder waardevol, maar niet altijd vanzelfsprekend. Je staat er niet alleen voor. In deze brochure kom je meer te weten over het ondersteuningsaanbod en hoe je er beroep op kan doen.

Mantelzorg kan allerlei vormen aannemen, zoals hulp bij persoonlijke hygiëne, hulp bij verplaatsingen of huishoudhulp. Het kan ook gaan over emotionele en administratieve ondersteuning. Mantelzorg is bovendien van alle leeftijden.

- Mantelzorg verlenen is geen beroep en ook geen vrijwilligerswerk waar je bewust voor kiest.

- Er is een sociale en emotionele band met de zorgvrager.
- Mantelzorg komt onverwacht op je pad en overstijgt de gewone zorg voor elkaar in duur of intensiteit.

Mantelzorg is verrijkend, maar kan, met hoeveel liefde en toewijding ook, zwaar wegen. In deze brochure vind je alle info over verschillende ondersteuningsmogelijkheden.

Heb je nog specifieke vragen? Bel of mail dan naar één van de erkende mantelzorgverenigingen, naar jouw ziekenfonds of de dienst Sociale zaken van het Lokaal Bestuur Schoten.

Contactgegevens vind je achteraan in deze brochure. Meer info kan je steeds vinden op mantelzorgers.be.

Gabriel, 75j, zorgt voor zijn echtgenote Anne-Marie

“Weet je dat jij mantelzorger bent?’, vroegen ze bij het ziekenfonds. Ik had toen nog nooit van mantelzorg gehoord, maar ik was blij om erkend te worden voor wat ik doe. Ik zeg nu zelf trots dat ik mantelzorger ben. Ik spreek andere mensen ook aan om hen er bewust van te maken dat er zaken zijn waar ze recht op kunnen hebben.



Financiële ondersteuning

Zowel de Vlaamse als de federale overheid voorzien in premies en tegemoetkomingen voor zorgvragers om de zorgkosten te verlichten.

Sommige gemeenten hebben een mantelzorgpremie. Elke gemeente is vrij om een mantelzorgpremie in te voeren en bepaalt zelf de voorwaarden. Contacteer dus de sociale dienst of het Sociaal Huis van je gemeente om na te gaan waar je recht op hebt.

We lichten er enkele toe:

Ondersteuning	Voor wie?	Voordeel	Aanvraag / info
---------------	-----------	----------	-----------------

Premies voor mantelzorgers

Gemeentelijke mantelzorgpremie	Mantelzorger	geldbedrag	Lokaal Bestuur Schoten (contactgegevens achteraan)
--------------------------------	--------------	------------	--

Premies voor zorgvragers

Zorgbudget voor zwaar zorg-behoevenden	Zorgvragers die veel zorg nodig hebben	Vast maandelijks geldbedrag	Aanvraag via zorgkas of ziekenfonds
Zorgbudget voor ouderen met een zorgnood	66+ met verhoogde zorgbehoefte en beperkt inkomen	Afhankelijk van zorgnood en inkomen	Aanvraag via DMW
Persoonsvolgend budget (PVB)	Personen met een handicap (18-64 jaar)	Afhankelijk van zorgnood	Aanvraag via VAPH
Incontinentie-forfait	Personen met incontinentie die thuis wonen	Jaarlijkse tegemoetkoming	Aanvraag via ziekenfonds

Naast de hiervoor vermelde tegemoetkomingen, zijn er ook nog heel wat andere mogelijkheden om de zorgkosten te verlichten.

Algemeen

- Verhoogde tegemoetkoming
- Maximumfactuur (automatisch toegekend)

Bij erkenning van handicap

Persoonlijke assistentiebudget (PAB)	-17 jaar
Integratietegemoetkoming	18-66 jaar
Inkomensvervangende tegemoetkoming	18-66 jaar
Verhoogde kinderbijslag of zorgtoeslag voor kinderen met een specifieke ondersteuningsbehoefte	-21 jaar

Specifieke doelgroepen

Palliatief forfait	palliatieve patiënten met thuiszorg
Incontinentieforfait	incontinentiemateriaal voor mensen die thuis wonen
Financiële tegemoetkoming voor kankerpatiënten	kankerpatiënten met een beperkt inkomen
PVS-forfait	patiënten in coma thuis
Zorgforfait chronisch zieken	chronisch zieke mensen met hoge medische uitgaven
Tegemoetkoming hulp van derden	voor wie niet kan werken door ziekte of ongeval en aangewezen is op hulp van anderen
Bijzonder solidariteitsfonds	mensen met een ernstige aandoening die niet in aanmerking komen voor een terugbetaling

Je kan voor hulp bij aanvragen terecht bij de dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds of de sociale dienst van je gemeente. Zij kunnen samen met jou onderzoeken waar je recht op hebt.

