

# Digisterker door doen!

THEMAHOOFDSTUK

Regelhulp



## Let op!

Staat er in dit werkboek informatie die niet klopt? Dan is Stichting Digisterker daar niet verantwoordelijk voor. We hebben de informatie in dit werkboek met zorg samengesteld. En we vernieuwen de informatie als dat nodig is. Maar u kunt er niet van uitgaan dat de informatie overal in dit werkboek helemaal compleet, nieuw en juist is.

U mag de informatie in dit werkboek niet zomaar kopiëren of verspreiden. U moet daarvoor eerst toestemming vragen aan Stichting Digisterker.

## Regelhulp

### Wanneer u dit hoofdstuk heeft doorlopen, dan

- heeft u kennis gemaakt met de website [regelhulp.nl](https://www.regelhulp.nl);
- heeft u geoefend met het zoeken van informatie op [regelhulp.nl](https://www.regelhulp.nl);
- kunt u met meer zelfvertrouwen zorg of andere hulp regelen.



In dit hoofdstuk gaat u de website [regelhulp.nl](https://www.regelhulp.nl) gebruiken. Hieronder leest u wat Regelhulp is en welke informatie te vinden is op Regelhulp.

### Heeft u hulp of zorg nodig?

Soms heeft u zorg of andere hulp nodig, zoals in de volgende situaties:

- U of iemand uit uw gezin is erg ziek of heeft een handicap.
- U kunt uw rekeningen niet meer betalen. Of u vindt het moeilijk om uw geldzaken te regelen.
- U heeft problemen in uw gezin, bijvoorbeeld bij de opvoeding van uw kinderen.

Soms kunt u een probleem oplossen met hulp van mensen uit uw familie of omgeving. Maar soms ook niet. Dan kunt u om hulp vragen bij de overheid. Daar gelden wel bepaalde regels voor. U krijgt bijvoorbeeld alleen hulp als u het probleem niet anders kunt oplossen. Soms kan dat namelijk wel, maar wist u dat misschien nog niet.

### Wat is Regelhulp?

Heeft u hulp nodig? Dan kan Regelhulp u vaak verder helpen bij het vinden van goede oplossingen. Regelhulp is een website van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Het adres is: [regelhulp.nl](https://www.regelhulp.nl).

### Welke informatie vindt u op Regelhulp?

Op Regelhulp vindt u informatie over verschillende problemen en mogelijke oplossingen. U vindt er bijvoorbeeld informatie over oplossingen in zorg, vervoer, onderwijs, werk, opvoeding, financiën en vrije tijd. Ook vindt u er verschillende organisaties die u kunnen helpen. Bijvoorbeeld organisaties die zorg regelen of advies geven.




### Werken met Regelhulp: wat heeft u nodig?

- Een computer, laptop, tablet of mobiele telefoon met een veilige internetverbinding.



### Hoe gebruikt u Regelhulp?

Wilt u Regelhulp gebruiken? Dan doet u dat in een aantal stappen. Hieronder ziet u een korte uitleg. Daarna leggen we met hulp van een voorbeeld uit wat u per stap moet doen.

- 1** **Ga naar regelhulp.nl**  
Ga naar de website [regelhulp.nl](https://regelhulp.nl). Bekijk de startpagina: Waar gaat deze website over? Wat kunt u ermee?  

- 2** **Kies op welke manier u gaat zoeken**  
U kunt op verschillende manieren zoeken: via 'Wie?', 'Wat?', 'Hoe?' of het zoekvakje. Kies welke manier het beste bij uw situatie past.  

- 3** **Zoek hulp via 'Wat?'**  
U gaat naar hulp zoeken via 'Wat?'. Klik op een thema dat bij de situatie past. Klik dan het juiste onderwerp aan.  


## Hoe leggen we Regelhulp uit?

Om u uit te leggen hoe Regelhulp werkt, volgen we de stappen met een voorbeeld. Het voorbeeld gaat over mevrouw Pol, die hulp wil bij het stofzuigen en het schoonmaken van de ramen.

