

ZORG EN DIENSTEN AAN HUIS

# Open je deur voor ons!

Wij bieden jong en oud een waaier aan diensten om het leven thuis makkelijker te maken.



Ons **thuiszorgcentrum** biedt jong en oud een **uitgebreid aanbod diensten** om het huishouden niet te verwaarlozen en vooral, het leven thuis makkelijker te maken. Maar we trachten ook onvoorziene situaties een stap voor te zijn.



**SOCIALISTISCHE MUTUALITEIT**  
BRABANT

Toegankelijke gezondheid  
voor iedereen!

# Hulp aan huis

Onze diensten zijn er dagelijks om je te helpen en het je gemakkelijker te maken. Zo kun je zo lang mogelijk thuis blijven wonen.

## → Warme maaltijden

*Je warme maaltijd, thuis geserveerd!*

Wil je dagelijks een lekkere en gezonde driegangenlunch, zonder moeite? Dan ben je bij ons aan het juiste adres. We leveren een **gezonde en evenwichtige driegangenlunch met soep, hoofdgerecht en dessert** aan huis. Heb je vegetarische, vetarme, suiker- of glutenvrije voeding nodig? Geen probleem, wij passen ons menu aan.

Onze maaltijden worden steeds 's middags geleverd. Je kunt zelf kiezen hoe vaak je een maaltijd aan huis wil, van 3 tot 7 keer per week.

## → Gezinszorg

*Heb je een helpende hand nodig? Li-chaamsverzorging, koken, psychosociale ondersteuning ... je kunt bij ons terecht!*

Wordt het huishouden je wat te veel? **Dan kan onze gezinszorg je een helpende hand bieden!** Zo helpen onze verzorgenden je bij je persoonlijke verzorging (wassen, aankleden ...) en je huishouden (maaltijden bereiden, was en strijk doen, boodschappen doen ...). Voel je je wat minder goed in je vel? Dan kun je ook rekenen op psychosociale ondersteuning.

De financiële bijdrage voor je gezinszorg wordt bepaald door de overheid op basis van je gezinsinkomen en gezinslasten.

## Vind een nieuwe uitdaging in de zorg!

Ga je graag met mensen om en wil je je professioneel inzetten voor anderen? Hou je van een afwisselende job? Dan is de opleiding tot verzorgende/zorgkundige van Thuishulp vzw zeker iets voor jou!

## → Kraamzorg

Onze verzorgenden ondersteunen je ook voor en na je bevalling. Zo komen ze aan huis om je te helpen met de verzorging van je baby, de zorg voor je andere kinderen, lichte huishoudelijke taken, boodschappen enzovoort. Bovendien geven ze je nuttige tips!

## → Poetshulp

*Maak tijd voor jezelf, wij maken tijd voor jou!*

Heb je geen tijd of energie om je woning zelf te onderhouden? Geen nood, onze poetsdienst springt graag bij. **Onze medewerkers poetsen je woning, doen je was en strijk en lappen je ramen.** Onze poetsdienst werkt met dienstencheques. Dit is een door de overheid gesubsidieerd systeem, waarmee je tegen een voordelig tarief poetshulp kunt inschakelen. Bovendien zijn de dienstencheques fiscaal aftrekbaar en is je poetshulp verzekerd bij een ongeval.

**Deze dienst is beschikbaar voor iedereen, ongeacht de hulpbehoevendheid!**

☎ 078 15 60 30

## → Oppasdienst

*Wij laten je niet alleen!*

Onze vrijwillige oppassers verbreken de eenzaamheid met een luisterend oor of gewoon leuk gezelschap. Ze helpen je ook met dagelijkse bezigheden, voeren licht verzorgende taken uit en begeleiden je bij een wandeling of tijdens het boodschappen doen. Kortom, dankzij onze oppassers ben je niet alleen!

**Onze oppasdienst is alle dagen, dus ook in het weekend, beschikbaar.** De oppassers komen overdag of 's avonds langs. Ook nachtoppas behoort tot de mogelijkheden.

## → Mindermobielenvervoer

*Heb je een lift nodig? Een vrijwillige chauffeur brengt je!*

Ben je minder goed ter been? Heb je moeilijkheden om zelf te rijden of het openbaar vervoer te nemen? Dan kun je een beroep doen op onze vrijwillige chauffeurs. Zij geven je met hun eigen wagen **een lift naar onder meer het ziekenhuis, de dokter, vrienden of familie, de supermarkt en de kapper.** Onze chauffeurs helpen je ook bij het in- en uitstappen en begeleiden je, indien nodig, op je bestemming. Ritten moeten minstens 5 werkdagen op voorhand aangevraagd worden bij onze thuiszorgcentrale op 078 15 60 30.

