

PLUSPUNT ZANDVOORT



WIE, WAT, WAAR?

INFORMATIEGIDS VOOR SENIOREN

Deze informatiegids dient als
wegwijzer voor activiteiten en
diensten voor senioren.

Inhoud

Belangrijke telefoonnummers	7
Inleiding	8
Stichting Pluspunt Zandvoort	9
Wijksteunpunten	10
De sociaal werker ouderen	12
Sociaal Wijkteam	13
1. Eten	14
Boodschappendienst	14
Maaltijden aan huis	14
Warme maaltijden.....	15
Koelverse maaltijden.....	15
Vriesverse maaltijden.....	15
De Eetclub.....	15
Kom je OOK eten?.....	15
Kennemerhart.....	16
Boodschappen aan huis	16
JW Teleshopping	16
2. Zorg en huishoudelijke hulp	18
(Thuis) Zorg aanvragen	18
a. Huishoudelijke hulp.....	18
b. Verzorging en verpleging aan huis	19
c. Dagverzorging en dagbehandeling	19
d. Behandeling en kortdurend verblijf.....	19
e. Wonen in een verzorgings- of verpleeghuis	20
f. Volledig/Modulair Pakket Thuis (VPT/MPT).....	20
Kosten.....	20
Zorg in Natura en Persoonsgebonden Budget.....	20
Hulp bij de laatste levensfase	22
Palliatieve zorg in Zandvoort.....	22
Stichting Hospice Groep Haarlem.....	22
3. Vervoer	24
De Belbus	24

Vervoer door vrijwilligers	25
Openbaar vervoer	25
De trein	25
Assistentie bij een treinreis	25
De bus	26
OV-Chipkaart	26
Rijbewijskeuring	26
Vervoer dat vergoed wordt	27
RegioRijder	27
Valys	27
RolMobiel	28
Overige vervoersvoorzieningen	29
Strandrolstoelen	29
4. Cursussen en activiteiten	30
Ontmoetingsactiviteiten	30
Koffie-in	30
OOK samen	30
Samen eten	31
Samen DOEN	31
Inlooppunt	31
Quilt- en handwerkclub	31
De Locomtief	31
Cursussen van Servicepaspoort	32
Meer bewegen voor ouderen	32
Prezens	32
Activiteiten	33
Openbare Bibliotheek	33
De leeskring	33
Boek aan huis dienst	33
Cinema Nostalgie	34
De Seniorenvereniging Zandvoort	34
De Zonnebloem	34
Het Rode Kruis	35
Huisbezoeken	35

Aangepaste vakanties en dagtochten.....	35
Dagtochten, bootdagen, vakantiehotels, hotelschip ...	35
Ontmoetingscentrum De Zandstroom	36
5. Veiligheid in en om huis	38
Inbraakpreventie	38
Persoonsalarmering van Pluspunt	38
De Telefooncirkel	39
'Vermijd vallen, blij vitaal!'	39
6. Geldzaken	41
Kwijtschelding	41
Aanvullende inkomensvoorzieningen Ouderen (AIO).....	42
Bijdrage bij extra uitgaven/bijzondere bijstand	42
Tegemoetkoming bij ziekte en handicap	43
Belastingen	43
Hulp bij administratie.....	43
Zorgverzekering, zorgtoeslag en huurtoeslag	44
Zorgverzekering	44
Zorgtoeslag	44
Huurtoeslag.....	45
Hulp bij schulden	45
Hulp bij beheer van geld en goederen	46
Notaris (telefoon)	46
7. Hulpmiddelen, aanpassingen	48
Hulpmiddelen in huis	48
Hulpmiddelen lenen - tijdelijk gebruik	48
Thuiszorgwinkels	48
Hulpmiddelen aanvragen	49
ErgoThuis	49
Aanpassingen in huis	50
Blijverslening	50
Klusjes in en om het huis.....	50

8. Informatie, dienstverlening en belangenbehartiging	52
Eenzaamheid	52
Welzijn op recept.....	52
Dementie.....	53
Alzheimer Nederland	54
Alzheimer Trefpunt.....	54
Informatie voor mantelzorgers	55
Verlichting mantelzorg	55
Vakantie voor mantelzorgers.....	55
Ouderenmishandeling.....	56
Sociaal Raadslieden.....	57
Maatschappelijk werk	57
Inloopspreekuur advocaten.....	57
Het Juridisch Loket	57
GGZ in Geest, locatie Zuiderpoort.....	58
Kennemerhart Ouderenzorg.....	58
Bloedprikken in Zandvoort.....	58
Stichting Emancipatie & Belangenbehartiging Gehandicapten...59	
Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levensende	59
MINDKorrelatie	59
Sensor Haarlem	59
9. Wonen.....	61
Woonstichting De Key	61
Passend wonen.....	61
Woonservice Kennemerland.....	61
Woonzorg Nederland	62
Seniorenwoningen	62
Aangepaste woningen.....	62
Aanleunwoningen/Zorgwoningen	62
Het zorgcentrum	63
Particuliere zorginstelling.....	63
INTERNETADRESSEN ALGEMEEN	65

Belangrijke telefoonnummers

Pluspunt	5740330
Sociaal werker ouderen	5719393
De Plusdienst	5717373
OOK Zandvoort	5740355
De Blauwe Tram	3040700

Alarmnummer spoed	112
Politie niet urgent	0900-8844

Doktersdienst of avond, nacht en weekend	0900-1515 5453200
---	----------------------

Herhaalreceptenlijn	0900-5712345
---------------------	--------------

Gemeente Zandvoort	5740100
Sociaal Wijk Team	5740450

Huisarts :.....

Apotheek :.....

Familie :.....

.....

.....

.....

Inleiding

De meeste ouderen willen het liefst zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen. Soms is daar hulp bij nodig.

In Zandvoort en in de regio zijn veel organisaties die daarbij kunnen helpen. De juiste weg vinden is echter niet altijd even gemakkelijk.

Deze informatiegids* kan hierbij als wegwijzer dienen; de nadruk zal liggen op de diensten en activiteiten voor ouderen.

Een informatiegids op papier als deze is niet in staat om de actualiteit altijd juist weer te geven. Er verandert veel op het gebied van regelgeving en voorzieningen. Voor een aantal voorzieningen en regelingen geldt dat zij blijven bestaan, maar dat de toekenning, voorwaarden of uitvoering veranderen. Wilt u weten of de informatie klopt, wilt u een persoonlijk advies, dan kunt u contact opnemen met de Sociaal werker ouderen.

** Voor deze gids geldt: prijzen en voorwaarden onder voorbehoud.*

Stichting Pluspunt Zandvoort

tel: 5740330

Flemingstraat 55

2041 VW Zandvoort

E-mail: info@pluspuntzandvoort.nl

Website: www.pluspuntzandvoort.nl

Pluspunt is een organisatie voor welzijn en maatschappelijke ondersteuning en buitenschoolse opvang in Zandvoort. Pluspunt organiseert activiteiten en diensten voor jong en oud. Deze zijn gericht op participatie, activering, educatie, ontmoeting.

Voor ouderen betekent dit dat de dienstverlening erop gericht is om hen te helpen zo goed en zo lang mogelijk zelfstandig te blijven functioneren. Dit kan mede dankzij de hulp van veel vrijwilligers.

U kunt o.a. voor de volgende diensten terecht:

- Sociaal werker ouderen: advies, informatie en hulpverlening
- De Plusdienst (deze hulp is gratis; voor vervoer wordt een vaststaand tarief gehanteerd):
 - * Belbus
 - * Administratie en belastingaangifte
 - * Boodschappen doen
 - * Huisbezoek
 - * Vervoer/begeleiding naar arts, ziekenhuis, e.d.
 - * Kleine klusjes in huis/tuin
 - * Wandelen met iemand, met of zonder rolstoel
- Persoonsalarmering
- Telefooncirkel
- Welzijn op Recept

Wijksteunpunten

Stichting Pluspunt organiseert activiteiten op 2 locaties in Zandvoort: in Noord en in het Centrum. Ook andere organisaties bieden hier hun activiteiten en cursussen aan.

Zandvoort Centrum

De Blauwe Tram

Louis Davids Carré I

2041 LZ Zandvoort

tel: 3040700

E-mail: info@deblauwetrाम-zandvoort.nl

Website: www.deblauwetrाम-zandvoort.nl

Activiteiten:

- Rollatorwandelen
- Quilt- en handwerkclub
- Biljarten
- Samen Doen
- Samen koffie drinken (inlooppunt)
- De Locomotief
- Leeskring
- Poëzie lezen

Cursussen:

- Voel je fit
- Bewegen op de bellicon
- T'ai Chi
- Muziekschool

Zandvoort Noord
OOK Zandvoort
Flemingstraat 55
2041 VW Zandvoort

tel: 5740330

E-mail: info@ookzandvoort.nl
Website: www.pluspuntzandvoort.nl

Activiteiten:

- Ontmoetingsgelegenheid (b.v. Koffie-In)
- Breikunstenaars
- Activiteiten voor ouderen (OOK Samen)
- Kom je OOK eten? en de Eetclub
- Steungroepen
 - Alzheimer Trefpunt
 - Toon Hermansgroep
 - Lotgenotengroep Mantelzorgers
- Biljarten
- Herstel het Samen
- Digitaal spreekuur

Cursussen:

- Koken voor mannen
- Yoga met meditatie
- Medische gym
- Bewegen 55-plus
- Denderen door de duinen
- Computer, tablet en smartphone
- Bridge
- Open atelier

Voor het actuele programma en aanbod kunt u altijd terecht bij de receptie op beide locaties, de of de website.

De Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

De Sociaal werker ouderen informeert, adviseert en geeft u ondersteuning, zodat u zo lang mogelijk zelfstandig in uw eigen huis kunt blijven wonen.

Doordat de Sociaal werker ouderen goed op de hoogte is van de diverse mogelijkheden op het gebied van wonen, zorg, welzijn en financiën, kan zij samen met u naar een passende oplossing zoeken. De Sociaal werker ouderen is professioneel, onafhankelijk en heeft beroepsgeheim. Belangrijk is dat u zelf de regie over uw leven kunt blijven houden.

Er kunnen zich situaties voordoen waarbij plotseling van alles geregeld moet worden, zaken waar u nog nooit mee te maken heeft gehad.