### Voorbeeld: Mevrouw Pol zoekt hulp bij het stofzuigen en het schoonmaken van de ramen

Mevrouw Pol (80) woont zelfstandig. Haar man is 6 jaar geleden overleden. Het liefst blijft ze zo lang mogelijk zelfstandig wonen. Dat is heel lang goed gegaan. Maar de laatste tijd gaat het huishouden doen steeds minder goed. Ze kan niet meer zo goed zelf stofzuigen. Ook heeft ze steeds meer moeite met het schoonmaken van de ramen. Ze wil daar graag hulp bij. Maar ze kent niemand uit haar omgeving die haar kan helpen.

Mevrouw Pol gaat naar de website [regelhulp.nl](http://regelhulp.nl). Op deze website kan ze via 'Wat?' opzoeken wie haar kan helpen.

### Wat moet u doen?

We gaan uit van het voorbeeld van mevrouw Pol. Het is de bedoeling dat u op uw computer meedoet. U doet dus even alsof u mevrouw Pol bent.



## Stap 1: Ga naar regelhulp.nl

Stel: u bent mevrouw Pol. U weet dat u hulp kunt vinden via Regelhulp. Ga naar de website [regelhulp.nl](https://regelhulp.nl).

Let op: om de hele startpagina te kunnen bekijken kunt u het grijze schuifbalkje verder naar beneden bewegen. Zie de pijl in de afbeelding hieronder. Bekijk wat u allemaal op deze website kunt doen.



### Let op!

Het is verstandig om te controleren of de website inderdaad van Regelhulp is. Controleer ook of er een veilige verbinding is tussen uw computer en de website. Dit kunt u controleren met het hangslotje (of ander icoon) in de adresbalk van de browser.

The screenshot shows the homepage of the 'Regelhulp' website. At the top, there is a logo for the 'Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport'. Below the logo is a search bar with the text 'Zoeken' and a magnifying glass icon. The main content area is green and features a white box with the text: 'Heeft u zorg of ondersteuning nodig? Regelhulp laat zien wat er kan. En hoe u zorg of hulp regelt. Ook worden de zorgwetten uitgelegd.' Below this text is a link: '> Over deze website'. The page is divided into three columns: 'Wie?' (Who?), 'Wat?' (What?), and 'Hoe?' (How?). Each column contains a brief description of the service. Below these columns is a section titled 'Regelhulp is een wegwijzer van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.' followed by a row of ten circular icons representing different groups of people. The next section is 'Uitgelicht' (Highlighted), which contains three articles: 'Cliëntondersteuning', 'Mantelzorg', and 'Wet- en regelgeving'. The final section is 'Nieuws' (News), which contains three news items: 'Ouderbetrokkenheid binnen zorg en welzijn stimuleren met het Grote Participatiespel', 'Oproep: SMI voor de kinderopvang', and 'Wereld ME-dag'.



## Stap 2: Kies op welke manier u gaat zoeken

Op de website kunt u op verschillende manieren informatie vinden:

- A. Via 'Wie?'. Zie de letter A in de afbeelding hieronder.
- B. Via 'Wat?'. Zie de letter B in de afbeelding hieronder.
- C. Via 'Hoe?'. Zie de letter C in de afbeelding hieronder.
- D. Via de 'Zoek'-mogelijkheid. Het zoekvakje staat rechts bovenaan het scherm. Hier staat 'Zoeken', zie letter D. U klikt in het vak en typt in waar u precies naar op zoek bent.

The screenshot shows the 'Regelhulp' website. At the top right, there is a logo for the 'Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport'. Below this is a purple navigation bar with the text 'Regelhulp' on the left and a search bar on the right containing the text 'Zoeken' and a magnifying glass icon. A circle labeled 'D' highlights the search bar. Below the navigation bar is a green main content area with a white text box containing the text: 'Heeft u zorg of ondersteuning nodig? Regelhulp laat zien wat er kan. En hoe u zorg of hulp regelt. Ook worden de zorgwetten uitgelegd.' and a link '> Over deze website'. Below the green area is a grey footer area with three columns of content. Each column has a circular icon labeled 'A', 'B', or 'C' above it. Column A is titled 'Wie?' and describes searching for care provisions by target group. Column B is titled 'Wat?' and describes searching by theme. Column C is titled 'Hoe?' and describes how to regulate care and who can help.