Meer info vind je ook op mantelzorgers.be/financieel.

Mantelzorgstatuut

Bij je ziekenfonds kan je een officiële erkenning als mantelzorger aanvragen. Die officiële erkenning noemen we het mantelzorgstatuut of de mantelzorgerkenning. Aan het mantelzorgstatuut is geen leeftijd gebonden aangezien je mantelzorg kan opnemen van jong tot oud. Je hoeft ook geen familie te zijn: je kan mantelzorger zijn voor een kennis, vriend of buur.

Er zijn 2 types attesten:

Algemeen erkenningsattest

Dit is een algemene erkenning als mantelzorger. Het attest heeft een symbolische waarde. Het helpt in kaart te brengen hoeveel mantelzorgers er in België zijn. Soms zijn er voordelen aan verbonden, zoals een parkeervergunning op gemeentelijk niveau of flexibele maatregelen in het onderwijs. De erkenning blijft geldig zolang de mantelzorg duurt.

Erkenning met sociaal voordeel

Combineer je werk en mantelzorg, dan heb je deze erkenning nodig om het thematisch verlof 'mantelzorgverlof' aan te vragen (zie verder in rubriek 'verlof'). De erkenning is maar beperkt geldig in de tijd. Een verlenging van de erkenning is mogelijk.



Verlof

Er bestaan verschillende wettelijke verlofstelsels waarop je als mantelzorger beroep kan doen om tijdelijk minder of niet te werken. Neem die bij voorkeur zo lang mogelijk op en vermijd vrijwillige contractreductie. Structureel minder gaan werken zonder wettelijk verlofstelsel heeft in latere fases namelijk een invloed op pensioen en wettelijke verlofstelsels die je eventueel nog wil opnemen.

Jouw mogelijkheden voor een wettelijk verlofstelsel hangen af van diverse factoren:

Je huidige werksituatie:

- Je statuut: werknemer, Vlaams ambtenaar, federaal ambtenaar, contractuelen overheid, zelfstandige of uitkeringsgerechtigd werkzoekende (werkloos)
- Je anciënniteit in de organisatie of onderneming
- Je huidig tewerkstellingspercentage

Grootte van het bedrijf of de organisatie waar je bent tewerkgesteld

Je relatie tot de zorgbehoevende persoon

Contacteer de mantelzorgverenigingen, RVA, jouw personeelsverantwoordelijke of de vakbond voor meer informatie rond de verlofstelsels waar je recht op hebt. Contactgegevens vind je achteraan in deze brochure.

TIP

Via de online tool **Break@work** (breakatwork.be) kan je bekijken op welke verlofstelsels je (nog) recht hebt en kan je meteen zien welk bedrag je als vervangingsuitkering zal ontvangen.



Ondersteuning thuis

Je kan binnen de thuissituatie beroep doen op verschillende diensten om te helpen bij de zorg of om de zorg even uit handen te nemen. Denk daarbij aan thuisverpleging, gezinszorg, poetshulp of oppashulp.

Contacteer de dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds of de sociale dienst van de gemeente voor meer informatie.



TIP

Wanneer verschillende hulpverleners betrokken zijn bij de zorg, kan de Samenspraakfiche je helpen om ervaringen, verwachtingen en afspraken bespreekbaar te maken. Raadpleeg de fiche via mantelzorgers.be/samenspraak.

Referenties

Heb je vragen over jouw mantelzorgsituatie? Of heb je nood aan thuishulp?

Bel tijdens de kantooruren naar één van deze thuiszorg-diensten:

- Gezinszorg Lokaal Bestuur Schoten** 03 680 09 00
Administratief Centrum
Verbertstraat 27
- Familiehulp** 03 220 12 40
antwerpen@familiehulp.be
Nationalestraat 111 - 2000
Antwerpen
- Villers** 03 543 92 20
schoten@gezinszorgvillers.be
Sint Cordulastraat 18
2900 Schoten
- i-mens** 078 15 25 35
- Ferm** 014 86 11 50
thuiszorg.antwerpen@samenferm.be

Opvang buitenshuis

Met ondersteuning buitenshuis kan de zorg (tijdelijk) van jou worden overgenomen, zowel overdag als 's nachts. Wanneer de zorg thuis niet langer mogelijk is, zijn er meer permanente vormen van opvang mogelijk.

Voor ouderen zijn er bijvoorbeeld dagverzorgingscentra en centra voor kortverblijf (tijdelijk) of woonzorgcentra (langdurig). Ook voor andere soorten zorgvragen, bijvoorbeeld voor personen met een handicap of personen met een psychische kwetsbaarheid, zijn er verschillende mogelijkheden.

Contacteer je ziekenfonds of de sociale dienst van de gemeente om je hiermee te helpen. Je vindt ook heel wat informatie op mantelzorgers.be.