Daarbij kunt u denken aan vragen als:

Ik heb weinig kennissen of activiteiten, kan ik dat veranderen?

Ik heb moeite met rondkomen, wie kan met mij meekijken?

Welke mogelijkheden zijn er voor hulp?

De Sociaal werker ouderen kan u hierbij met raad en daad bijstaan.

De hulp van de Sociaal werker ouderen is gratis.



Ada Klarenbeek



Astrid Zoetmulder

Sociaal Wijkteam Zandvoort

tel: 5740450

Website: www.sociaalwijkteamhaarlem.nl

Het Sociaal Wijkteam werkt in Zandvoort, in uw buurt, voor alle inwoners.

Het Sociaal Wijkteam Zandvoort geeft u informatie over werk, inkomen, wonen, welzijn en/of zorg. Wanneer u problemen heeft kan het team met u meedenken over het vinden van oplossingen. Bijvoorbeeld als u vragen heeft over wonen, als u schulden heeft en u de situatie niet meer overziet, als u zorg nodig heeft of als u zich eenzaam voelt. U krijgt een steuntje in de rug.

U kunt ook met het Sociaal Wijkteam in gesprek als u zich zorgen maakt over iemand die bij u in de buurt woont.

Het team bestaat uit negen hulpverleners, die vanuit verschillende organisaties komen. Een Sociaal werker ouderen maakt deel uit van het Sociaal Wijkteam.

Het team heeft inloopsprekuren waar u in contact kunt komen met het team, en waar u zich kunt aanmelden voor een aantal voorzieningen en hulpdiensten. Ook is een huisbezoek mogelijk.

Inloopsprekuren Sociaal Wijkteam:

De Blauwe Tram, Louis Davids Carré 1

dinsdag, donderdag en vrijdag 9:00 – 12:00 uur

Steunpunt OOK Zandvoort, Flemingstraat 55

maandag 13:00 – 16:00 uur

woensdag 9:00 – 12:00 uur

I. Eten

De meeste mensen vinden dat niets gaat boven zelf koken. Door omstandigheden kan het gebeuren, dat zelf koken minder vanzelfsprekend wordt, b.v. omdat het in huis halen van de boodschappen een hele onderneming geworden is. Soms kan het een verlichting zijn om niet meer iedere dag zelf voor de warme maaltijd te hoeven zorgen. In dit hoofdstuk treft u een overzicht aan van de verschillende mogelijkheden die er zijn.

De Sociaal werker ouderen kan u helpen bij een passende keuze.

tel: 5719393

Boodschappendienst

Vrijwilligers van Pluspunt (de Plusdienst) kunnen één keer per week boodschappen voor u doen en deze bij u thuisbezorgen. Deze dienst is bedoeld voor mensen die niet meer zelf de boodschappen in huis kunnen halen en niemand in de eigen omgeving hebben die dit voor hen kan doen. Als het om veel boodschappen gaat, worden auto- en parkeerkosten in rekening gebracht.

tel: 5717373

Maaltijden aan huis

Verschillende organisaties kunnen maaltijden (warm, koelvers dan wel ingevroren) thuisbezorgen.

U kunt een beroep doen op de Sociaal werker ouderen voor meer informatie en hulp bij het maken van een keuze.

Mensen met een minimum inkomen kunnen, op indicatie van de Sociaal werker ouderen, in aanmerking komen voor een gereduceerd tarief. Voorwaarde is dat men vriesverse maaltijden afneemt bij "Vers aan Tafel". Men dient per keer 5 maaltijden te bestellen. Een vrieskistje kan men gratis lenen.

Aanmelden bij de Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

OVERZICHT

Warme maaltijden

- Kievit **tel: 5319143**
korting bij lidmaatschap Servicepaspoort
- Slagerij Marcel's (Horneman) **tel: 5719067**

Koelverse maaltijden

- Vers aan Tafel 'on diner' **tel: 085-4016444**

Vriesverse maaltijden

- Vers aan tafel 'De verse keuken' **tel: 085-4016444**
- Apetito aanmelden via Kievit, speciale Apetitolijn
korting bij lidmaatschap Servicepaspoort **tel: 5517734**
- Lekker Thuis **tel: 0800-62258453**

Samen eten

Wie samen met anderen wil eten kan gebruik maken van diverse mogelijkheden in Zandvoort en Bentveld.

Voor vervoer kunt u gebruik maken van de Belbus.

Binnen Zandvoort bij:

De Eetclub **tel: 5740330**

- dinsdag en donderdag Pluspunt, Flemingstraat 55

De Eetclub start om 12.30 uur; u bent welkom vanaf 12.00 uur. De kosten zijn € 8,00 en u kunt kiezen uit twee menu's. Tot twee dagen van tevoren kan men zich telefonisch aanmelden bij Pluspunt.

Kom je OOK eten? **tel: 5740330**

- maandag en donderdag Pluspunt, Flemingstraat 55

Elke maandag en donderdag kookt een team samen met cliënten van Nieuw Unicum en RIBW een heerlijke maaltijd. Vanaf 17.00 uur wordt u ontvangen met een drankje. Men serveert de maaltijd rond

17.30 uur. Kosten € 8,00 voor drankje, maaltijd en koffie na. U dient zich van tevoren aan te melden bij Pluspunt.

Kennemerhart biedt 7 dagen per week de mogelijkheid tussen de middag een maaltijd te gebruiken. Met een dieet kan rekening gehouden worden. Graag 1 dag van tevoren reserveren.

Huis in de Duinen

tel: 5741500

A.G. Bodaan

tel: 5103000

Boodschappen aan huis

Veel supermarkten bieden de mogelijkheid om boodschappen aan huis te bezorgen. Bestellen gaat via internet

Meer informatie is te vinden op de betreffende websites.

JW Teleshopping (Heemstede)

Een bedrijf dat doet aan thuisbezorging van dagelijkse boodschappen voor bedrijven, instellingen, particulieren.

Informatie en bestellen:

tel: 5286715

INTERNETADRESSEN

www.pluspuntzandvoort.nl

www.deblauwetram-zandvoort.nl

www.kennemerhart.nl

servicepaspoort.nl

www.kievitbv.nl

www.versaantafel.nl

www.slagerijmarcels.nl

www.lekker-thuis.nl

jwteleshopping.nl

2. Huishoudelijke hulp en zorg

Er is de afgelopen jaren veel veranderd op het gebied van (het aanvragen van) zorg. Hulp en zorg wordt geregeld via de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning), de Zorgverzekeringswet en de Wlz (Wet langdurige zorg).

In het algemeen is het zo dat hulp en zorg waar men via wetgeving aanspraak op maakt aanvullend zal zijn bij de mogelijkheden die mensen zelf hebben om hulp en zorg te organiseren. De benodigde hulp of zorg wordt vastgelegd in een indicatie.

Meer informatie bij:

inlooppreekuur Sociaal Wijkteam
Sociaal werker ouderen
uw eigen huisarts

tel: 5740450

tel: 5719393

Huishoudelijke hulp

Ouderdom, ziekte of handicap kan ervoor zorgen dat het niet meer lukt alle huishoudelijke taken uit te voeren, ook al is er hulp van familie of bureu. U kunt in dat geval zelf een huishoudelijke hulp in dienst nemen, of gebruik maken van bijvoorbeeld een boodschappenhulp, maaltijdservice, kledingservice.

Wanneer deze oplossingen niet mogelijk of onvoldoende zijn kunt u een Wmo melding doen bij de gemeente. In een gesprek kijkt men samen met u welke huishoudelijke taken u wel en niet kunt uitvoeren. Men beoordeelt vervolgens of u voor hulp in de huishouding in aanmerking komt.

Men betaalt voor huishoudelijke hulp vanuit de Wmo een eigen bijdrage. Het CAK int de eigen bijdrage.

Een Wmo melding kunt u doen bij de afdeling Wmo: **tel: 5114368**

Verzorging en verpleging aan huis (wijkverpleging)

Verzorging en verpleging is bijvoorbeeld: hulp bij het opstaan, aankleden, douchen, naar het toilet gaan, wondverzorging of helpen met injecties. Ziekte, ouderdom, beperkingen, herstel na een ziekenhuisopname kunnen redenen zijn dat deze hulp (tijdelijk) nodig is.

De persoonlijke verzorging en verpleging aan huis wordt vergoed vanuit het basispakket van de zorgverzekering. Deze zorg heet nu *wijkverpleging*.

Als u wijkverpleging wilt ontvangen kunt u zélf contact opnemen met een zorgaanbieder. Wijkverpleegkundigen zijn in dienst bij een thuiszorgorganisatie; de wijkverpleegkundige bespreekt welke zorg nodig is en stelt de indicatie. Voor verpleging en verzorging heeft u geen verwijzing van de huisarts nodig.

Voor wijkverpleging geldt géén eigen risico en géén eigen bijdrage. Informatie over thuiszorgorganisaties kunt u krijgen bij het Sociaal Wijkteam, Sociaal werker ouderen, uw eigen huisarts.

Dagverzorging en dagbehandeling

Dagverzorging en dagbehandeling betekent dat men een aantal uren per week naar een zorgcentrum of een verpleeghuis gaat om behandeld en verpleegd te worden. Men is dan onder de mensen en een partner kan ontlast worden. Er zijn mogelijkheden voor mensen met bijv. lichamelijke problemen of voor mensen met geheugenproblemen.

Behandeling en kortdurend verblijf

Na een (kort) verblijf in het ziekenhuis kan het nodig zijn te revalideren. Als dat thuis niet mogelijk is, kan een kortdurende opname, in combinatie met een behandelprogramma, wenselijk zijn. Doorgaans zal het ziekenhuis bespreken welke zorg ná een opname nodig is en de aanvraag en indicatie regelen.

Wonen in een verzorgings- of verpleeghuis

Het wonen in een zorginstelling zoals een verzorgingshuis of verpleeghuis is geregeld in de Wet langdurige zorg (Wlz). De Wlz vergoedt de zorg voor mensen die de hele dag intensieve zorg en toezicht dichtbij nodig hebben.

Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) onderzoekt of u hiervoor in aanmerking komt. Daar dient u ook de aanvraag in. Uw huisarts of wijkverpleegkundige kan u hierbij adviseren.