### Welke manier is voor u het handigst?

U kunt dus op verschillende manieren informatie zoeken. Maar welke manier is het handigst? Dat hangt van uw situatie af.

#### A. Zoeken via 'Wie?'

In de volgende situaties kunt u het beste zoeken via 'Wie?':

- U heeft zelf zorg nodig en wilt hier meer over weten.
- Uw kind heeft zorg nodig en wil hier meer over weten.
- U wilt een overzicht van oplossingen die passen bij uw situatie.

#### B. Zoeken via 'Wat?'

In de volgende situatie kunt u het beste zoeken via 'Wat?':

- U heeft zorg nodig en wil weten welke soorten hulp er voor uw situatie is.

#### C. Zoeken via 'Hoe?'

In de volgende situatie kunt u het beste zoeken via 'Hoe?':

- U heeft zorg nodig maar u weet niet hoe deze zorg kunt krijgen. Of u krijgt de juiste zorg niet georganiseerd.

#### D. Zoeken via de 'Zoek'-mogelijkheid van de website

In de volgende situaties kunt u het beste zoeken via het zoekvakje:

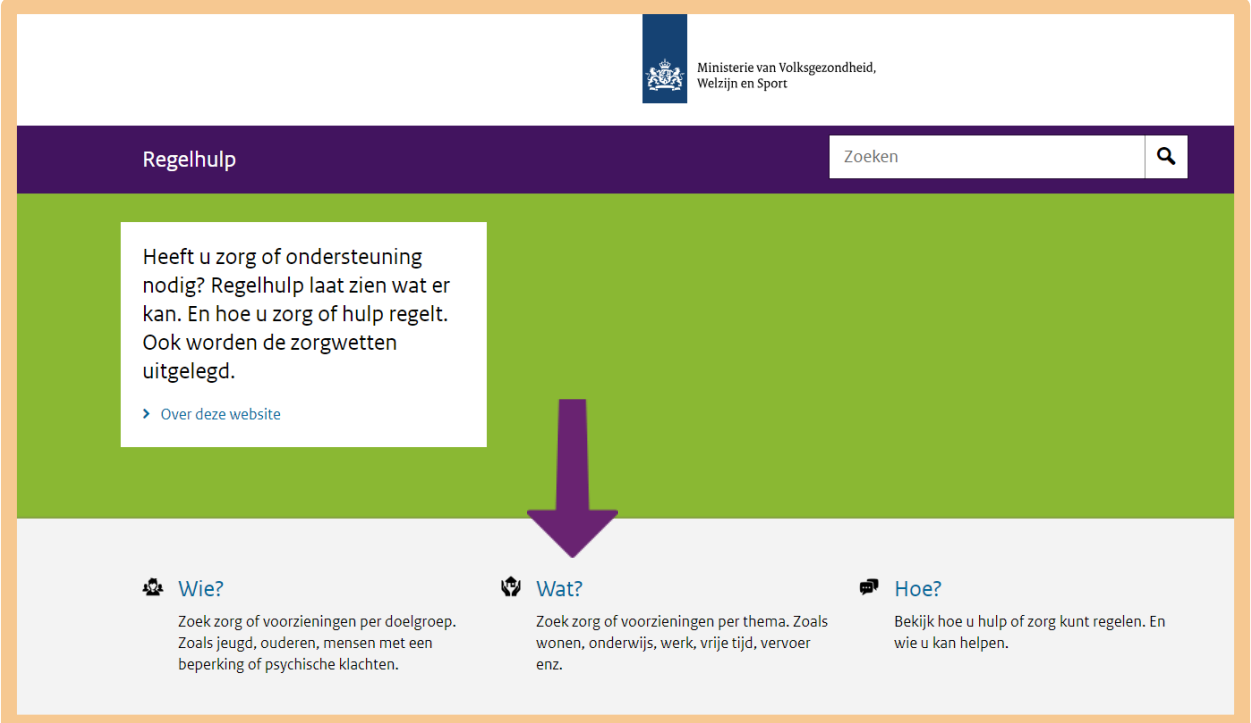
- U weet precies wat u zoekt. Bijvoorbeeld 'hulp bij het huishouden' of 'boodschappen laten bezorgen'.
- Vindt u via 'Wie?', 'Wat?' of 'Hoe?' niet de informatie die u zoekt? Typ in het zoekvakje dan zo precies mogelijk in wat u zoekt.