Waar kan jij terecht voor ondersteuning?

Zorgen voor een ander, begint bij zorgen voor jezelf. Hoewel mantelzorg voldoening geeft, kan het fysiek en emotioneel zwaar zijn. Het zet je leven soms op z'n kop. Door voor jezelf te zorgen en je te laten ondersteunen, hou je de zorg langer vol.

Je kan bij verschillende instanties en personen terecht voor een luisterend oor en ondersteuning:

- Eén van de erkende mantelzorgverenigingen. Je vindt hun telefoonnummers achteraan in deze brochure. De mantelzorgverenigingen organiseren activiteiten, lotgenotencontacten en vormingen op maat.
- De dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds. Je vindt de telefoonnummers achteraan in deze brochure.
- Je huisarts
- Een eerstelijnspsycholoog
- Een Centrum Algemeen Welzijnswerk (CAW)
- Een Centrum Geestelijke Gezondheidszorg (CGG)
- Neem ook eens een kijkje op **mantelzorgers.be/ondersteuning** voor tips over zelfzorg en een overzicht van initiatieven om mantelzorgers te ondersteunen.

Referenties

Dagzorg

Dagcentrum DVC 't Dorp

J. Van Craenstraat 1

info@wzgvoorkempen.be

03 269 51 13

Assistentiewoningen

GAW Schuttershof

J. Van Craenstraat 3-5

schuttershof@schoten.be

03 680 32 51

03 680 32 53

Hof van Schoten

Botermelkdijk 282

hofvanschoten.info@vivaltohome.com

03 666 26 41

Woonzorgcentra

WZC Verbert- Verijdt

Verbertstraat 25

info@wzgvoorkempen.be

03 269 51 00

WZC Félicite

Vlinderlei 11

felicite.info@vivaltohome.com

03 207 19 70

WZC Koningshof

Botermelkbaan 4

koningshof@orelia.be

03 294 18 00

WZC Hof Van Schoten

Botermelkdijk 282

hofvanschoten.info@vivaltohome.com

03 666 26 41

“

Brigitte, 56j, zorgt voor haar echtgenoot en moeder

Mijn man en ik hebben een psychologe geraadpleegd. Dat was een zoektocht, want je zoekt een psycholoog met wie je een klik hebt en die je de juiste inzichten geeft. Je moet je laten begeleiden, want je kunt het niet allemaal alleen. Het is een proces waar je doorheen moet. In het begin vond ik dat een drempel. We zijn namelijk altijd zelfstandig geweest. Wij waren diegenen die andere mensen hielpen. Nu beseft ik dat mensen soms zitten te wachten op een vraag.



Activiteiten en mantelzorgvakanties

Op mantelzorgers.be/activiteiten vind je een kalender met ontspannende activiteiten en infosessies voor mantelzorgers. Zo kom je niet alleen even op adem, maar versterk je ook je veerkracht als mantelzorger en leer je tips om beter met de zorgsituatie om te gaan.

Behoeftte om er wat langer tussenuit te trekken? Dat kan met mantelzorgvakanties of aangepaste vakanties voor de zorgvrager. Je kan de zorg even uit handen geven aan vrijwilligers en zorgkundigen ter plaatse, terwijl je samen leuke activiteiten doet.

- Mantelzorgvereniging **Coponcho** organiseert vakanties voor mantelzorgers en hun zorgvragers.
mantelzorgvakanties@solidaris.be – 02 515 17 97
- Mantelzorgvereniging **Samana** organiseert vakanties voor mantelzorgers en hun zorgvragers en voor mensen met een chronische ziekte die hulp nodig hebben.
vakanties@samana.be – 02 246 64 64
- **Rode Kruis WOW** organiseert vakanties voor volwassenen (vanaf 18 jaar) met fysieke en/of mentale beperkingen, zowel alleen als in gezelschap van een partner, verzorger, vriend(in) of familielid.
wowvakanties@rodekruis.be – 015 44 35 10.

Ook een daguitstap doorbreekt de routine en brengt het vakantiegevoel dichterbij. Informeer voor toegankelijke daguitstappen bij je ziekenfonds, visitflanders.com of vlaanderen.be/inter. Contactgegevens van Interkantoren vind je achteraan in deze brochure.

Referenties

Lokale dienstencentra

LDC Cogelshof

03 269 53 66

Deuzeldlaan 49

ldc.cogelshof@wzgvoorkempen.be

Openingsuren:

elke werkdag van 9 tot 16 uur

Inloophuis Dementie in LDC Cogelshof

Het Inloophuis Dementie is een toegankelijk informatie- en ontmoetingspunt voor mensen met (een vermoeden van) dementie en hun naasten.

Het inloophuis is elke **eerste dinsdag** van de maand van **13.30 tot 16.30 uur** open.

Je bent welkom zonder afspraak!

