

Wegwijs in het zorglandschap

1. Brede eerstelijns hulp

- [CAW](#): Centrum Algemeen Welzijnswerk (Per regio)
- Gemeentelijke diensten : Sociaal Huis, OCMW, Huis van het kind, Contactpunt, Loket,...
- [CKG](#): Centrum voor kinderopvang en gezinsondersteuning (begeleiding thuis, oudercursussen, dagopvang, residentiële opvang)
- [CGG](#): Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg
- [Thuiszorg](#): Gezinszorg, poetsen, karweitjes, oppashulp,...
- [Ziekenfondsen](#): Uitkeringen en zorgdiensten

2. Begeleiding en basisopvang voor kind/volwassenen

- 2.1. Onthaalmoeder | kinderkribbe | [Inclusieve kinderopvang](#) | BKO (Buitenschoolse Kinderopvang)
- 2.2. Bij (vermoeden van) handicap
 - [RTH](#): Rechtstreeks Toegankelijke Hulp (thuisbegeleiding, dagopvang, verblijf) [Zorgwijs](#)
 - [DOP](#): Dienst OndersteuningsPlan (vraagverduidelijking, versterking netwerk)
- 2.3. Handicap erkend door VAPH (Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap)
 - [Aanbod Minderjarigen](#): Multifunctioneel Centrum (begeleiding, dagopvang, verblijf)
 - [Aanbod Meerderjarigen](#) (begeleiding, dagopvang, verblijf)
 - Aanbod vinden: [Zorgwijs](#)

3. Tijdelijke opvang

- 3.1 In huiselijke kring
 - Oppas (babysit) voor zieke kinderen of kinderen met een handicap
 - ⇒ via ziekenfonds, gemeente, vereniging
 - ⇒ [Ondersteunende Pleegzorg](#) (eventueel eigen netwerk)
- 3.2 In professionele omgeving
 - Aanbod vinden: [Zorgwijs](#)
 - Respijteenheden voor ernstig zieke kinderen (maximaal 32 dagen/jaar) [De Limmerik](#), [Villa Rozerood](#), en [Villa Indigo](#)
- 3.3 Vrije tijd/vakantie
 - [G-Sport Vlaanderen](#)
 - [Vrijtijdsorganisaties erkend door VAPH](#)

4. Lotgenotencontact

- [Trefpunt zelfhulp](#) (meer dan 1500 verenigingen)
- [Mantelzorgverenigingen](#)
- [Magenta](#) (workshops voor ouders van een zorgenkind)

5. Andere nuttige links

- [Rechtenverkenner](#)
- [Mobiliteit](#) (regelingen voor mensen met een beperking)
- [Dienstencheques](#) (o.a. vervoer; moederschapshulp zelfstandigen)
- [Wijk-werkcheques](#) (o.a. oppas/begeleiding, karweien)
- [Vlaams expertisepunt Mantelzorg](#)
- [Prisma tool en opleidingen](#) (instrument voor draaglast-draagkracht)
- [Compensatieclausules](#) voor koppels bij ongelijke verdeling zorg

Wegwijs in het loopbaanlandschap

1. Eerstelijns hulp algemeen

[Centraal contactpunt VDAB:](#)

Bel gratis: **0800 30 700** (elke werkdag van 8 tot 19 uur)

Bel vanuit het buitenland (betalend): +32 2 508 38 11

E-mail: info@vdab.be

2. Oriëntatie en begeleiding

2.1 Voor werknemers en zelfstandigen

- [Loopbaancheques](#)
- [Loopbaancentrum](#)
- [Loopbaancoach Loopbaan met zorg](#)

2.1. Voor niet-werkende werkzoekenden:

[Alles om je te oriënteren | VDAB](#)

Vraag naar een bemiddelaar voor begeleiding

3. Opleiding

- [Volwassenonderwijs](#)
- [Vlaams opleidingsverlof \(VOV\)](#) en [Opleidingscheques](#)
- [Tijdskrediet en opleidingskrediet om een opleiding te volgen](#)
- [Rechtenverkenner onderwijs en vorming](#)

4. Solliciteren

- [E-coaching](#)
- [Jobsites](#)
- [VDAB webpagina solliciteren](#)

5. Verlofstelsels

- [Tool P5](#) | Duurzaam door doseren: verlofstelsels
- Vakbond
- In je organisatie/ bedrijf: personeelsdienst, leidinggevende

6. Ontslag door de werkgever

- Vakbond
- [Outplacement](#) en [outplacementbureaus](#)

7. Aan de slag als zelfstandige

- [Tool O8](#) Aan de slag als zelfstandige
- [Springplank](#): eigen zaak met behoud van uitkering

8. Flexibele jobs

- [VDAB](#): kortlopende/tijdelijke jobs
- Uitzendkantoren

9. Andere nuttige links

- [Quickscan gezinscompetenties](#)
- [Projecten combi werk en zorg](#)