**Kies in het voorbeeld voor zoeken via 'Wat?'**

Mevrouw Pol weet al waar ze hulp bij nodig heeft, namelijk bij het stofzuigen en het schoonmaken van de ramen. Daarom kan ze het beste zoeken via 'Wat?'.

Klik dus op **Wat?** (zie de pijl hieronder).



Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

Regelhulp Zoeken

Heeft u zorg of ondersteuning nodig? Regelhulp laat zien wat er kan. En hoe u zorg of hulp regelt. Ook worden de zorgwetten uitgelegd.  
> [Over deze website](#)

**Wie?**  
Zoek zorg of voorzieningen per doelgroep. Zoals jeugd, ouderen, mensen met een beperking of psychische klachten.

**Wat?**  
Zoek zorg of voorzieningen per thema. Zoals wonen, onderwijs, werk, vrije tijd, vervoer enz.

**Hoe?**  
Bekijk hoe u hulp of zorg kunt regelen. En wie u kan helpen.



### Stap 3: Zoek hulp via 'Wat?'

U ziet nu een scherm met verschillende thema's. Mevrouw Pol woont zelfstandig en heeft hulp thuis nodig. Klik bij de pijl op **Zorg & ondersteuning**.


The screenshot shows the 'Regelhulp' website interface. At the top, there is a logo for the 'Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport'. Below the logo is a navigation bar with 'Regelhulp > Onderwerpen > Wat?' and a search icon. The main content area has a green header with the question 'Wat voor soort zorg, ondersteuning of voorzieningen zoekt u?'. Below this, there are six categories of care and support, each with a brief description:

- Zorg & ondersteuning**: Overzicht van hulp en zorg thuis, zoals thuiszorg, begeleiding in het dagelijks leven en hulpmiddelen.
- Jeugd & gezin**: Overzicht van hulp bij de opvoeding en/of bij problemen in het gezin.
- Onderwijs**: Overzicht van onderwijsvoorzieningen voor kinderen, jongeren en studenten met een ziekte of beperking.
- Vervoer**: Overzicht van vervoersvoorzieningen, rolstoel en scootmobiel voor privé, onderwijs of werk.
- Werk**: Overzicht van voorzieningen voor mensen met een beperking op het gebied van werk.
- Wonen met zorg**: Overzicht van woonvormen met zorg (van zelfstandig tot zorginstelling).
- Ontspanning**: Overzicht van voorzieningen vrije tijd, mensen ontmoeten, sporten en op vakantie.

At the bottom of the page, there are two columns of links:

- Service**:
  - > Contact
  - > Sitemap
  - > Archief
  - > Documenten
- Over deze site**:
  - > Copyright
  - > Privacy
  - > Cookies
  - > Toegankelijkheid
  - > Kwetsbaarheid melden


Mevrouw Pol wil hulp bij het stofzuigen en het schoonmaken van de ramen. Klik daarom op **Hulp bij het huishouden** (zie pijl hieronder).



Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport


Regelhulp > Onderwerpen > Hulp en zorg thuis


Q


Hulp en zorg voor mensen met een ziekte of beperking die zelfstandig willen (blijven) wonen.


 **Hulp bij het huishouden**  
Opruimen, schoonmaken en een oogje in het zeil

 **Klusjes in en om huis**  
Praktische klussen zoals een lamp ophangen en in de tuin werken

 **Hulp bij maaltijden**  
Hulp bij het bereiden van maaltijden en/of het eten en drinken

 **Begeleiding**  
Praktische begeleiding, bijvoorbeeld bij de administratie

 **Verpleging en verzorging thuis**  
Zorg van de wijkverpleegkundige

 **Geestelijke verzorging thuis**  
Gesprekken over levensvragen en zingeving

**Misschien ook interessant voor u?**

**Hulpmiddelen**  
Hulpmiddelen kunnen bijdragen aan (langer) blijven zelfstandig wonen.

**Mantelzorg**  
Informatie voor mantelzorgers (mensen die hun naaste verzorgen)

**Dagbesteding en logeren**  
Dagbesteding en/of logeren kan helpen om langer thuis te blijven wonen.

**Regelgeving**


**Zorg thuis: vanuit welke wet?**  
Zorg thuis kan vanuit verschillende wetten georganiseerd worden: de Wmo, Zvw of Wlz. Hoe zit dat in uw situatie?