Volledig/Modulair Pakket Thuis (VPT/MPT)

Wie een indicatie heeft voor Wlz-zorg kan onder bepaalde voorwaarden kiezen deze zorg thuis te ontvangen. Hiervoor is overleg nodig tussen de zorgvrager, zorgaanbieder en het zorgkantoor. Men bespreekt wat het meest passend is; de zorg moet thuis verantwoord en doelmatig geleverd kunnen worden

CIZ

Orteliuslaan 100 Postbus 2690
3500 GR, Utrecht 3528 BD, Utrecht **tel: 088-7891000**

Kosten

Wie thuis ondersteuning of zorg ontvangt met een indicatie vanuit de Wlz, betaalt hiervoor een eigen bijdrage. Deze eigen bijdrage is afhankelijk van het zorggebruik, leeftijd, huishouden, inkomen en vermogen. Het CAK (Centraal Administratie Kantoor) stelt de hoogte van de eigen bijdrage vast en int de eigen bijdrage.

Ook wie opgenomen is in een zorginstelling betaalt hiervoor een eigen bijdrage; vaststelling en inning wordt verzorgd door het CAK.

Zorg in Natura en Persoonsgebonden Budget

Bij Zorg in Natura contracteert de gemeente, de zorgverzekeraar of het Zorgkantoor de zorgaanbieders en ondersteuning. Ook regelt de gemeente of het Zorgkantoor de administratie daaromheen. U maakt vervolgens zelf met de zorgaanbieder afspraken over de manier waarop u zorg en ondersteuning krijgt.

Met een persoonsgebonden budget (pgb) bepaalt u zelf wie uw zorgverlener wordt. Als u gebruik wilt maken van een pgb dient u dit bij de aanvraag aan te geven. De administratieve verwerking en uitbetaling aan de zorgverleners gebeurt door de SVB (Sociale Verzekerings Bank).

HULP BIJ DE LAATSTE LEVENSFASE

Palliatieve zorg in Zandvoort

tel: 5741637

Veel mensen, die weten dat ze nog maar een korte tijd te leven hebben, willen graag thuis sterven. Soms is dit echter door omstandigheden niet mogelijk. In Zorghotel De Zandhoeve in Huis in de Duinen biedt Kennemerhart palliatieve zorg aan mensen die in de laatste levensfase zijn en niet meer medisch behandeld kunnen of willen worden. Begeleiding en ondersteuning op de wijze waarop de cliënt en zijn familie of mantelzorger(s) dit wensen staat voorop. Elke cliënt heeft de beschikking over een ingerichte eenpersoonskamer, inclusief televisie en eigen sanitaire voorzieningen. Er zijn geen verplichte rusturen of bezoektijden. Voor het gebruik maken van de terminale unit is een indicatie nodig van het CIZ.

Stichting Hospice Groep Haarlem

tel: 3034343

Onder normale omstandigheden zullen mensen er de voorkeur aan geven om in de laatste levensfase thuis te zijn. Stervenden hebben dan vaak dag en nacht hulp nodig. Voor familie en vrienden is deze zorg soms moeilijk vol te houden. Naast de inzet van huisarts en thuiszorg kan de Hospice Groep bij u thuis hulp bieden met vrijwilligers die speciaal geschoold zijn.

De hulp omvat het waken bij de stervende, het verlenen van ondersteuning bij de dagelijkse verzorging, het luisteren naar en praten met de stervende en naastbetrokkenen en aanwezig zijn als familie en/of vrienden even weg moeten. De ondersteuning thuis is kosteloos.

Als het thuis niet meer gaat is het mogelijk de zorg voort te zetten in het Bijna-Thuis-Huis in Haarlem. Hier wordt de huiselijke leefsituatie zo veel mogelijk benaderd. Voor deze hulp wordt een vergoeding gevraagd. De coördinatoren van de Stichting Hospice Groep Haarlem zijn telefonisch te bereiken van maandag tot en met vrijdag.

INTERNETADRESSEN

www.sociaalwijkteamhaarlem.nl

www.ciz.nl

www.hetcak.nl

www.pgb.nl

www.informatielangdurigezorg.nl

www.kiesbeter.nl

www.kennemerhart.nl

www.hospicehaarlemeo.nl

3. Vervoer

Op het gebied van vervoer bestaan diverse regelingen en voorzieningen die het ook voor ouderen en mensen die slecht ter been zijn mogelijk maken te reizen, bv. reizen met korting, maar ook diverse speciale voorzieningen. Hieronder een aantal mogelijkheden op een rij.

De Belbus

tel: 5717373

Wanneer u slecht ter been bent kunt u, van maandag t/m vrijdag van 9:00-17:00 uur en zaterdag van 9:00-12:00, in Zandvoort en Bentveld gebruik maken van de Belbus voor het doen van boodschappen of bv. voor een afspraak bij fysiotherapeut of huisarts. Uw rollator kan mee. U bestelt de Belbus tijdens werkdagen tussen 9:00-17:00 uur, minimaal 1 dag van tevoren.

Op zondag rijdt de Belbus voor ontmoetingsproject OOK Samen en Samen DOEN.

Vaste vertrektijden:

maandag 14:00 u Huis in de Duinen;

dinsdag 14:00 u vanaf Huis in de Duinen en 14:15 u Huis in 't Kostverloren;

woensdag 12:00 De Blauwe Tram, 13:45 u vanaf Huize A.G. Bodaan en om 14:00 Huis in de Duinen;

vrijdag 13:45 u vanaf Huize A.G. Bodaan en 14.00 u Huis in de Duinen.

zaterdagochtend 10:45 uur vanaf Huize A.G. Bodaan, dan 11:00 uur Huis in de Duinen en 11:15 uur Huis in 't Kostverloren. U hoeft hiervoor niet vooraf te reserveren. Om 12:00 uur rijdt de bus vanaf het dorp retour

De Belbus is géén taxi en wordt bestuurd door vrijwilligers.

De kosten zijn:

- enkele rit € 0,85
- retour € 1,70

Vervoer door vrijwilligers

Mensen die geen of moeilijk gebruik kunnen maken van het openbaar vervoer, kunnen een beroep doen op vrijwilligersvervoer. U betaalt hiervoor een vergoeding.

Voor het vervoer naar de ziekenhuizen in de regio gelden vaste ritprijzen; voor overig vervoer geldt een kilometerprijs.

Zo mogelijk minimaal een week van tevoren aanvragen bij de Plusdienst.

tel: 5717373

Openbaar vervoer.

De meeste buslijnen in de regio zijn toegankelijk voor iedereen. Dit geldt eveneens voor het reizen per trein. De toegankelijkheid van het openbaar vervoer is de afgelopen jaren flink toegenomen

Voor alle informatie over het openbaar vervoer kunt u bellen naar

tel: 0900-9292

De trein

De Nederlandse Spoorwegen biedt diverse abonnementen aan om met korting te reizen.

Meer informatie op de NS-stations of bij de NS-klantenservice

tel: 030-7515155

Assistentie bij een treinreis voor gehandicapten

De assistentie van het NS-personeel moet minimaal 3 uur van tevoren, dagelijks tussen 7.00-23.00 uur (op feestdagen tussen 8.00-23.00 uur) worden aangevraagd bij:

Bureau Assistentieverlening Gehandicapten **tel: 030-2357822**

Als u niet meer zelfstandig kunt reizen is het mogelijk dat u een begeleider (gratis) meeneemt.

Aanvragen van een OV-begeleiderskaart

tel: 030-2354661

De bus

Connexion verzorgt de openbare lijndiensten in deze regio.

Connexion klantenservice

tel: 0900-2666399

OV-chipkaart

De OV-chipkaart is het betaalmiddel voor het openbaar vervoer in het hele land. Een persoonlijke OV-chipkaart kan (leeftijds-) kortingen en abonnementen omvatten. Deze kaart kan automatisch opgeladen worden met een saldo en geblokkeerd worden bij diefstal.

Een anonieme OV-chipkaart kan door meerdere mensen gebruikt worden (niet gelijktijdig). Saldo om mee te reizen kan alleen handmatig opgeladen worden en blokkering bij diefstal is niet mogelijk.

Een OV-chipkaart moet altijd eerst geactiveerd worden, vóóordat men er voor de eerste keer mee kan reizen.

Aanvragen en informatie:

Primera, Haltestraat 9, Zandvoort

tel: 5712151

NS klantenservice

tel: 030-7515155

Connexion klantenservice

tel: 0900-2666399

Rijbewijskeuring/rijbewijs verlengen

Wanneer u 75 jaar of ouder bent en u wilt uw rijbewijs laten verlengen, dan moet u bij elke rijbewijsverlenging aantonen dat u gezond genoeg bent om te mogen rijden.

Om te kunnen verlengen is het invullen van een Gezondheidsverklaring nodig. Deze kunt u krijgen bij het CBR of de gemeente Zandvoort. Vervolgens maakt u een afspraak met een arts (mag ook uw huisarts zijn), die u onderzoekt en de verklaring aanvult. Het CBR beoordeelt uw aanvraag. Dit kan in totaal enkele maanden duren.

Vervoer dat vergoed wordt door de ziektekosten-verzekeraar

Informatie hierover kunt u navragen bij uw eigen ziektekosten-verzekeraar.

In deze regio zijn velen verzekerd bij Zilveren Kruis Achmea.

Voor verzekerden bij Zilveren Kruis is het volgende van toepassing:

Om voor vergoeding van vervoerskosten (openbaar vervoer, eigen vervoer of taxivervoer) in aanmerking te komen neemt u vóóraf contact op met de Vervoerslijn. De medewerkers van de Vervoerslijn bepalen of u in aanmerking komt voor vergoeding van vervoer, en van welke vorm van vervoer u gebruik mag maken.

Vervoerslijn van Zilveren Kruis Achmea **tel: 071-3654154**

RegioRijder

tel: 0900-9343

Openbaar vervoer is de afgelopen jaren toegankelijker geworden.

Buslijnen zijn vaak ook heel toegankelijk voor mensen met een beperking. Tevens zijn binnen de gemeente mogelijkheden van vrijwilligersvervoer. Mogelijk kunt u hier gebruik van maken. De RegioRijder is bedoeld voor mensen die geen gebruik kunnen maken van andere vormen van vervoer. U heeft een Wmo-indicatie nodig om met de RegioRijder te kunnen reizen.