LDC 't Dorp

03 269 51 58

Jozef Van Craenstraat 1

ldc.dorp@wzgvoorkempen.be

Openingsuren:

elke werkdag van 9 tot 16 uur

Contactgegevens

Heb je vragen over jouw mantelzorgsituatie? Nood aan een luisterend oor? Bel gratis naar de mantelzorglijn van één van de mantelzorgverenigingen. Deze zijn bereikbaar tijdens de kantooruren.

Mantelzorgverenigingen

Coponcho info@coponcho.be coponcho.be	02 515 02 63
Mantelzorgnetwerk mantelzorgnetwerk@samenferm.be mantelzorgnetwerk.com	016 24 49 49
Onbegrensd vzw onbegrensd@lm.be onbegrensd-lm.be	02 542 86 27
OKRA-Zorgrecht zorgrecht@okra.be okra.be	02 246 67 00
Steunpunt Mantelzorg info@steunpuntmantelzorg.be steunpuntmantelzorg.be	078 77 77 97
Samana De mantelzorgtelefoon, een luisterend oor voor mantelzorgers: Voor andere vragen: mantelzorg@samana.be samana.be	02 246 64 70 02 246 64 64

Diensten Maatschappelijk Werk van de ziekenfondsen

Heb je een vraag over het mantelzorgstatuut, financiële tegemoetkomingen of ondersteuningsmogelijkheden?

Neem dan contact op met de dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds.

CM zorglijn@cm.be cm.be	02 204 32 34
Solidaris solidaris.be Solidaris Antwerpen dmw.ant@solidaris.be	03 285 44 44
LM lm-ml.be LM Plus Antwerpen dmw_1@lmpius.be	03 206 35 20
Helan dmw@helan.be helan.be	02 218 22 22
Neutraal Ziekenfonds Vlaanderen dmw@nzvl.be nzvl.be	053 76 99 71
Vlaams & Neutraal Ziekenfonds dmw@vnz.be vnz.be	03 491 86 50

Psychosociale begeleiding

- TEJO** 03 664 52 23
04 76 75 18 23
Vordensteinstraat 45
info.schoten@tejo.be
- CAW Huis Antwerpen-Noord** 0800 13 500
Bredabaan 586
2170 Antwerpen
cawhuisnoord@cawantwerpen.be
- Huis van het Kind** 03 680 33 55
Sint- Cordulaplein 2
huisvanhetkind@schoten.be

Vervoer

- Mobitwin** 03 269 51 73
- Taxicheques Lokaal Bestuur Schoten**
thuiszorg@schoten.be
Administratief centrum 03 680 32 70
Verbertstraat 27
- Boodschappenvervoer LDC 't Dorp**
Jozef Van Craenstraat 1
ldc.dorp@wzgvoorkempen.be 03 680 32 50
- Handicar** 03 269 51 79
Deuzeldlaan 49
handicar.cogelshof@wzgvoorkempen.be

Overige

- VAPH** (Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap)
informatie@vaph.be
vaph.be **02 249 30 00**
- RVA** (Rijksdienst voor Arbeidsvoorziening)
contactformulier op rva.be/contact
rva.be **02 515 44 44**
- VDAB** (Vlaamse Dienst voor Arbeidsbemiddeling en Beroepsopleiding)
info@vdab.be
vdab.be **0800 30 700**
- RSVZ** (Rijksinstituut voor de Sociale Verzekeringen der Zelfstandigen)
rsvz.be **0800 12 018**
- Inter Vlaanderen**
vlaanderen.be/inter
info@inter.vlaanderen
- Dienstverlening Limburg, Vl.-Brabant, Brussel en Antwerpen regio oost**
hasselt@inter.vlaanderen **011 26 50 30**
- Dienstverlening Oost-Vlaanderen en Antwerpen regio west**
sint-niklaas@inter.vlaanderen **03 766 49 68**

Gabriel, 75j:

Het doet me deugd om met andere mantelzorgers te praten. Via de mantelzorgvereniging maakte ik vrienden die ook mantelzorger zijn. Een goed gesprek met elkaar doet wonderen. Je zit in een gelijkaardige situatie en kan daardoor goed praten over allerlei zaken die je tegenkomt.



NOTITIES

[illegible]



Meer info over mantelzorg en ondersteuning?

Surf naar mantelzorgers.be of neem contact op met één van de mantelzorgverenigingen, jouw ziekenfonds of de dienst Sociale zaken van het Lokaal Bestuur Schoten.

VIVEL vzw • info@vivel.be • www.vivel.be

V.U.: Caroline Verlinde • September 2025 • © VIVEL vzw 2025

Zeteladres: Lakensestraat 76, 1000 Brussel • BE 0720.947.550 • RPR Brussel

Aanpasbare versie – verantwoordelijkheid voor aanpassingen ligt bij de bewerker