**Extra zorg thuis nodig**  
Overzicht van mogelijkheden als uw huidige zorg thuis niet meer voldoende is.


**Zie ook**

- > [Hulp of zorg van een vrijwilliger](#)
- > [Vrije tijd en ontspanning](#)  
Onderwerp

- 9 -



Onderstaande pagina verschijnt. U kunt hier lezen hoe u huishoudelijke hulp kunt regelen. En ook op welke manieren uw huishoudelijke hulp vergoed kan worden (zie de pijlen hieronder).


Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

Regelhulp > Onderwerpen > Hulp en zorg thuis >
Q

## Hulp bij het huishouden

Huishoudelijke hulp is bijvoorbeeld hulp bij het schoonmaken, opruimen of de afwas doen. Heeft u deze hulp nodig vanwege een ziekte of beperking? Dan kunt u een vergoeding aanvragen.

➔

### Hoe is huishoudelijke hulp geregeld?

Huishoudelijke hulp kan via de gemeente of het zorgkantoor georganiseerd worden. Waar u moet zijn, is afhankelijk van uw situatie.

- Krijgt u of uw kind [zorg vanuit de Wet langdurige zorg \(Wlz\)](#)? Dan valt huishoudelijke hulp onder de Wlz. Ook als de Wlz-zorg bij u thuis wordt geleverd. U kunt hiervoor bij uw zorgkantoor terecht.
- In andere situaties kunt u bij uw gemeente terecht.

➔

### Huishoudelijke hulp via de gemeente

De gemeente biedt deze ondersteuning op grond van de Wet maatschappelijke ondersteuning 2015 (Wmo). Daarbij gelden deze voorwaarden:

- U bent 18 jaar of ouder, en
- U heeft géén recht op Wlz-zorg, en
- U heeft hulp nodig vanwege een ziekte, beperking of hoge leeftijd, en
- Mensen in uw omgeving kunnen niet genoeg hulp bieden (bijvoorbeeld uw partner, eventuele kinderen, familie of anderen).

De gemeente kan nog extra voorwaarden stellen. Dit verschilt per gemeente.

### Huishoudelijke hulp via het zorgkantoor

Woonst u in een zorginstelling, zoals een verpleeghuis of een instelling voor gehandicaptenzorg? Dan zorgt de instelling voor het schoonmaken van uw woonruimte.

Krijgt u Wlz-zorg thuis? Ook dan valt huishoudelijke hulp onder de Wlz-zorg. Dat gaat bijvoorbeeld om het huis schoonmaken, maaltijden klaarmaken, de was doen, strijken, enzovoort.

➔

### Kunt u zelf kiezen vanuit welke wet u huishoudelijke hulp wilt?

Nee, dat kan niet. Uw situatie en uw zorgvraag bepalen onder welke wet uw zorg en ondersteuning valt.

Als u nog geen zorg krijgt, kunt u zich melden bij uw gemeente. Daar wordt u verder geholpen.



Het kan zijn dat u na het lezen van de informatie bij 'Hulp bij het huishouden', nog vragen heeft. U wilt bijvoorbeeld weten of uw gemeente iets voor u kan betekenen. Kijk dan op de website van uw gemeente.

## Anders zoeken

U heeft geoefend met zoeken via 'Wat?'. Maar soms is een andere manier van zoeken handiger.



