

# 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) [Wegwijzer VAPH](#)
  - [DOP](#): Dienst OndersteuningsPlan (vraagverduidelijking, versterking netwerk)
- 2.3. Handicap erkend door VAPH (Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap)
  - [MFC](#): Multifunctioneel Centrum (begeleiding, dagopvang, verblijf)
  - [FAM](#): Flexibel Aanbod Meerderjarigen (begeleiding, dagopvang, verblijf) [Wegwijzer VAPH](#)
  - [PVF](#) persoonsvolgende financiering

## 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
  - In [MFC](#) (minderjarigen) of [FAM](#) (meerderjarigen)
  - [Respijteenheden voor ernstig zieke kinderen](#) (maximaal 32 dagen/jaar)
- 3.3 Vrije tijd/vakantie
  - [G-Sport Vlaanderen](#)
  - [Vrijtijdsorganisaties erkend door VAPH](#)

## 4. Lotgenotencontact (ouders en kinderen)

- [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](mailto: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:

[Werkwinkel](#)

Vraag naar een bemiddelaar voor begeleiding

### 3. Opleiding

- [Volwassenonderwijs](#)
- [Betaald educatief verlof](#) en [Opleidingscheques](#)
- [Tijdskrediet met motief: erkende opleiding volgen](#)
- [Rechtenverkenner onderwijs en vorming](#)

### 4. Solliciteren

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

### 5. Verlofstelsels

- [Tool P5](#) | Duurzaam door doseren: verlofstelsels
- [RVA](#)
- [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](#)
- Mantelzorgvriendelijk ondernemen [Howest](#)