Als u problemen heeft met reizen met het openbaar vervoer, kunt u contact opnemen met

Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

afdeling Wmo

tel: 5114368

Valys

tel: 0900-9630

Valys is er voor sociaal-recreatieve uitstapjes buiten uw regio. U kunt kiezen voor vervoer per taxi van deur tot deur, of voor de combinatie van taxi en trein, waarbij volledige begeleiding mogelijk is.

U heeft voor het reizen een Valyspas nodig. U komt in aanmerking als u: een bewijs van de gemeente heeft dat u recht heeft op Wmo-vervoer; een rolstoel of scootmobiel via de Wmo heeft ontvangen; een gehandicaptenparkeerkaart of een OV-begeleiderskaart heeft.

Informatie en hulp bij het aanvragen:

Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

RolMobiel

tel: 5242843

Stichting Aangepast Vervoer Zuid-Kennemerland (AVZK)

De AVZK is een vrijwilligersorganisatie en rijdt met rolstoelbussen, voorzien van een lift. Het doel is om betaalbaar vervoer te bieden aan mensen die zijn aangewezen op een rolstoel en die geen gebruik kunnen of willen maken van vervoersvoorzieningen via de WMO. RolMobiel rijdt voornamelijk binnen de regio; in overleg kan ook buiten de regio vervoerd worden.

Zonnebloem

De Zonnebloem verhuurt rolstoelauto's. Deze auto's zijn exclusief te huur voor mensen die gebruik maken van een rolstoel of scootmobiel. Om deze auto te kunnen huren heeft u een Zonnenbloemautopas nodig

Reserveren via

tel: 088-0016717

Overige vervoersvoorzieningen:

Voor informatie over het aanvragen van een (elektrische) rolstoel, scootmobiel, gehandicaptenparkeerkaart enz. kunt u terecht bij het Sociaal Wijkteam **tel: 5740450**

Strandrolstoelen

Speciale (duw)rolstoelen voor het strand kunt u van 1 april tot 1 oktober lenen bij:

- **Paviljoen 5** (Beachclub No 5) **tel: 5716119**
- **Paviljoen 20** (Jeroen) **tel: 5716994**
- **Tijn Akersloot** **tel: 5712547**
- **De Haven van Zandvoort** **tel: 5718888**
- **Thalassa** **tel: 5715660**
- **Club Nautique** **tel: 5715707**
- **EHBO-post** **tel: 5714445**

De blauwe loper bij Thalassa is een mat waarover mensen in een rolstoel over het strand naar de zee kunnen rollen.

INTERNETADRESSEN

www.zandvoort.nl

www.pluspuntzandvoort.nl

www.9292.nl

www.ns.nl

www.ovbegeleiderskaart.nl

www.regiorijder.nl

www.ov-chipkaart.nl

www.regelzorg.nl

www.cbr.nl

www.zilverenkruis.nl

www.valys.nl

www.zonnebloem.nl

www.rolmobiel.nl

4. Cursussen en activiteiten

Cursussen en activiteiten voor senioren bij Pluspunt/OOK Zandvoort en De Blauwe Tram

Er wordt een aantal cursussen en activiteiten aangeboden speciaal voor ouderen: bijvoorbeeld cursussen voor de tablet en smartphone en de cursus 'Vermijd vallen en blijf vitaal' (zie hoofdstuk 'Veiligheid' op pagina 39).

Activiteiten als klaverjassen, biljarten en bewegen op de bellicon. Zie ook het overzicht op pagina 10 en 11 en kijk op de websites. Uiteraard kunt u ook deelnemen aan alle andere cursussen en activiteiten die op deze locaties plaatsvinden.

Pluspunt/OOK Zandvoort

tel: 5740330

De Blauwe Tram

tel: 3040700

Ontmoetingsactiviteiten

Koffie-In (Flemingstraat 55)

De Koffie-In is voor alle inwoners van Zandvoort die dorpsgenoten willen ontmoeten of nieuwe kennissen willen maken.

Iedere maandagochtend tussen 10:30 en 12:00 uur wordt voor € 1,10 koffie en thee geserveerd met een verse traktatie.

OOK Samen (Flemingstraat 55)

U kunt elke dinsdag- en donderdagmiddag deelnemen aan creatieve activiteiten en spelletjes. Afhankelijk van wat u wilt doen zijn de kosten € 2,50 of € 3,50.

Ontmoeting en gezelligheid staan centraal tijdens deze middagen. U kunt gewoon binnenlopen.

Het is ook mogelijk voorafgaand aan de middag aan te schuiven bij de Eetclub (zie pagina 15) voor een warme maaltijd. U betaalt dan slechts € 1,00 voor het meedoen aan activiteiten.

Ook op zondag kunt u meedoen met OOK Samen: elke eerste en derde zondag van de maand van 10:30 – 15:30 uur. De kosten zijn € 9,50; dit is inclusief maaltijd en deelname aan activiteiten.

De belbus rijdt op deze zondagen speciaal voor OOK Samen.

Informatie en aanmelding:

tel: 5740330

Samen eten. Zie hoofdstuk I pagina 15

Samen DOEN (Louis Davids Carré)

Elke woensdag van 13:30-15:30 uur creatieve activiteiten en spelletjes. Kosten € 2,50 of € 3,50.

Samen DOEN op elke 4^{de} zondag van de maand van 13:30-15:30 uur.

Inlooppunt (Louis Davids Carré)

Elke woensdagochtend van 10:00-12:00 uur kunt u in de grote zaal van de Blauwe Tram aanschuiven bij het "Inlooppunt" U betaalt € 1,50 voor twee kopjes koffie met wat lekkers.

Quilt- en handwerkclub (Louis Davids Carré)

Deze handwerk- en quiltclub heeft een open inloop op vrijdagmiddag in de even weken van 13:30 tot 16:00 uur. Kosten € 2,50 per keer inclusief 1 kopje koffie/thee.

De Locomotief (Louis Davids Carré)

Iets ondernemen samen met anderen, ook als dat wat moeilijker gaat door lichamelijke of geestelijke beperking.

Elke dinsdag. Inloop en activiteiten van 10:00-12:00 uur, lunch van 12:00-13:00 uur.

Kosten: € 5,00 inclusief lunch, € 3,00 voor alleen activiteiten en koffie/thee.

Cursussen van Servicepaspoort (ledenservice Zorgbalans)

Wanneer u lid bent van het Servicepaspoort kunt u deelnemen aan cursussen en krijgt u korting bij verschillende services. **tel: 8918440**

Meer bewegen voor ouderen

Op diverse locaties worden onder dit motto activiteiten georganiseerd voor 55-plussers. Naast de gewone gymnastiek omvat dit tegenwoordig ook conditietraining, volksdansen, e.d. De activiteiten zijn aangepast aan uw mogelijkheden.

Prezens (onderdeel van GGZ inGeest)

Prezens biedt cursussen, trainingen en informatiebijeenkomsten aan. Het zijn preventieve cursussen voor mensen die beter willen leren omgaan met hun psychische problemen of met die van mensen in hun omgeving.

Er is een breed aanbod; een verwijzing kan nodig zijn.

Enkele voorbeelden:

- a. **“Mindful omgaan met psychische problemen”** leren om beter om te gaan met uw lichamelijke of geestelijke ziekte.
- b. **“Minder piekeren”** korte groeps cursus om anders te leren denken. U leert dat anders denken ook helpt om u beter te voelen.
- c. **Cursussen voor familieleden en betrokkenen:**
 - omgaan met psychische klachten
 - mijn verhaal als mantelzorger

Informatie en aanmelden bij:

Secretariaat preventie

tel: 088-7885015

Activiteiten

Bibliotheek Zuid-Kennemerland

tel: 5115300

Louis Davids carré I

Openingstijden:

maandag	13.30-17.30 uur
dinsdag	13.30-17.30 uur
woensdag	10.00-17.30 uur
donderdag	13.30-17.30 uur
vrijdag	10.00-17.30 uur
zaterdag	10.00-14.00 uur

De bibliotheek heeft voor ouderen extra diensten en materialen, zoals:

- grote-letter boeken
- luisterboeken en daisyroms

Een leeskring is een groepje mensen dat éézelfde boek leest en dit vervolgens met elkaar bespreekt. De deelnemers krijgen de boeken te leen via speciale leeskoffers van de bibliotheek.

Meer informatie bij:

De bibliotheek

tel: 5115300

De Seniorenvereniging (Mw. Kroonsberg)

tel: 5730866

Bibliotheek Huis Dienst

Wanneer u niet in staat bent om naar de bibliotheek te komen, door ziekte of handicap, bestaat de mogelijkheid om boeken en andere materialen thuisbezorgd te krijgen. U dient wel lid te zijn van de bibliotheek.

Inlichtingen bij de bibliotheek

tel: 5115300

‘Cinema Nostalgie’

DSVZ (De Seniorenvereniging Zandvoort) en Circus Zandvoort organiseren samen “Cinema Nostalgie”. Bij Circus Zandvoort kunt u op de eerste dinsdag van de maand anderen ontmoeten en samen kijken naar een film “uit de oude doos”. U wordt ontvangen vanaf 13.00 uur; om 13.30 uur begint de film.

Kosten € 6,00, inclusief koffie/thee. Als u met de Belbus komt zijn de kosten € 7,00.

Opgave bij de Plusdienst als u gebruik maakt van de Belbus

tel: 5717373

Voor nadere informatie DSVZ (zie hieronder)

Stichting Circus Zandvoort

tel: 5718537

De Seniorenvereniging Zandvoort (DSVZ)

Deze vereniging is voor alle 50+-ers in Zandvoort en Bentveld. De vereniging heeft tot doel op te komen voor de lokale belangen van senioren in de gemeente en het bieden van contactmogelijkheden, zodat senioren in staat zijn actief deel te nemen aan de samenleving. Een greep uit de activiteiten: bridgen, klaverjassen, dagtochten, fietsen, nordic walking, museum- en theaterbezoek, uit eten, zwemmen.

Secretariaat: dhr. T. van Waarde

tel: 06-44740653

De Zonnebloem

De Zonnebloem is een nationale vereniging die zich inzet voor mensen met een fysieke beperking door ziekte, handicap of ouderdom. Naast bezoekwerk organiseert de Zonnebloem voor deze doelgroep o.a. aangepaste dagactiviteiten en vakanties, waarbij verpleegkundige zorg aanwezig is

Informatie bij mw. S. Kluyskens, secretaris

tel: 5731225

Het Rode Kruis

Het Rode Kruis houdt iedere maandag- en donderdagmiddag een soosmiddag. Houdt u van handwerken, een spelletje doen of zo maar een praatje maken, dan bent u van harte welkom. Niets moet, alles mag.