### Precies zoeken via het zoekvakje

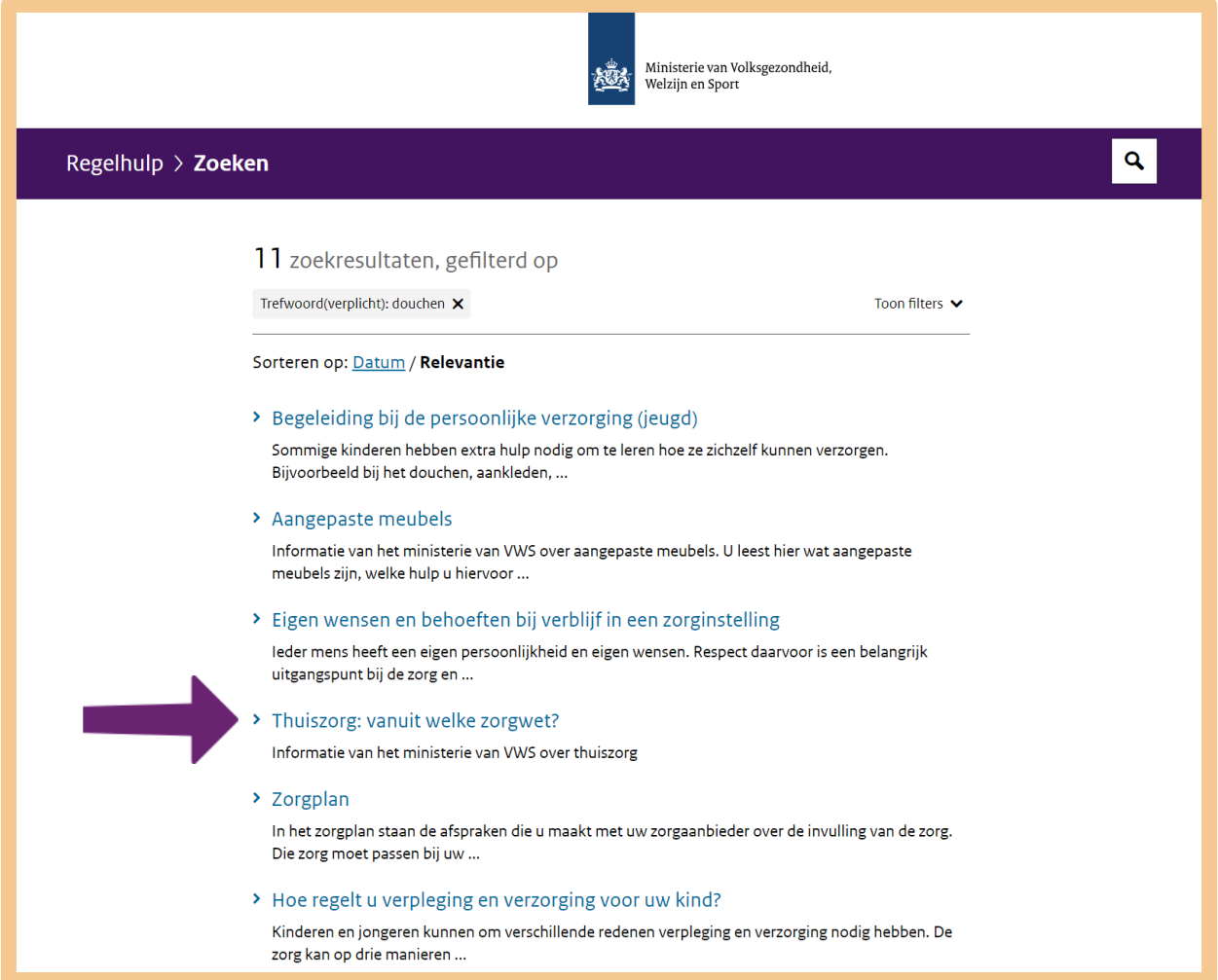
Weet u precies wat voor hulp u zoekt? Of bij welke organisatie? Dan kunt u het beste zoeken via het zoekvakje rechts bovenaan de website. U komt dan sneller bij wat u precies zoekt. Klik in het witte vak.