## Vrijwilligers gezocht!

*Wil jij een handje helpen?*

Wij zijn continu op zoek naar vrijwilligers voor onze oppasdienst en ons mindermobielenvervoer. Heb je wat vrije tijd over? Wil je die graag besteden aan het helpen van anderen? Dan ben jij de geknipte vrijwilliger voor ons thuiszorgcentrum!

Wens je meer info?

- <https://www.fsmb.be/vrijwilligers>

- [www.thuisopvangbrabant.be](http://www.thuisopvangbrabant.be)

Je kunt ook mailen naar [vrijwilligers@fsmb.be](mailto:vrijwilligers@fsmb.be).



# Zorg aan huis

Wij stellen alles in het werk om zieken, mensen met een handicap, slachtoffers van een ongeval, bejaarden en palliatieve patiënten thuis te verzorgen. Onze diensten bieden algemene verzorging, zorg na een ziekenhuisopname, pre- en postnatale verzorging en palliatieve zorg.

## → Verpleging

Onze verpleegkundigen voeren alle medische handelingen uit waarvoor zij bevoegd zijn (lichaamsverzorging, inspuitingen, wondverzorging, dialyse enzovoort). De verzorging vindt **zowel in de week als in het weekend** plaats. Let wel, de patiënt dient de nodige geneesmiddelen en de uitrusting voor de voorgeschreven zorg zelf in huis te halen.

## → Logopedie

Logopedisten behandelen zowel kinderen als volwassenen met **spraak- en/of schrijfproblemen**. De communicatiestoornissen kunnen het gevolg zijn van neurofysiologische problemen (bv. na een beroerte) of van een ziekte (bv. Parkinson). Ze kunnen ook optreden na een chirurgische ingreep (bv. laryngectomie). Deze zorg wordt uitsluitend verstrekt op voorschrift van een specialist.

De Socialistische Mutualiteit Brabant geeft een tussenkomst van 5 euro per logopediesessie voor bepaalde pathologieën.

## → Kinesithherapie

Onze kinesitherapeuten verstrekken hulp bij **problemen met lichaamsbeweging** (reumatische aandoeningen, revalidatie na een heelkundige ingreep of ongeval enzovoort). Ze kunnen ook helpen bij de behandeling van ademhalingsproblemen, hart- en vaatziekten en aandoeningen van het zenuwstelsel. **Pre- en postnatale kine** wordt ook gegeven als de (toekomstige) mama zich niet kan verplaatsen.

Wij bieden een volledige terugbetaling van logopedie voor iedereen, van verpleegkundige zorg en kinesithherapie voor - 18-jarigen en van perinatale kinesithherapie voor + 18-jarigen. De remgelden van logopedie voor +18-jarigen wordt eveneens volledig terugbetaald.

## → Voetverzorging

Onze **pedicures** voorkomen of verzorgen voet- en teenaandoeningen (ingegroeide nagels, likdoorns, eelt, schimmel enzovoort). Een **podoloog** kan ook instaan voor hygiënische voetverzorging, maar is in de eerste plaats bevoegd om voetklachten te onderzoeken en evenwichts- en bewegingsproblemen op te lossen of te verzachten (zoals beendervervorming en verzwakking van de voetzool). Ook diabetespatiënten die aangepaste voetverzorging nodig hebben, kunnen terecht bij een podoloog.

De Socialistische Mutualiteit Brabant geeft een tussenkomst van 6,50 euro per pedicurebehandeling en 9,50 euro per podologiebehandeling.

## → Haarverzorging

Professionele kappers en kapsters komen aan huis voor een **ruim assortiment aan haarverzorging** voor vrouwen, mannen en kinderen.

## → Tandzorg

Als je niet naar de tandarts kunt gaan, sturen wij een van onze tandartsen naar je thuis voor de **meest courante verstrekkingen**. We kunnen er ook voor zorgen dat je met de hulp van onze dienst Mindermobielenvervoer toch langs kunt gaan bij een tandarts in een van onze medische centra César De Paepe.

**Dentimut First** biedt een kwaliteitsvolle dekking voor tandzorg, zonder meerprijs. Wie een nog uitgebreidere dekking wil, kan intekenen op **Dentimut Plus**, onze XXL tandverzekering.

## Praktische info

**Voor wie?** Iedereen die door zijn gezondheidstoestand zorg nodig heeft, kan een beroep doen op onze thuiszorgdiensten. Bel naar **078 15 60 30** om zorg aan huis aan te vragen.