Informatie bij mw. E. Keur

tel: 5716922

Soosmiddagen:

- op maandag van 14.00-16.00 uur in Huis in de Duinen
Herman Heijermansweg 73
- op donderdag van 13.30-15.30 uur in Rode Kruisgebouw
Nicolaas Beetslaan 14

Huisbezoeken

Als de deur uitgaan niet meer vanzelfsprekend is, is het mogelijk om thuis bezocht te worden door vrijwilligers van de Plusdienst voor een kopje thee, een spelletje of een praatje. Het is ook mogelijk samen met u iets te ondernemen, zoals een wandeling, samen winkelen, e.d.

Informatie bij de Plusdienst

tel: 5717373

Aangepaste vakanties en dagtochten

Er is een gids die een overzicht biedt van aangepaste vakanties voor mensen met een handicap (jong en oud). U kunt deze aanvragen bij: Nederlandse Branchevereniging Aangepaste Vakanties.

tel: 06-40408600

Dagtochten, bootdagen, vakantiehotels, hotelschip:

De Zonnebloem en het Rode Kruis organiseren deze mogelijkheden tot ontspanning, ook voor de verzorger van een zieke of gehandicapte.

Voor informatie het Rode Kruis

tel: 5716922

Voor informatie de Zonnebloem

tel: 076-5646464

Ontmoetingscentrum Juttershart (Kennemerhart)

Het Juttershart is een ontmoetingsplek voor mensen met geheugenproblemen en hun mantelzorgers. Er vinden activiteiten plaats, zoals wandelen, walking voetbal, zitdansen, samen bewegen, koken tuinieren, zingen en schilderen. De medewerkers willen een gezellige sfeer creëren waar mensen zich thuis voelen.

Een indicatie is niet nodig.

Er zijn geen kosten aan verbonden

Informatie bij de Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

Juttershart

tel: 06-43394465

Cliëntservice Kennemerhart

tel: 5214214

Ontmoetingscentrum de Zandstroom (Zorgbalans)

De Zandstroom is een plek waar mensen elkaar ontmoeten: het is een plaats waar mensen met kwetsbaarheid en vergeetachtigheid zichzelf kunnen zijn. De medewerkers zorgen voor een positieve en actieve sfeer samen met deelnemers, vrijwilligers en familie. Binnen de activiteiten, zoals bewegen en creatieve bezigheden, kan iedereen zijn of haar rol vervullen.

De Zandstroom is geopend van maandag t/m vrijdag.

Een indicatie is niet nodig

Voor de deelnemers zijn er geen kosten aan verbonden.

Informatie bij de Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

Zandstroom

tel: 8913883

Zorgbalans

tel: 8918918

INTERNETADRESSEN

www.zandvoort.nl

www.pluspuntzandvoort.nl

www.deblauwetramzandvoort.nl

www.seniorweb.nl

www.seniorwebhaarlem.nl

www.servicepaspoort.nl

www.prezens.nl

www.bibliotheekzuidkennemerland.nl

www.seniorenvereniging-zandvoort.nl

www.zonnebloem.nl/zandvoort

www.rodekruis.nl/zandvoort

www.nbav.nl

www.deblauwegids.nl

www.kennemerhart.nl

www.zorgbalans.nl

5. Veiligheid in en om huis

Veilig wonen en leven

Uw woning moet een plek zijn waar u zich altijd veilig voelt. De kans op een inbraak kunt u verkleinen door de inzet van het Politiekeurmerk Veilig Wonen (PKVW). Een PKVW-bedrijf kan adviseren wat nodig is om te voldoen aan de eisen van dit keurmerk en ook de werkzaamheden uitvoeren (vraag wel eerst een offerte aan). Na controle en goedkeuring van uw woning ontvangt u een certificaat 'Beveiligde Woning'.

Voor informatie: Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid
tel: 030-7516777

Personenalarmering

Personenalarmering maakt het mogelijk om met één druk op de knop van een zendertje, 24 uur per dag, direct hulp te vragen. Dit waterdichte zendertje draagt u om uw pols of als ketting om uw hals. Uw hulpvraag komt via een alarmcentrale bij contactpersonen terecht. U kunt zelf contactpersonen opgeven of u kunt gebruik maken van professionele alarmopvolging. Tegenwoordig maakt professionele alarmopvolging gebruik van een sleutelkluisje.

Soms is (gedeeltelijke) vergoeding mogelijk op medische indicatie.

Uw eigen zorgverzekeraar bepaalt of u in aanmerking komt op basis van uw gezondheidsklachten.

Deze vorm van persoonsalarmering is bedoeld voor hulp in de thuissituatie. Tegenwoordig bestaan ook hulpmiddelen voor mobiele alarmering: men kan buitenshuis hulp inroepen en via GPS is de hulpvrager te lokaliseren.

Informatie bij de Sociaal werker ouderen
Hulpmiddelenlijn Zilveren Kruis

tel: 5719393
tel: 071-7510077

Aanbieders van alarmapparaat/professionele alarmopvolging:
Pluspunt **tel: 5719393**
Kennemerhart **tel: 5741637**
Servicepaspoort (ledenservice Zorgbalans) **tel: 8918440**
Ledenservice Viva! **tel: 088-9958822**

De Telefooncirkel

De Telefooncirkel is bedoeld voor alleenstaanden die verzekerd willen zijn van een dagelijks contact.

De cirkel wordt gevormd door enkele ouderen die elkaar één keer per dag op een vast tijdstip bellen (tussen 9.00- 9.30 uur).

Iedere dag start de eerste deelnemer de cirkel; deze belt de 2e en zo wordt de cirkel in een vaste volgorde rondgebeld. Als er problemen zijn of als u de telefoon niet opneemt, wordt zo snel mogelijk actie ondernomen door een medewerker van Pluspunt.

Informatie bij de Sociaal werker ouderen **tel: 5719393**

Valpreventie ‘Vermijd vallen, blij vitaal!’

Deze cursus is voor iedereen ouder dan 65 jaar die weleens valt, die weleens bang is om te vallen of die een eventuele val in de toekomst wil voorkomen.

Het is een korte cursus van vijf bijeenkomsten, ontwikkeld door fysiotherapeuten. U leert over risico's binnen en buiten uw woning. U krijgt oefeningen om uw fitheid en uw evenwicht te verbeteren.

Deze aanpak vermindert niet alleen het risico om te vallen; het heeft een positief effect op uw algehele gezondheid.

Informatie en aanmelden bij de Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

INTERNETADRESSEN

www.politiekeurmerk.nl

www.pluspuntzandvoort.nl

www.servicepaspoort.nl

www.kennemerhart.nl

6. Geldzaken

Belastingen, premie voor de ziektekostenverzekering, huur, een nieuwe bril... alles moet betaald worden en alles lijkt steeds duurder te worden.

Dit hoofdstuk geeft informatie over bestaande regelingen. Voor wie een laag inkomen heeft, b.v. alleen AOW of AOW met een klein pensioen, zijn diverse regelingen die een financiële tegemoetkoming kunnen bieden.

De uitvoering ervan is in handen van verschillende instanties; bij hén dient de aanvraag ingediend te worden. Om in aanmerking te komen is het nodig dat men aan de gestelde voorwaarden voldoet. De Sociaal werker ouderen kan u verder informeren en helpen bij het aanvragen. Met veel vragen kunt u ook terecht bij het Sociaal Wijkteam.

ZandvoortPas

De ZandvoortPas is een persoonsgebonden pas. U kunt deze aanvragen als u een laag inkomen heeft. Met deze pas kunt u diverse kortingen krijgen bij cursussen en culturele en sportactiviteiten.

De Zandvoortpas is noodzakelijk voor deelname aan de gemeentelijke zorgpolis (zie zorgverzekering op blz. 44)

Informatie bij:

Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

Sociale Zaken

tel: 14023

Kwijtschelding van gemeentelijke belastingen en Hoogheemraadschap van Rijnland

Aan het begin van ieder jaar ontvangt u zowel een aanslag van de gemeentelijke belastingen (o.a. Onroerend Zaak Belasting) als ook van de Belasting Samenwerking Gouwe-Rijnland. Als u een laag inkomen heeft, b.v. alleen AOW of AOW met een klein pensioen,

dan kunt u in aanmerking komen voor gehele of gedeeltelijke kwijtschelding.

Dat hangt van meer dingen af, zoals b.v. de hoogte van uw huur. Het is altijd de moeite waard om kwijtschelding aan te vragen. De brochures bij de aanslagen informeren u over hoe u dit kunt doen.

Voor informatie:

Sociaal Wijkteam **tel: 5740450**

Gemeentebelastingen Kennemerland Zuid **tel: 5126066**

Belasting Samenwerking Gouwe-Rijnland **tel: 071-5256200**

Als u hulp nodig heeft bij het invullen van de formulieren kunt u

bellen met de Plusdienst **tel: 5717373**

Aanvullende inkomensvoorziening Ouderen (AIO)

Als u geen volledige AOW-uitkering heeft opgebouwd kan uw inkomen lager dan het minimuminkomen zijn. Dit kan b.v. komen door verblijf in het buitenland. Indien u aan de voorwaarden voldoet kunt u een aanvulling op uw AOW krijgen, de AIO-uitkering. U dient dit zelf aan te vragen. Als uw situatie daartoe aanleiding geeft stuurt de Sociale Verzekeringsbank u bericht, nadat u uw AOW heeft aangevraagd.

Informatie bij:

Sociaal Wijkteam **tel: 5740450**

Sociaal werker ouderen **tel: 5719393**

Bijdrage bij extra uitgaven/ bijzondere bijstand

Ouder worden kan gepaard gaan met ziekte of handicaps, waardoor u voor extra uitgaven kan komen te staan, b.v. extra hoge kosten die uw zorgverzekering niet vergoedt.

Bijzondere bijstand is bedoeld voor noodzakelijke kosten die u niet zelf kunt betalen. Of u in aanmerking komt hangt af van uw inkomen (laag inkomen) en uw bezittingen (vermogen, huis, auto).