The screenshot shows the top navigation bar of the 'Regelhulp' website. The logo of the 'Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport' is in the top right. Below it, the word 'Regelhulp' is written in white on a dark purple background. To the right of 'Regelhulp' is a search bar with the placeholder text 'Zoeken' and a magnifying glass icon. A large purple arrow points from the 'Regelhulp' text towards the search bar. Below the navigation bar is a green banner with a white text box containing the following text: 'Heeft u zorg of ondersteuning nodig? Regelhulp laat zien wat er kan. En hoe u zorg of hulp regelt. Ook worden de zorgwetten uitgelegd.' Below this text is a blue link: '> Over deze website'. At the bottom of the page, there are three columns of content: 'Wie?' (Zoek zorg of voorzieningen per doelgroep. Zoals jeugd, ouderen, mensen met een beperking of psychische klachten.), 'Wat?' (Zoek zorg of voorzieningen per thema. Zoals wonen, onderwijs, werk, vrije tijd, vervoer enz.), and 'Hoe?' (Bekijk hoe u hulp of zorg kunt regelen. En wie u kan helpen.).

U zoekt bijvoorbeeld hulp bij het douchen. Dan typt u in het zoekvakje 'douchen' in (zie pijl A hieronder). Daarna drukt u op **Enter** of u klikt op het **vergrootglas** (zie pijl B hieronder).

This screenshot is identical to the previous one, but with additional annotations. A purple circle labeled 'A' is positioned above the search bar, with a purple arrow pointing to the search bar. Another purple circle labeled 'B' is positioned to the right of the search bar, with a purple arrow pointing to the magnifying glass icon. The search bar now contains the text 'douchen'.

U ziet dan een aantal resultaten. U woont zelfstandig maar u heeft daarbij ondersteuning nodig. U wilt hulp bij het douchen. De thuiszorg kan hier bij helpen. Klik daarom op **Thuiszorg: vanuit welke zorgwet?** (zie pijl hieronder). U komt dan op een webpagina waarop onder andere wordt uitgelegd wat thuiszorg inhoudt. Hier hoort inderdaad hulp bij het douchen bij, net als hulp bij het opstaan en eten.



The screenshot shows the search results page for 'Regelhulp' on the website of the Ministry of Health, Welfare and Sport (VWS). The search term is 'douchen' (showering). The results are filtered to 11 items. A purple arrow points to the result titled 'Thuiszorg: vanuit welke zorgwet?' (Home care: from which law?).

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

Regelhulp > Zoeken

11 zoekresultaten, gefilterd op

Trefwoord(verplicht): douchen ✕ Toon filters ▼

Sorteren op: [Datum](#) / **Relevantie**

- > [Begeleiding bij de persoonlijke verzorging \(jeugd\)](#)  
Sommige kinderen hebben extra hulp nodig om te leren hoe ze zichzelf kunnen verzorgen. Bijvoorbeeld bij het douchen, aankleden, ...
- > [Aangepaste meubels](#)  
Informatie van het ministerie van VWS over aangepaste meubels. U leest hier wat aangepaste meubels zijn, welke hulp u hiervoor ...
- > [Eigen wensen en behoeften bij verblijf in een zorginstelling](#)  
Ieder mens heeft een eigen persoonlijkheid en eigen wensen. Respect daarvoor is een belangrijk uitgangspunt bij de zorg en ...
- ➔ [Thuiszorg: vanuit welke zorgwet?](#)  
Informatie van het ministerie van VWS over thuiszorg
- > [Zorgplan](#)  
In het zorgplan staan de afspraken die u maakt met uw zorgaanbieder over de invulling van de zorg. Die zorg moet passen bij uw ...
- > [Hoe regelt u verpleging en verzorging voor uw kind?](#)  
Kinderen en jongeren kunnen om verschillende redenen verpleging en verzorging nodig hebben. De zorg kan op drie manieren ...

## Tips



### Meer informatie: het Juiste loket

Is het voor u niet duidelijk waar u voor zorg of ondersteuning terecht kunt? Of heeft u hier vragen over? Dan kunt u contact opnemen met het *Juiste Loket*. Het *Juiste Loket* valt onder de verantwoordelijkheid van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Zie ook [regelhulp.nl/contact](https://regelhulp.nl/contact).