**Voorwaarden?** Een doktersvoorschrift is noodzakelijk om deze thuiszorg te genieten. Het voorschrift moet vermelden dat de verzorging alleen thuis kan gebeuren wegens de gezondheidstoestand van de patiënt. Vervolgens geef je het doktersvoorschrift voor de paramedische zorg aan de zorgverstreker die bij jou aan huis komt.

**Hoelang?** Naargelang de noodzaak, kan thuiszorg zowel voor een korte als voor een lange periode verstrekt worden.

**Door wie?** Onze thuiszorg wordt verstrekt door gediplomeerde en ervaren zelfstandige zorgverleners. Zij krijgen permanente vorming, zodat zij zich steeds verder kunnen bekwamen in hun vak en op de hoogte kunnen blijven van de nieuwste technieken om patiënten te helpen.

**Prijs?** Wij willen patiënten **kwalitatieve en betaalbare zorg** bieden. Daarom passen wij de wettelijke tarieven toe voor alle verstrekkingen die onder de verplichte ziekte- en invaliditeitsverzekering vallen (zoals verpleging en kinesithherapie). Voor alle andere verstrekkingen (pedicure, kapper ...) werken wij op basis van tarieven die in een overeenkomst met de verstrekkers zijn vastgelegd.

Wil je meer weten? **078 15 60 30**  
[thuiszorgcentrum@fsmb.be](mailto:thuiszorgcentrum@fsmb.be)

Alle bijkomende info en voorwaarden betreffende onze voordelen vind je op [www.fsmb.be](http://www.fsmb.be). Je kunt ook langskomen in een van onze kantoren voor meer info.



# SOS-Mut

Wie zorgt er voor je kinderen, inwonende ouders, huisdieren en huishouden als je plots opgenomen wordt in het ziekenhuis of door een ongeval aan je bed gekluisterd bent? SOS-Mut is je redder in nood!

## → Thuisoppassing voor zieke kinderen (-15 jaar)

SOS-Mut past op je kind als hij of zij thuis moet blijven van school.

**Bij een onvoorziene ziekte van minstens 2 dagen, betaal je 1,50 euro/uur.** Als het thuisblijven gepland is, of als de plotse ziekte na één dag genezen is, betaal je 20 euro. Een oppasdag duurt steeds 9 uur, vanaf het 10e toezichtsuur, wordt altijd 10 euro/uur aangerekend.

## → Thuisonderwijs

Kan je kind twee weken of langer niet naar de lagere of middelbare school door een ongeval of plotse ziekte? Dan stuurt SOS-Mut een **leerkracht Nederlands, Frans, Engels of wiskunde aan huis.**

Je kind kan maximaal 3 uur per dag les volgen. Deze dienst is niet beschikbaar tijdens de schoolvakanties.

## → Huishoudhulp

SOS-Mut poetst je **leefruimte.** Je kunt onze huishoudhulp al vanaf de eerste dag van je ziekenhuisverblijf of immobiliteit inroepen.

## → Opvang van kinderen, ouders en huisdieren

SOS-Mut vangt je kinderen op, neemt de zorg van je inwonende, hulpbehoevende ouder over en brengt je huisdier naar een dierenpension.

Wanneer geen enkele verwant zich kan vrijmaken, brengt SOS-Mut je **kind** 's ochtends naar school en 's avonds weer naar huis. Daar komt een kinderoppassing dan voor je kind zorgen.

SOS-Mut brengt je **inwonende ouder** naar een door jou aangeduide verwant of helpt deze persoon om bij jou thuis te geraken om daar voor je ouder te zorgen. Als dit niet mogelijk is, kan een van onze hulpverleners de opvang van je ouder ook zelf voor zijn rekening nemen.

Als er niemand anders voor je **hond of kat** kan zorgen, brengt SOS-Mut je huisdier naar een dierenpension, waar het op onze kosten verblijft.

## Praktische info

**Wanneer?** Je kunt een beroep doen op huishoudhulp en opvang van kinderen, ouders en huisdieren via SOS-Mut bij een onvoorziene ziekenhuisopname van meer dan 2 dagen, bij een immobiliteit van meer dan 5 dagen door een ongeval of plotse ziekte en bij overlijden. Bij een kraamverblijf van meer dan 8 dagen kun je een beroep doen op huishoudhulp en kinderopvang via SOS-Mut.

**Prijs?** De diensten van SOS-Mut, met uitzondering van thuisoppassing voor zieke kinderen, worden **gratis** aangeboden aan de leden van de Socialistische Mutualiteit Brabant!