Tegemoetkoming bij ziekte en handicap

Als u chronisch ziek bent of een handicap heeft, kunt u onder bepaalde voorwaarden in aanmerking komen voor een tegemoetkoming. Dit is een tegemoetkoming voor het wettelijk eigen risico van de zorgverzekering en/of voor de eigen bijdrage van een Wmo voorziening.

Wacht met het aanvragen tot uw eigen risico is opgebruikt, of tot u alle rekeningen van de eigen bijdrage heeft ontvangen.

U kunt één keer per jaar een aanvraag doen.

Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

Belastingen

Als u bericht van de Belastingdienst ontvangt (verplichte aangifte), of als u denkt in aanmerking te komen voor teruggave kunt u hulp krijgen bij het invullen van de aangifte.

Pluspunt heeft belastingvrijwilligers, die u deze hulp kunnen bieden. De belastingvrijwilligers zijn ervaren en goed op de hoogte van de regels en mogelijkheden.

Deze hulp is voor mensen met een laag inkomen. Er wordt een kleine vergoeding gevraagd.

Informatie bij de Plusdienst

tel: 5717373

Hulp bij administratie

Het opbergen van allerlei papieren op een overzichtelijke wijze of het invullen van formulieren kan soms een probleem worden. Dat kan gebeuren als het gezichtsvermogen afneemt of als de partner overleden is en men niet gewend is om de administratie bij te houden. Als de hulp van familie of bekenden ontbreekt, kunt u een beroep doen op vrijwilligers van Pluspunt.

Hulp bij het ordenen van uw administratie vindt bij u thuis plaats.

Inlichtingen bij de Plusdienst

tel: 5717373

Zorgverzekering, zorgtoeslag en huurtoeslag

Zorgverzekering

Iedereen is verplicht zich te verzekeren voor het basispakket; u bent vrij in het kiezen van een aanvullende verzekering, eigen risico en het soort polis.

U kunt éénmaal per jaar van verzekeraar wisselen (aan het eind van het jaar). Deelnemen aan een collectieve verzekering biedt u korting op de nominale premie. Hiervoor zijn diverse mogelijkheden, afhankelijk van uw situatie. U kunt terecht bij de gemeente Zandvoort, de ouderenbonden, de vakbonden, het Servicepaspoort en bij (oud)werkgevers.

De gemeente Zandvoort biedt samen met zorgverzekeraars Univé en Zorg en Zekerheid een collectief pakket aan. In dit pakket zijn het eigen risico en de eigen bijdrage Wmo meeverzekerd. Deze zorgpolis is voor iedereen met een Zandvoortpas.

Voor informatie:

Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

Zorgtoeslag

De zorgtoeslag is een tegemoetkoming in de premiekosten van de zorgverzekering. U kunt de zorgtoeslag aanvragen bij de Belastingdienst. De Belastingdienst bepaalt het recht op en de hoogte van de zorgtoeslag en betaalt deze uit. De hoogte is afhankelijk van uw inkomen en dat van uw eventuele partner. Ook uw vermogen kan meetellen.

Voor informatie:

Belastingdienst

tel: 0800-0543

Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

Huurtoeslag

De huurtoeslag is een tegemoetkoming als de huur in verhouding tot het inkomen hoog is. De Belastingdienst bepaalt het recht op en de hoogte van de huurtoeslag. Daarbij gaat men uit van het actuele (geschatte) inkomen. Wijzigingen in inkomens-, gezins- of leefsituatie dient u direct aan de Belastingdienst door te geven, omdat deze van invloed kunnen zijn op de hoogte van de huurtoeslag. Uitbetaling van de huurtoeslag gebeurt door de Belastingdienst als maandelijks voorschot.

Aanvragen bij de Belastingdienst, eventueel in combinatie met de zorgtoeslag.

Voor informatie:

De Belastingdienst

tel: 0800-0543

Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

Woonstichting De Key

tel: 5717741

De Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

Hulp bij schulden

Als rekeningen niet langer betaald kunnen worden is het zaak om snel hulp te zoeken. Schulden brengen meestal extra kosten met zich mee, zoals rente en de kosten van een incassobureau of deurwaarder.

Een schuldregeling kan op 2 manieren worden aangepakt:

1. Bemiddeling: de schulden worden geïnventariseerd en met de schuldeisers wordt een betalingsregeling getroffen (minnelijk traject).
2. Sanering: wanneer een minnelijk traject niet mogelijk is, is er de mogelijkheid van de WSNP (Wet Schuldsanering Natuurlijke Personen).

Er wordt in principe gestreefd naar een afbetalingsregeling van 3 jaar.

Bij onderstaande instellingen kunt u terecht voor adviezen, begeleiding en bemiddeling. Schuldsanering gebeurt alleen bij de Gemeente Haarlem afd. schulddienstverlening.

Gemeente Haarlem	tel: 14023
Zijlvest 39 Haarlem	
Sociaal Wijkteam	tel: 5740450
Sociaal werker ouderen	tel: 5719393

Hulp bij beheer van geld en goederen

Het kan gebeuren dat u het beheer over de financiën niet meer zelf aankunt en dit moet overlaten aan anderen. Soms is dat niet eenvoudig, b.v. omdat deze personen geen tijd hebben of over onvoldoende kennis beschikken. Het kan ook zijn dat u geen betrouwbare personen kent. In dat geval kunt u een beroep doen op een stichting. Er zijn verschillende mogelijkheden: inkomensbeheer, beschermingsbewind (aanvraag bij de kantonrechter).

Informatie bij:

Sociaal werker ouderen	tel: 5719393
CAV Amsterdam/ Kennemerland	tel: 088-8228228
Stichting Budget (9.00-11.00 uur)	tel: 5572156
De Raadsmannen (9.00-12.00 uur)	tel: 0252-864455

Notaris (telefoon)

Voor het nemen van belangrijke beslissingen, zoals het verdelen van de erfenis of het doen van schenkingen, kunt u advies vragen van een notaris.

Voor algemene vragen:

Notaristelefoon (9.00-14.00 uur)	tel: 0900-3469393
----------------------------------	--------------------------

INTERNETADRESSEN

www.zandvoort.nl

www.bsgr.nl

www.belastingdienst.nl

www.rijksoverheid.nl

www.toeslagen.nl

www.kontext.nl

www.stichtingbudget.nl

www.notaris.nl

www.gezondverzekerd.nl

www.sociaalwijkteamhaarlem.nl

www.gbkz.nl

www.hetcak.nl

www.pluspuntzandvoort.nl

www.haarlem.nl

www.stichting-cav.nl

www.deraadsmannen.nl

www.svb.nl

7. Hulpmiddelen, aanpassingen en klusjes in en om huis

Hulpmiddelen in huis

Het gebruik van hulpmiddelen maakt het mogelijk langer zelfstandig te blijven wonen. Het kan gebeuren dat u een hulpmiddel slechts tijdelijk nodig heeft, omdat de kwaal geneest óf ter overbrugging naar een definitieve voorziening die u nog moet aanvragen.

Hulpmiddelen lenen - tijdelijk gebruik

Hulpmiddelen kan men lenen in een thuiszorgwinkel. Men kan hulpmiddelen 3 maanden lenen; deze termijn kan met 3 maanden verlengd worden. Daarna gaat men huur betalen.

Indien noodzakelijk is het verstandig in deze leenperiode een definitieve voorziening aan te vragen.

Thuiszorgwinkels

JenS

tel: 088-0016300

A. Hofmanweg 39 B
2031 BH Haarlem

JenS verzorgt tevens het onderhoud van hulpmiddelen die verstrekt worden door de gemeente Zandvoort in het kader van de WMO.

Zorgbalans (Medipoint)

tel: 8918918

Stephensonstraat 45 én Lieven de Keylaan 7
2014 KC Haarlem 2101 VD Heemstede

Vegro

tel: 0800-2887766

Amsterdamstraat 70-72
2032 PS Haarlem

Hulpmiddelen aanvragen - langdurig gebruik

De zorgverzekering regelt hulpmiddelen die nodig zijn voor behandeling, verzorging, verpleging en revalidatie. Bijvoorbeeld een verstelbaar bed. Eenvoudige loophulpmiddelen, zoals krukken en rollator worden niet meer vergoed.

Uw eigen zorgverzekeraar kan u verder informeren over de aanvraag en vergoeding.

De gemeente (WMO) verzorgt hulpmiddelen en voorzieningen voor problemen op het gebied van zelfredzaamheid, huishouden en mobiliteit.

Iedereen die een voorziening aanvraagt en krijgt toegekend betaalt hiervoor een eigen bijdrage. Dit geldt niet voor rolstoelen.

Deze eigen bijdrage wordt geïnd door het CAK.

Voor sommige voorzieningen is het mogelijk een PGB aan te vragen.

Informatie bij Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

Melding/aanvraag bij afdeling Wmo

tel: 5114368

ErgoThuis

ErgoThuis is ergotherapie aan huis. Ergotherapie richt zich op de praktische gevolgen van ziekte of handicap in het dagelijks leven; gevolgen voor uzelf en/of voor uw partner. De ergotherapeut onderzoekt de aard van de belemmeringen. Na onderzoek kan de behandeling bestaan uit adviseren, begeleiden en oefenen. Ook kunt u advies krijgen over hulpmiddelen en aanpassingen in huis. De ergotherapeut kan bij u thuis komen.

U kunt direct een afspraak maken met een ergotherapeut.

Vergoeding via de zorgverzekeraar. Sommige verzekeraars vragen een verwijzing via de huisarts.

Aanpassingen in huis

Door ouderdom, ziekte of beperkingen kan het pijnlijk of lastig zijn u te bewegen. U bent minder mobiel. Dit kan ook betekenen dat u in huis problemen ervaart.

Aanpassingen aan de woning kunnen de woning toegankelijk maken. Aanpassingen kunnen er voor zorgen, dat u zich goed en veilig zelf kunt redden in de woning.

Sommige aanpassingen kunt u wellicht zelf (laten) doen, b.v. het verwijderen van drempels. Wanneer het niet lukt zelf een oplossing te realiseren, kunt u zich wenden tot de gemeente om te onderzoeken of een indicatie in het kader van de WMO mogelijk is. Iedereen die een voorziening krijgt toegekend betaalt hiervoor een eigen bijdrage.

