

## Tips voor het aanvragen van hulp en hulpmiddelen

Wanneer je een fysieke beperking hebt of chronisch ziek bent, kan het zijn dat je hulpmiddelen moet aanvragen of aanpassingen in en om je huis nodig hebt. Het kan zelfs zijn dat je moet verhuizen. Dit zijn allemaal zaken die je vaak niet één, twee, drie kunt regelen. Miriam, die zelf MS heeft, geeft handige tips, die jou kunnen helpen om de weg naar hulp makkelijker te maken.

### WMO-loket gemeente

De eerste plek waar je aan denkt om hulp aan te vragen is het WMO-loket in jouw gemeente. Dat is de plek voor het aanvragen van een rolstoel, traplift, huishoudelijke hulp enzovoort. WMO staat voor Wet maatschappelijke ondersteuning, de wet die de vergoeding van deze hulp en hulpmiddelen regelt.

NB Onder 'hulpmiddelen' wordt ook verstaan: vervoer (regiotaxi en Valys), een gehandicaptenparkeerkaart, een gehandicaptenparkeerplaats voor het huis en huishoudelijke hulp, maar ook hulp en ondersteuning bij het zoeken van externe hulp, zoals opvang en dergelijke.

### Plan van aanpak met ergotherapeut

Voordat je bij het WMO-loket hulp gaat aanvragen is het verstandig om na te denken wat voor hulp je precies nodig hebt. Je kan een ergotherapeut inschakelen om met je mee te denken en advies te geven.

Vanuit de basisverzekering wordt 10 uur hulp van een ergotherapeut vergoed. Houd er wel rekening mee dat dit bedrag van je eigen risico afgaat. (Dit is landelijk bepaald en geldt voor alle zorgverzekeringen.) En kies een ergotherapeut die verstand heeft van de WMO, want niet elke ergotherapeut heeft dat. Vaak vraagt de ergotherapeut om een verwijsbrief van de huisarts of specialist. Als je aangeeft dat het om hulpmiddelen gaat, zijn de meeste artsen wel bereid om je zo'n verwijsbrief te geven.

Stel samen met de ergotherapeut een plan van aanpak op waarbij jullie expliciet aangeven wat voor hulp en/of hulpmiddelen je precies nodig hebt. Handig hierbij is de powerkaart van SupportMagazine (<https://supportmagazine.nl/wmo-tools/>). Deze geeft daar handige tips over en legt ook uit wat het verschil is tussen hulp in natura of via een PGB (persoonsgebonden budget). (De kaarttekst is online te vinden, maar als je de kaart echt wilt hebben, moet je een abonnement nemen op Supportmagazine.)

De gemeente en de WMO-leverancier zijn verplicht om jouw plan van aanpak op te volgen. Als je zelf zo'n plan maakt, loop je minder risico om afgescheept worden met "afdankertjes" uit het magazijn van de leverancier. Gemeentes en WMO-leveranciers gaan namelijk vaak uit van de goedkoopste oplossing en niet van jouw hulpvraag. Uiteraard kost het maken van dit plan tijd en energie, maar het resultaat zal beter zijn dan als je rechtstreeks via de WMO jouw vraag indient zonder onderbouwing.

## **WMO, PGB, zorgverzekering of zelf betalen?**

Bedenk ook of je uit de voeten kunt met een product van de WMO-leverancier of dat je het product via een PGB moet aanschaffen. Er zijn ook hulpmiddelen die niet via de WMO gaan, maar bijvoorbeeld via je zorgverzekering. En er zijn ook hulpmiddelen die niet vergoed worden maar die je zelf moet betalen, zoals bijvoorbeeld trippelstoelen, beugels voor in de badkamer of rollators. De medewerker van het WMO-loket van de gemeente zal dit aangeven.

## **Aanvraag andere woning**

In elke regio werken diverse woningbouwverenigingen, die elk een eigen manier van werken hebben. Het toegewezen krijgen van een aangepaste woning zal in deze tijd met een chronisch tekort aan beschikbare woningen sowieso erg lastig zijn. Het is wél mogelijk, maar je moet goed beslagen ten ijs komen. Zorg dat alle communicatie op papier staat (e-mail is ook rechtsgeldig). Noteer altijd de namen van mensen die je aan de telefoon krijgt, zodat je altijd kunt terugverwijzen naar deze persoon. Regel een bewijs via je specialist, ergotherapeut of andere medische deskundigen over de noodzaak van aanpassing of een andere woning. Met een brief waarin zij aangeven waarom dit voor jou nodig is, sta je sterker en zal men eerder geneigd zijn jou te helpen. NB: Dit is geen standaardbrief, maar een brief waarin jouw dokter of specialist op neutrale wijze vermeldt waarom jij deze hulpvraag hebt, zonder in te gaan op medische details, want dat is iets tussen jou en je arts.

Volg verder de stappen die eerder genoemd zijn voor het aanvragen van een hulpmiddel. Zorg dat de WMO jouw aanvraag voor een andere woning ondersteunt. En laat dat zwart op wit zetten. Neem contact op met jouw woningbouwvereniging en start de aanvraagprocedure voor een aangepaste woning met jouw plan van eisen, conform hetgeen de ergotherapeut aangeeft. Want misschien heb jij alleen maar een benedenwoning nodig of een appartement in een gebouw waar ook een lift is. Het kan echter ook zijn dat jij een volledig aangepaste woning nodig hebt, met complete aanpassingen in keuken, badkamer en toegang. Hou ook rekening met de toekomst. Hoe sta je ervoor over een jaar, en over vijf jaar? Ga uit van je slechtste dag, want ook op zulke dagen heb je jouw hulp nodig.

## **Handige sites en ondersteuning**

Er zijn verschillende organisaties die ondersteuning kunnen geven. We zetten de belangrijkste hier op een rij.

**Scouters** geeft handige tips: <https://www.scouters.nl/nieuws/7-tips-aanvragen-hulpmiddel/>

**Stichting MEE** biedt cliëntondersteuning: <https://www.mee.nl/>

### **Gemeentelijke adviesraden**

- Amersfoort: <https://www.amersfoort.nl/bestuur-en-organisatie/to-3/denktank-inclusieve-stad-.htm>
- Soest heeft op dit moment geen adviesraad
- Zeist: <https://www.zeist.nl/zorg-onderwijs-en-inkomen/adviesnetwerk-zeist>

### **Ergotherapie Nederland**

Via de site van Ergotherapie Nederland kun je een ergotherapeut in de buurt vinden:  
<https://ergotherapie.nl/zoek-een-ergotherapeut/>

### **Regelhulp**

Website van de overheid over het regelen van zorg en hulp: <https://www.regelhulp.nl/>

### **WMO-loket van de gemeente**

- WMO Amersfoort: <https://www.amersfoort.nl/bericht/toegankelijke-zorg-en-ondersteuning.htm>
- WMO Soest: <https://www.soest.nl/zorg-werk-en-inkomen/hulp-vanuit-de-wmo>
- WMO Zeist: <https://www.zeist.nl/zorg-onderwijs-en-inkomen/zorg/wet-maatschappelijke-ondersteuning>