**Hoelang?** Alle diensten van SOS-Mut zijn beperkt tot 30 uur binnen een periode van een maand. Het vervoer van en naar school van je kind is beperkt tot 5 dagen binnen een periode van een maand.

**Hoe?** Je kunt de hulp van SOS-Mut inroepen via onze SOS-Mutlijn **02 546 15 90. Voor de thuisoppassing bij zieke kinderen kun je alle dagen de klok rond bellen,** voor de andere diensten van SOS-Mut kun je op werkdagen van 8 tot 17.30 uur terecht bij onze medewerkers.

## De Sociale Dienst

Dienst Maatschappelijk Werk (Vlaanderen) / Centrum Algemeen Welzijnswerk (Brussel)

Heb je vragen over sociale voordelen, financiële steun, de organisatie van zorg voor ouderen of personen met een beperking ...? Heb je nood aan hulp aan huis of in een voorziening? Wens je hulp bij de aanvraag van tegemoetkomingen of hulpmiddelen? Onze maatschappelijk werkers helpen je graag verder met deze en andere vragen! We luisteren, informeren, ondersteunen en begeleiden jou. Indien nodig verwijzen we je door naar gespecialiseerde diensten. Iedereen kan een beroep doen op onze hulp, maar ons aanbod is vooral gericht op personen die problemen ondervinden door handicap, ziekte, ouderdom of vanuit een sociale kwetsbaarheid.

## Wens je meer info?

- > Raadpleeg <https://www.fsmb.be/sociale-dienst>. Daar vind je ook onze gloednieuwe brochures.
- > Contacteer ons op het nummer 02 546 15 12.
- > Neem contact op met een van onze maatschappelijk werkers in je regio en maak een afspraak in je buurt of bij je thuis.
- > Kom langs op onze zitdagen.

Meer info m.b.t. de contactgegevens van onze maatschappelijk assistenten en zitdagen, vind je op <https://www.fsmb.be/sociale-dienst>.



# Medishop

De Medishop leent, verhuurt en verkoopt een uitgebreid gamma aan (para) medische producten voor lichaamsconditie, baby's, woningaanpassing, autonomie en bandagisterie.



Iedereen kan in de Medishop terecht om producten te kopen. Jong en oud, ziek en gezond, groot en klein ... **Iedereen vindt zijn gading in ons scherp geprijsde aanbod.** Ons professioneel advies krijg je er gratis bovenop.

**Leden van de Socialistische Mutualiteit Brabant krijgen een extra korting en kunnen ons materiaal ook gratis lenen of voordelig huren. Zo nemen dure toestellen met slechts een tijdelijk nut, zoals een afkolftoestel of ziekenhuisbed, geen grote hap uit je budget.**

De producten in onze Medishops in Leuven en Vilvoorde zijn opgedeeld in **5 grote thema's:**

## Mobiliteit en autonomie

Krukken, rolstoelen, incontinentiemateriaal ...

## Conditie en revalidatie

Hometrainers, oefenballen, braces, steunkousen ...

## Woningaanpassing

Ziekenhuisbedden, handgrepen, douchestoelen ...

## Baby

Luiers, verzorgingsproducten, afkolftoestellen ...

## Elektro

Bloeddrukmeters, aerosols, weegschalen, telefonie ...

## WAAR?

### Medishop Brussel

Zuidstraat 112-114

### Medishop Leuven

Schipvaartstraat 18 (gps: Brouwerijplein)

### Medishop Vilvoorde

Grote Markt 38

Producten uit onze Medishops kunnen ook besteld en afgehaald worden in de kantoren van de Socialistische Mutualiteit Brabant of voor een meerprijs aan huis geleverd worden.

**078 15 60 30 - [infomedishop@fsmbe](mailto:infomedishop@fsmbe)**

## Telemonitoring - BIOTEL

Dankzij het personalarmsysteem krijg je onmiddellijk hulp wanneer je in nood verkeert. Door een simpele druk op de knop word je doorverbonden met de alarmcentrale. Daarna komt de nodige hulp snel op gang. Je kunt het personalarmsysteem huren via onze Medishops voor 12 euro/maand. Rechthebbers op de verhoogde tegemoetkoming betalen 7 euro/maand.

**Wens je meer info? Contacteer ons via 078 15 60 30 of [infomedishop@fsmbe](mailto:infomedishop@fsmbe).**

## Gratis advies woningaanpassing

Thuis blijven wonen, is niet voor iedereen even gemakkelijk. Gelukkig kunnen woningen, zelfs met kleine ingrepen, aangepast worden aan de noden van ouderen of personen met een handicap.

