

PLUSPUNT ZANDVOORT



WIE, WAT, WAAR?

INFORMATIEGIDS VOOR SENIOREN

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



# Inhoud

<b>Belangrijke telefoonnummers</b> .....	8
<b>Inleiding</b> .....	9
<b>Stichting Pluspunt Zandvoort</b> .....	10
<b>Wijksteunpunten</b> .....	11
<b>De sociaal werker ouderen</b> .....	13
<b>Sociaal Wijkteam</b> .....	14
<b>1. Eten</b> .....	<b>15</b>
Boodschappendienst.....	15
Maaltijden aan huis.....	15
Warme maaltijden.....	16
Koelverse maaltijden .....	16
Vriesverse maaltijden .....	16
De Eetclub .....	16
Kom je OOK eten?.....	16
Kennemerhart.....	17
JW Teleshopping.....	17
<b>2. Zorg en huishoudelijke hulp</b> .....	<b>19</b>
(Thuis) Zorg aanvragen.....	19
a. Huishoudelijke hulp .....	19
b. Verzorging en verpleging aan huis.....	20
c. Dagverzorging en dagbehandeling .....	20
d. Behandeling en kortdurend verblijf.....	20
e. Wonen in een verzorgings- of verpleeghuis .....	21
f. Volledig/Modulair Pakket Thuis (VPT/MPT) .....	21
Kosten .....	21
Zorg in Natura en Persoonsgebonden Budget.....	21
Hulp bij de laatste levensfase.....	23
Palliatieve zorg in Zandvoort.....	23
Stichting Hospice Groep Haarlem.....	23
<b>3. Vervoer</b> .....	<b>25</b>
De Belbus.....	25
Vervoer door vrijwilligers .....	25

Openbaar vervoer.....	26
De trein.....	26
Assistentie bij een treinreis.....	26
De bus.....	27
OV-Chipkaart.....	27
Rijbewijskeuring.....	27
Vervoer dat vergoed wordt.....	28
RegioRijder .....	28
Valys .....	28
RolMobiel.....	29
Overige vervoersvoorzieningen.....	30
Strandrolstoelen.....	30
<b>4. Cursussen en activiteiten .....</b>	<b>31</b>
Ontmoetingsactiviteiten .....	31
Koffie-in.....	31
OOK samen .....	31
Samen eten .....	32
Samen DOEN.....	32
Inlooppunt.....	32
Cursussen van Servicepaspoort.....	33
Meer bewegen voor ouderen.....	33
Prezens .....	33
<b>Activiteiten</b> .....	34
Openbare Bibliotheek .....	34
De leeskring.....	34
Boek aan huis dienst.....	34
De Seniorenvereniging Zandvoort.....	35
De Zonnebloem .....	35
Huisbezoeken.....	35
Aangepaste vakanties en dagtochten .....	35
Dagtochten, boottagen, vakantiehotels, hotelschip ...	36
Ontmoetingscentrum Juttershart.....	36
Ontmoetingscentrum De Zandstroom.....	37

<b>5. Veiligheid in en om huis .....</b>	<b>39</b>
Inbraakpreventie.....	39
Persoonsalarmering van Pluspunt.....	39
De Telefooncirkel .....	40
Valpreventie.....	40
Online veiligheid .....	40
<b>6. Geldzaken .....</b>	<b>42</b>
Kwijtschelding .....	42
Aanvullende inkomensvoorzieningen Ouderen (AIO) .....	43
Bijdrage bij extra uitgaven/bijzondere bijstand .....	43
Tegemoetkoming bij ziekte en handicap.....	44
Belastingen .....	44
Hulp bij administratie .....	44
<b>Zorgverzekering, zorgtoeslag en huurtoeslag .....</b>	<b>45</b>
Zorgverzekering .....	45
Zorgtoeslag.....	45
Huurtoeslag .....	46
Hulp bij schulden.....	46
Hulp bij beheer van geld en goederen.....	47
Notaris (telefoon) .....	47
<b>7. Hulpmiddelen, aanpassingen .....</b>	<b>49</b>
Hulpmiddelen in huis .....	49
Hulpmiddelen lenen - tijdelijk gebruik.....	49
Thuiszorgwinkels .....	49
Hulpmiddelen aanvragen.....	50
Ergotherapie aan huis .....	50
Aanpassingen in huis.....	51
Blijverslening.....	51
Klusjes in en om het huis .....	51
<b>8. Informatie, dienstverlening en belangenbehartiging.....</b>	<b>53</b>
Eenzaamheid.....	53

Welzijn op recept .....	53
Dementie .....	54
Alzheimer Nederland .....	55
Breinplein Zandvoort .....	55
Informatie voor mantelzorgers .....	55
Respijtzorg .....	56
Inloopspreekuur voor mantelzorgers .....	56
Ouderenmishandeling .....	56
Levensvragen .....	57
Hulp bij verlies of rouw .....	57
Sociaal Raadslieden .....	58
Maatschappelijk werk .....	58
Het Juridisch Loket .....	58
GGZ in Geest, locatie Zuiderpoort .....	58
Kennemerhart Ouderenzorg .....	59
Zorgbalans .....	59
Bloedprikken in Zandvoort .....	59
Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levensende .....	59
MINDKorrelatie .....	59
De luisterlijn .....	60
<b>9. Wonen .....</b>	<b>62</b>
Woningcorporatie Pré Wonen .....	62
Passend wonen .....	62
Woonservice Kennemerland .....	62
Woonzorg Nederland .....	63
Seniorenwoningen .....	63
Aangepaste woningen .....	63
Aanleunwoningen/Zorgwoningen .....	63
Het zorgcentrum .....	64
Particuliere zorginstelling .....	64
<b>INTERNETADRESSEN ALGEMEEN .....</b>	<b>66</b>