Het Juiste Loket is op de volgende manieren te bereiken:

- Telefoon: 030-7897878 (maandag tot en met vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur en van 13.00 tot 15.00 uur)
- E-mail: [meldpunt@juisteloket.nl](mailto:meldpunt@juisteloket.nl)



### Let op!

Het *Juiste Loket* beantwoordt geen persoonlijke vragen. Stuur daarom geen persoonlijke gegevens in uw e-mail.

## Oefen nu zelf!

Hieronder staan 3 oefeningen. Om de oefeningen te maken, gebruikt u [regelhulp.nl](https://www.regelhulp.nl).



### Oefening 1: Informatie over hulp en advies opzoeken

#### Situatie

Kees heeft lange tijd in het ziekenhuis gelegen. Hij mag binnenkort naar huis. Kees kan nog weinig en heeft veel verzorging nodig. Zijn vrouw Mieke wil hem thuis verzorgen. Ze moet hem wel makkelijk uit bed kunnen halen, en hem bijvoorbeeld naar het toilet kunnen brengen.

#### Opdracht

Ga naar [regelhulp.nl](https://www.regelhulp.nl). Mieke wil haar man zoveel mogelijk zelf helpen. Zoek via 'Hoe?' uit waar Mieke terecht kan voor advies of hulp.



### Oefening 2: Informatie over een aanvulling op de uitkering opzoeken

#### Situatie

Bram is al drie jaar werkloos. Hij solliciteert veel, maar het lukt hem niet om een baan te vinden. Bram zit in de bijstand. Hij merkt dat hij de laatste tijd steeds moeilijker van zijn uitkering kan leven. Hij maakt zich daar grote zorgen over. Wat moet hij doen als bijvoorbeeld zijn koelkast kapotgaat? Hij heeft er geen geld voor.

#### Opdracht

Zoek via Regelhulp uit op welke manieren Bram extra geld bij zijn bijstandsuitkering kan krijgen.



### Oefening 3: Een hulpmiddel regelen

#### Situatie

Karin heeft problemen met lopen. Het lukt haar niet om grote afstanden te lopen. Ze heeft een rolstoel nodig.

#### Opdracht

Zoek via Regelhulp uit hoe Karin aan een rolstoel kan komen. Bekijk of ze hier een vergoeding voor kan krijgen.



## Samenvatting: Regelhulp

In dit hoofdstuk heeft u geoefend met Regelhulp. U weet nu het volgende:

- Regelhulp is een website van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). U vindt er informatie over verschillende soorten zorg en hulp. Het webadres is [regelhulp.nl](https://www.regelhulp.nl).
- Op Regelhulp vindt u informatie over verschillende problemen en mogelijke oplossingen. U vindt er bijvoorbeeld informatie over oplossingen in zorg, vervoer, onderwijs, werk, opvoeding, financiën en vrije tijd.
- Op Regelhulp vindt u ook informatie over organisaties die u kunnen helpen.
- Op Regelhulp kunt u op verschillende manieren informatie vinden:
  - Via 'Wie?'. U ziet dan allerlei onderwerpen waaruit u kunt kiezen.
  - Via 'Wat?'. U ziet per thema een overzicht van de soorten hulp die er voor u zijn.
  - Via 'Hoe?'. U ziet dan een overzicht van instanties die u kunnen helpen met het krijgen van de juiste zorg.
  - Via de 'Zoek'-mogelijkheid van de website. Het zoekvakje (vergrootglas symbool) staat rechts bovenaan het scherm. U klikt op het vergrootglas en typt in het zoekvakje waar u precies naar op zoek bent.



## Begrippenlijst

In dit hoofdstuk staan misschien woorden en begrippen die nieuw voor u zijn of waar u niet zo vertrouwd mee bent. Woorden en begrippen die niet in het hoofdstuk worden uitgelegd. Zoek het woord of begrip op in de online begrippenlijst voor een uitleg. Scan hiervoor de QR-code hieronder met uw telefoon.



Mist u een woord of begrip in de lijst? Vraag dan aan uw docent wat het woord betekent of wat met het begrip wordt bedoeld.





**Stichting Digisterker**  
M.H. Tromplaan 9  
7511 JJ Enschede  
053 2030 062  
[info@digisterker.nl](mailto:info@digisterker.nl)  
[digisterker.nl](http://digisterker.nl)