### Je huis, een veilige thuis!

Woningen zijn zelden ontworpen om in te spelen op de specifieke behoeften van ouderen of personen met een handicap. Daardoor kan thuis wonen moeilijk, pijnlijk of zelfs gevaarlijk zijn. **Een aangepaste woning kan het ongevalrisico beperken, de zelfstandigheid in het dagelijkse leven bevorderen en een groter veiligheidsgevoel creëren.**

De ergotherapeuten van onze regionale dienstencentra komen graag bij je langs om je gratis aangepast en persoonlijk advies te geven over hulpmiddelen of woningaanpassing.

Vaak zijn enkele **kleine aanpassingen** al voldoende om je huis veiliger te maken. Naast de wenselijke aanpassingen in je woning, geven onze ergotherapeuten je ook **advies over hulpmiddelen of hulp voor jezelf.** Zo kunnen ze onze diensten voor gezinszorg of warme maaltijden voorstellen of aanraden om een wandelstok te gebruiken.

Voor de offertes en aanschaf van hulpmiddelen wordt natuurlijk samengewerkt met onze Medishop, zodat je zeker bent van kwaliteit tegen een scherpe prijs. Voor personen met een handicap die jonger zijn dan 65 jaar, werken we samen met het VAPH-team.

**Wil je meer info? 078 15 60 30 - [thuiszorgcentrum@fsmbe](mailto:thuiszorgcentrum@fsmbe).**



# Contact

Jouw persoonlijk contact

## Eén nummer voor alle zorg en hulp aan huis!

Heb je krukken, verpleging aan huis of hulp bij het poetsen nodig? Voor alle hulp en zorg aan huis kun je terecht op één centraal oproepnummer: **078 15 60 30**.

Onze thuiszorgcentrale is **alle dagen de klok rond bereikbaar** voor concrete hulp via ons thuiszorgcentrum of onze Medishop. Je kunt er aanvragen doen voor (para)medisch materiaal en eveneens verpleegkundigen, kinesisten of podologen aan huis boeken. Voor onze gezinszorg, poets- en oppasdienst en ons mindermobielenvervoer worden je gegevens genoteerd, waarna een een van onze medewerkers met jou contact zal opnemen. Bij eenvoudige zorg wordt het dossier direct doorgestuurd naar een zorgverstrekker. Bij een complexe zorgaanvraag neemt de centrale contact op met het regionaal dienstencentrum om je verder te helpen.

### Toegankelijke gezondheid voor iedereen

Met meer dan 85 kantoren in Brussel en Vlaams-Brabant staan we klaar waar onze leden ons nodig hebben. We luisteren, helpen, geven raad en zoeken oplossingen. Daarnaast ijveren we voor **kwalitatieve en toegankelijke zorg voor iedereen**. Dit vertaalt zich in concrete voordelen en diensten voor onze leden. We hebben immers een **aanbod op maat van elke leeftijd!** Al onze voordelen vind je op onze website **www.fsmb.be!**

**Ben je nog geen lid? Contacteer ons dan via [mail@fsmb.be](mailto:mail@fsmb.be) of loop langs in een van onze talrijke kantoren.**

## Regionale dienstencentra

Het thuiszorgcentrum heeft per arrondissement een regionaal dienstencentrum (RDC) dat erkend is door het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid.

Een **regionaal dienstencentrum** zorgt ervoor dat thuiszorg op een vlotte manier kan verlopen. De centrumleider bekijkt met jou en je omgeving hoe problemen aangepakt of voorkomen kunnen worden.

Onze regionale dienstencentra hebben drie kerntaken:

- Informatie, advies en begeleiding geven – Je kunt hier terecht met vragen over thuiszorg, materiële en immateriële hulpmiddelen (zoals ondersteunende technologie, woningaanpassing en personalarmsystemen).
- Thuiszorg coördineren – De centrumleider kan een overleg organiseren tussen de betrokken hulpverleners om de zorg aan huis zo vlot mogelijk te laten verlopen.
- Vormingen geven – Het regionaal dienstencentrum biedt informatiesessies en vormingen over thema's rond welzijn en gezondheid. Hierbij zijn mantelzorgers en vrijwilligers een belangrijke doelgroep.

### RDC Brussel

☎ 078 15 60 30  
Mussenstraat 17-19,  
1000 Brussel

### RDC Leuven

☎ 078 15 60 30  
Schipvaartstraat 18,  
3000 Leuven  
(gps: Brouwerijplein)

### RDC Halle-Vilvoorde

☎ 078 15 60 30  
Stationsstraat 1,  
1770 Liedekerke

Je kunt ook steeds mailen naar [thuiszorgcentrum@fsmb.be](mailto:thuiszorgcentrum@fsmb.be).