Voor meer informatie:

Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

Blijverslening

Met een blijverslening kunt u aanpassingen in uw woning betalen. U kunt uw woning levensloopbestendig maken, zodat u in uw eigen woning kunt blijven wonen. Voorbeelden van maatregelen die u zou kunnen nemen: een veilige douche, een kamer beneden (geschikt) maken als slaapkamer, rolstoeltoegankelijk maken.

De voorwaarden om in aanmerking te komen zijn vastgesteld door de gemeente Zandvoort.

De brochure met informatie en het aanvraagformulier kunt u afhalen bij de gemeente Zandvoort en het Sociaal Wijkteam.

Klusjes in en om het huis

Kleine klusjes, een lamp die vervangen moet worden, een stopcontact dat niet goed vastzit, een elektrisch snoer dat vastgelegd moet worden of een plankje dat aan de muur moet worden

vastgezet, etc. kunnen in de meeste gevallen door vrijwilligers gedaan worden; voor grotere klussen kan naar professionele bedrijven verwezen worden.

Informatie bij de Plusdienst

tel: 5717373

INTERNETADRESSEN

www.jensrevalidatie.nl

www.vegro.nl

www.hulpmiddelenwijzer.nl

www.tweedehandshulpmiddelen.nl

www.sociaalwijkteamhaarlem.nl

www.medipoint.nl

www.zorgoutlet.nl

www.haarlem.nl

www.zandvoort.nl

8. Informatie, dienstverlening en belangenbehartiging

Eenzaamheid

Eenzaam betekent: alleen, stil, weinig bezoek.

Eenzaamheid is een gevoel dat mensen kunnen hebben en dat over het algemeen niet prettig is. Bij ouderen komt het regelmatig voor.

Factoren die bij het ontstaan van eenzaamheid een rol kunnen spelen zijn het wegvallen van de partner, achteruitgang van de gezondheid, financiële beperkingen, het ontbreken van betekenisvolle contacten. Omdat de oorzaken verschillen is er geen eenduidige oplossing.

De Sociaal werker ouderen kan u in een aantal persoonlijke gesprekken ondersteunen om een voor u passende oplossing te vinden.

tel: 5719393

Welzijn op recept

Voelt u zich soms alleen, piekert u veel of zitten lichamelijke of psychische klachten in de weg? En wilt u uw welzijn en de kwaliteit van uw leven verbeteren? Via Welzijn op Recept kunt u een positieve draai aan uw leven geven. Samen met u kijkt een coach van Pluspunt waar u mee zit en welke oplossing bij u past. De coach van Welzijn op Recept is een welzijnscoach of een netwerkcoach.

Waarvoor kunt u bij de welzijnscoach terecht?

De welzijnscoach kijkt samen met u op welke manieren u uw welzijn kunt verbeteren. Samen met u kijkt de coach welke interesses u heeft en welke mogelijkheden bij u passen. Misschien wilt u iets oppakken wat u vroeger altijd leuk gevonden heeft, of u wilt iets nieuws proberen, of het doet u goed als u voor een ander iets kunt betekenen. De welzijnscoach kan u ondersteunen om de eerste stappen te zetten.

Waarvoor kunt u bij de netwerkcoach terecht?

De netwerkcoach helpt u om oude contacten nieuw leven in te blazen of nieuwe contacten te maken. Als door omstandigheden contacten zijn weggevallen of verwaterd, kunt u te maken krijgen met een gevoel van eenzaamheid. Familie, vrienden of een goede buur zijn onmisbaar en samen iets ondernemen is leuker dan alleen. Indien nodig kunt u elkaar een steuntje in de rug geven. Wilt u iets ondernemen om uw kringetje te vergroten? Weet u niet hoe het aan te pakken? De netwerkcoach kan u daarbij ondersteunen.

Hoe werkt het?

U meldt zich aan voor Welzijn op Recept. U kunt ook door iemand anders aangemeld worden, bijvoorbeeld door de huisarts, de wijkverpleegkundige of de praktijkondersteuner. De Sociaal werker ouderen neemt contact met u op voor een intakegesprek. Zij luistert naar uw verhaal en samen neemt u de mogelijkheden door. Indien gewenst koppelt zij u aan een welzijnscoach of netwerkcoach. De coaches hebben hiervoor een training gevolgd en zijn goed op de hoogte van alle mogelijkheden. Hulp via Welzijn op Recept is gratis.

tel. 5719393

Dementie

Dementie is een verzamelnaam voor een aantal hersenaandoeningen. Bij dementie is vaak sprake van ernstige geheugenstoornissen. Maar er zijn nog andere problemen, zoals het niet goed meer kunnen uitvoeren van allerlei dagelijkse vaardigheden, gestoorde spraak, geen juist besef van tijd. Ook kunnen veranderingen in gedrag of stemmingswisselingen optreden. De meest voorkomende vorm van dementie is de ziekte van Alzheimer.

Alzheimer Nederland

tel: 033-3032502

telefonische hulpdienst: 0800-5088

Deze vereniging geeft informatie en cursussen over dementie, o.a. aan partners en familieleden van dementerenden, zodat zij leren omgaan met deze ziekte. Men probeert de betrokkenen met elkaar in contact te brengen en doet onderzoek naar de oorzaken, voorkomen en eventuele behandeling van dementie. Omdat omgaan met een dementerende moeilijk kan zijn, worden ook in Zuid-Kennemerland bijeenkomsten georganiseerd voor familieleden en belangstellenden.

Voor meer informatie over de bijeenkomsten kunt u bellen met:

Alzheimer vereniging Zuid-Kennemerland

tel: 5452170

Alzheimer Trefpunt

Het Alzheimer Trefpunt is een trefpunt voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en vrienden. Ook hulpverleners en andere belangstellenden zijn welkom. Elke avond wordt er een actueel thema besproken. In een open en gemoedelijke sfeer kan men ervaringen uitwisselen, vragen stellen en mogelijkheden voor hulp- en dienstverlening bespreken.

De bijeenkomsten zijn elke eerste woensdag van de maand op verschillende locaties (Pluspunt, De Blauwe Tram, Juttershart, Zandstroom).

Tijd: 19.15-21.00 uur. Gratis toegang.

Voor meer informatie, ook over vervoer of gezelschap voor een thuisblijvende partner kunt u bellen

tel: 5717373

Informatie voor mantelzorgers

Iedereen die onbetaald zieke of gehandicapte familieleden verzorgt wordt mantelzorger genoemd. Deze zorg kan vanzelfsprekend zijn, maar soms kan dit ook (te) zwaar worden. Naast hulp door professionele organisaties kan extra ondersteuning gewenst zijn. Zoals individuele raad over de situatie thuis, het geven van voorlichting of informatie over regelingen die van belang zijn als u voor een ander zorgt. Voorts kan praktische ondersteuning geboden worden door vrijwilligers, die wekelijks de zorg voor enkele uren kunnen overnemen. Dit heet respijtzorg.

U kunt contact opnemen met

Tandem

tel: 8910610

Sociaal werker ouderen/mantelzorgconsulent

tel: 5719393

Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

Mezzo Mantelzorglijn

tel: 0900-2020496

Verlichting mantelzorg

Indien u een chronische aandoening heeft en met mantelzorg en waar nodig professionele zorg thuis woont, kan het soms nodig zijn dat deze zorg tijdelijk overgenomen wordt. Bijvoorbeeld om de mantelzorger tijdelijk te ontzien of als deze op vakantie gaat.

U kunt dan tijdelijk terecht in Zorghotel De Zandhoeve in Huis in de Duinen.

Voor meer informatie:

Cliëntservice Kennemerhart

tel: 5214214

Vakantie voor mantelzorgers

Handen-in-Huis is een landelijk werkende organisatie die zich richt op 24-uurs vervanging van de vaste mantelzorgers van thuiswonenden. Door deze vervanging kan de mantelzorger met een gerust hart op vakantie.

De duur van de vervanging is minimaal 3 dagen (2 nachten), terwijl het maximum aantal dagen afhankelijk is van de wens van de klant/mantelzorger en de financiering door de betreffende zorgverzekeraar.

Voor meer informatie:

'Handen-in-Huis'

tel: 030-6590970

Ouderenmishandeling

Ouderenmishandeling is een vorm van huiselijk geweld.

Onder huiselijk geweld verstaan we geweld dat door iemand uit de huiselijke kring (gezin, familie, huisvrienden, ex-partners) van het slachtoffer wordt gepleegd.

Er zijn verschillende vormen van huiselijk geweld:

- lichamelijk geweld
- psychische mishandeling
- verwaarlozing
- seksueel misbruik
- schending van rechten
- financiële uitbuiting.

Huiselijk geweld komt in alle lagen van de bevolking voor; ook ouderen kunnen hiervan het slachtoffer zijn. De gevolgen van huiselijk geweld zijn groot, zowel voor slachtoffers als voor hun omgeving. Bij het advies- en meldpunt huiselijk geweld kunt u uw verhaal kwijt en vindt u een luisterend oor (24 uur per dag bereikbaar). U kunt advies krijgen en u wordt zo nodig doorverwezen naar de juiste hulpverleners.

Veilig Thuis: voor informatie, advies en meldingen

tel: 0800-2000

Sociaal werker ouderen

tel: 5719393

Sociaal Raadslieden (Stichting Dock)

De Blauwe Tram, Louis Davids carré 1

tel: 5430668

Sociaal Raadslieden kennen de weg in regelingen en formulieren en zijn bekend met (overheids)instellingen. U kunt bij hen terecht voor informatie en een onafhankelijk advies. Zij helpen u bij het invullen van formulieren en opstellen van bezwaarschriften. En als u er met een instantie niet uitkomt, gaan zij voor u bemiddelen.

De Sociaal Raadslieden werken nauw samen met het Sociaal Wijkteam, maar maken er geen deel van uit.

U kunt zelf een afspraak maken of via het Sociaal Wijkteam.

Inloospreekuur: woensdag 9.00 – 10.30 uur

Maatschappelijk werk (Stichting Dock)

De maatschappelijk werkers in Zandvoort maken deel uit van Sociaal Wijkteam Zandvoort.

tel: 5740450

Inloospreekuur advocaten (gratis)

Elke dinsdagmiddag van 16:00-17:00 uur is er een gratis inloospreekuur in wijksteunpunt De Blauwe Tram. Het spreekuur is bedoeld voor particulieren, ZZP'ers en het MKB. U kunt terecht met vragen op een breed terrein, bijvoorbeeld personen- en familierecht, huurrecht, incasso's enz.

Het spreekuur wordt verzorgd door Advocatenkantoor Meijer & Sarin

tel: 5347156

Het Juridisch Loket

tel: 0900-8020

Stationsplein 70

2011 LM Haarlem

Het Juridisch Loket geeft juridisch advies en informatie. Een juridisch geschoolde medewerker bekijkt uw probleem en adviseert over de

kortste weg naar een oplossing. Informatie en advies zijn gratis. Het juridisch Loket is er voor mensen met een laag inkomen.

GGZ inGeest, locatie Zuiderpoort

Amerikaweg 2, 2035 RA Haarlem

Afdeling ouderen

tel: 5187300

De afdeling ouderenpsychiatrie biedt zorg aan alle mensen van zestig jaar en ouder met ernstige psychische of psychosociale klachten. Men biedt diagnostiek en behandeling en ook speciale voorlichtings-bijeenkomsten. Voor aanmelding is een verwijzing van huisarts of specialist nodig. Voor hulp bij milde klachten kunt u terecht bij Prezens (zie hoofdstuk 4).

Kennemerhart

tel: 5214214

De afdeling Cliëntservice van Kennemerhart geeft u informatie over het zorgaanbod van Kennemerhart.

Bloedprikken in Zandvoort – Atalmedial tel: 088-0037735

(met verwijzing van de huisarts of specialist)

Wooncentrum Kostverloren

Burgemeester Nawijnlaan 100

Bloedafname en trombosedienst

woensdag en vrijdag 8:00-11:30 uur

Steunpunt OOK Zandvoort

Flemingstraat 55.

Bloedafname en trombosedienst

maandag en donderdag 8:00-11:30 uur

**Stichting Werkverband Emancipatie en Belangen-
behartiging van Lichamelijk Gehandicapten in Zuid-
Kennemerland** **tel: 5311834**

Zijlweg 1

2013 DA Haarlem

Belangrijke aandachtsgebieden zijn: versterking van de positie van gehandicapten en chronisch zieken, WMO, zorg, sociale activering, toegankelijkheid, vervoer, communicatie.

**Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levens einde
(NVVE)** **tel: 020-6200690**

Postbus 75331, 1070 AH Amsterdam

Euthanasie is het actief levensbeëindigend handelen, door een ander dan de betrokkene, op diens verzoek.

De NVVE gaat uit van het recht op zelfbeschikking, ook ten aanzien van de dood. Zij stelt aan haar leden wilsverklaringen beschikbaar, waarin keuzes kunnen worden vastgelegd. Hierdoor is het voor artsen en naasten duidelijk wat u wilt.

MINDKorrelatie **tel: 0900-1450**

op werkdagen van 9.00-18.00 uur

De MINDKorrelatie hulp- en advieslijn voor directe hulp bij psychische problemen en bij vragen over de gezondheid. U kunt anoniem blijven.

Sensor Haarlem **tel: 5471471**

Telefonische Hulpdienst

of: 0900-0767

De telefonische hulpdienst kunt u bellen voor een gesprek van mens tot mens. Men is 7 dagen per week 24 uur per dag bereikbaar voor een anoniem en vertrouwelijk gesprek. Ook e-mail en chat is mogelijk via www.deluisterlijn.nl

INTERNETADRESSEN

www.ikvergeet.info

www.alzheimer-nederland.nl

www.tandemmantelzorg.nl

www.helpenzorgen.nl

www.mezzo.nl

www.respijtwijzer.nl

www.handeninhuis.nl

www.huiselijkgeweld.nl

www.veiligthuis-ken.nl

www.dock.nl

www.juridischloket.nl

www.ggzingeest.nl

www.kennemerhart.nl

www.atalmedial.nl

www.nvve.nl

www.mindkorrelatie.nl

www.deluisterlijn.nl

9. Wonen

Woonstichting De Key

tel: 5717741

Pasteurstraat 16
2041 VA Zandvoort

De Key bouwt en verhuurt woningen aan jongeren, ouderen, minder validen en minder draagkrachtigen en kent een toewijzingsbeleid.

Via internet (www.mijnwoonservice.nl) worden vrijgekomen woningen aangeboden.

Passend wonen

Passend Wonen Zandvoort draagt eraan bij dat meer huurders van De Key in Zandvoort een woning vinden die past bij hun levensfase. Dit geldt ook voor senioren. Men krijgt de mogelijkheid om te verhuizen naar een woning op de begane grond of een appartement dat goed bereikbaar is met een lift. Men behoudt de huidige huur. Hulp van een wooncoach is mogelijk om de verhuizing soepel te laten verlopen.

Voorwaarden voor inschrijving:

- de leeftijd is 65 jaar of ouder
- men huurt een eengezinswoning of 4-kamerappartement van De Key

- er is geen sprake van betaalachterstand of een overlastdossier

Informatie en inschrijven:

De Key Zandvoort

tel: 5717741

Woonservice Kennemerland

tel: 0900-0400800

bereikbaar: maandag t/m vrijdag 8.00-17.00 uur

Woonservice brengt het aanbod van de wooncorporaties en de vraag van de woningzoekenden samen. Het betreft huurwoningen in de regio Kennemerland. U kunt zich inschrijven en reageren op het aanbod. Voor sociale huurwoningen geldt een inkomensgrens.

Woonzorg Nederland

tel: 020-6662666

Postbus 339

1180 AH Amstelveen

Woonzorg Nederland is een woningcorporatie gespecialiseerd op het gebied van wonen, service en zorg aan ouderen. In de gemeente Zandvoort beheert en verhuurt Woonzorg Nederland de complexen Kostverloren, Huis in de Duinen en A.G. Bodaan.

Seniorenwoningen

Seniorenwoning zijn gelijkvloerse woningen voor mensen vanaf 65 jaar. Deze woningen zijn zonder trap bereikbaar en kunnen voorzien zijn van extra aanpassingen zoals beugels aan de muur. U heeft geen indicatie nodig voor een seniorenwoning.

Aangepaste woningen

Aangepaste woningen zijn woningen voor mindervaliden die aantoonbaar aangewezen zijn op een ingrijpend aangepaste woonruimte. Voor zo'n woning heeft u een Wmo-indicatie nodig. Deze indicatie moet aangeven dat u moet verhuizen omdat uw huidige woning niet aan te passen is.

Informatie bij Sociaal Wijkteam

tel: 5740450

Aanleunwoningen/Zorgwoningen

In de gemeente Zandvoort verhuurt Woonzorg de woningen rondom woonzorgcentrum Huis in de Duinen, rondom woonzorgcentrum A.G. Bodaan en het wooncomplex Kostverloren.

Dit zijn allemaal zelfstandige woningen; het zijn sociale huurwoningen. De woningen worden toegewezen op basis van wachttijd en zijn bestemd voor personen van 55 jaar en ouder. Een indicatie, vastgesteld en toegekend door de zorgverzekeraar

(minimaal 2 uur zorg per week) biedt voorrang. Of een verhuisadvies door de afdeling WMO van de gemeente. Een inschrijving bij Woonservice is noodzakelijk.

Het woonzorgcentrum

In een woonzorgcentrum wonen ouderen die niet meer zelfstandig thuis kunnen wonen. Wanneer de zorg thuis zo complex is dat het thuis niet verantwoord is kan opname in een woonzorgcentrum noodzakelijk zijn. Ook de noodzaak van 24-uurs toezicht kan een reden voor opname zijn. Meestal is er op dat moment al sprake van thuiszorg door wijkverpleging. Deze kan met u in gesprek over de mogelijkheden.

Voor het wonen in een woonzorgcentrum is een verblijfsindicatie (indicatie Wet langdurige zorg) nodig van het CIZ.

In Zandvoort en omgeving zijn diverse woonzorgcentra.

Informatie bij:

Kennemerhart

tel: 5214214

Zorgbalans

tel: 8918918

Particuliere woonzorgvoorzieningen

Er zijn particuliere zorginstellingen waar u zonder indicatie terecht kunt. Senioren met een zorgvraag kunnen terecht bij de particuliere zorginstellingen van de NeVeP. Zorg en aanvullende diensten worden geleverd tegen vooraf afgesproken tarieven.

Een overzicht van particuliere zorginstellingen kunt u aanvragen bij:

Nederlandse Vereniging van Particuliere Woonzorg Voorzieningen

(NeVeP)

tel: 030-7810007

Postbus 85856, 2508 CN, Den Haag

INTERNETADRESSEN

www.dekey.nl

www.mijnwoonservice.nl

www.woonzorg.nl

www.kennemerhart.nl

www.zorgbalans.nl

www.sociaalwijkteamhaarlem.nl

www.ciz.nl

www.nevep.nl

INTERNETADRESSEN ALGEMEEN

Er zijn nog veel meer websites waar u voor algemene informatie terecht kunt. Enkele voorbeelden hiervan:

www.kiesbeter.nl

Informatie van de overheid over zorg en gezondheid.

www.gezondheidsplein.nl

Informatie over aandoeningen, ziekte en gezondheid.

www.wehelpen.nl

Een hulpmiddel om het elkaar helpen gemakkelijker te maken. Men kan een eigen online agenda aanmaken en zo de hulp van uw eigen hulpnetwerk organiseren.

www.carenzorgt.nl

Voor mensen die zorg ontvangen of voor iemand zorgen. Een hulpmiddel om de zorg te organiseren, informatie te delen en taken te plannen.

www.miessagenda.nl

Deze website biedt de mogelijkheid een agenda app te downloaden. Deze agenda biedt een besloten groep mensen de mogelijkheid om zorg en aandacht rond een persoon te organiseren.

www.regelhulp.nl

Geeft een overzicht van zorg, hulp en financiële steun voor ouderen, chronisch zieken en gehandicapten.

www.50plusnet.nl

Deze website heeft als doel senioren in de gelegenheid te stellen hun sociale netwerk uit te breiden.

www.rijksoverheid.nl

Informatie en nieuws van de Rijksoverheid over allerlei onderwerpen.

www.alsikouderword.nu

Een hulpmiddel om na te denken over wat op u af kan komen bij het ouder worden.