## **Belangrijke telefoonnummers**

Pluspunt	5740330
Sociaal werker ouderen	5740330
De Plusdienst	5717373
OOK Zandvoort	5740355
De Blauwe Tram	3040700
Alarmnummer spoed	112
Politie niet urgent	0900-8844
Doktersdienst	023-2242526
avond, nacht en weekend	
Gemeente Zandvoort	14023
Sociaal Wijkteam Samen Zandvoort	5719393

Huisarts :.....

Apotheek :.....

Familie :.....

.....

.....

.....



## **Inleiding**

De meeste ouderen willen het liefst zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen. Soms is daar advies en/of 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.

Veel aanvullende informatie kunt u zelf verkrijgen via de telefoon of via het internet. In deze gids zijn de telefoonnummers vermeld. Aan het eind van elk hoofdstuk zijn de websites vermeld.

Vindt u dat lastig, lukt het niet of wilt u liever 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](mailto:info@pluspuntzandvoort.nl)

**Website:** [www.pluspuntzandvoort.nl](http://www.pluspuntzandvoort.nl)

Pluspunt is een organisatie voor welzijn en maatschappelijke ondersteuning in Zandvoort. Pluspunt organiseert activiteiten en diensten voor jong en oud. Deze zijn gericht op participatie, activering, educatie en ontmoeting. Pluspunt wil bereiken dat zoveel mogelijk Zandvoorters meedoen in de maatschappij. Dat draagt bij aan gezondheid, welzijn en geluk. Het begrip Positieve Gezondheid is daarbij de leidraad.

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
- 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

2042 LZ Zandvoort

**tel: 3040700**

**E-mail:** [baliedbt@pluspuntzandvoort.nl](mailto:baliedbt@pluspuntzandvoort.nl)

**Website:** [www.wijksteunpunt-deblauwetram.nl](http://www.wijksteunpunt-deblauwetram.nl)

Activiteiten en cursussen:

- Biljarten
- Samen Doen (schilderen, klaverjassen)
- Koffie-inloop
- De Locomotief
- De Eetclub
- Steungroepen
  - Mantelzorg door Tandem
- Nuttige steken
- Bloemschikken
- Leesclub
- Poëzie lezen
- Live muziek
- Voel je fit en Fit op de mat
- Kunstgeschiedenis
- Zandvoortse verhalenmiddag

**Zandvoort Noord**  
**Pluspunt/OOK Zandvoort**

Flemingstraat 55  
2041 VW Zandvoort

**tel: 5740330**

**E-mail:**[info@pluspuntzandvoort.nl](mailto:info@pluspuntzandvoort.nl)

**Website:**[www.pluspuntzandvoort.nl](http://www.pluspuntzandvoort.nl)

**Activiteiten:**

- Ontmoetingsgelegenheid (b.v. Koffie-In)
- Breikunstenaars
- OOK Samen zondag
- Kom je OOK eten?
- Steungroepen
  - Lotgenotengroepen (depressie, verslaving, autisme, kanker)
  - Mantelzorg (Tandem)
- Schilderclub
- Scootmobielclub “de Antilopen”
- Biljarten en tafeltennis
- Herstel het Samen
- Digitaal spreekuur

**Cursussen:**

- Yoga met meditatie
- Bewegen 55-plus (Servicepaspoort)
- Denderen door de duinen
- Computer, tablet en smartphone (SeniorWeb)
- Voetje van de vloer (dans en beweging)

Voor het actuele programma en aanbod kunt u altijd terecht bij de receptie op beide locaties (In DBT alleen 's morgens), of de website.

## **De Sociaal werker ouderen**

**tel: 5740330**

De Sociaal werker ouderen informeert, adviseert en geeft u ondersteuning, zodat u zo lang mogelijk zelfstandig kunt blijven wonen. De Sociaal werker ouderen is lid van het Sociaal Wijkteam

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  
06-19279144

**Sociaal Wijkteam Samen Zandvoort** **tel: 5719393**  
**www.pluspuntzandvoort.nl/sociaal-wijkteam-samen-**  
**zandvoort**  
**e-mail: sociaalwijkteam@samenzandvoort.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 voor 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 hulpverleners, die vanuit verschillende organisaties komen. Een Sociaal werker ouderen maakt deel uit van het Sociaal Wijkteam.

De inloopspreekuren zijn op dit moment vervallen.

Formulierenwerkplaats

maandag 10:00 - 12:00 uur De Blauwe Tram, (Bibliotheek)

woensdag 9:30 – 12:00 uur Pluspunt, Flemingstraat 55

## **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: 5740330**

### **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.

**tel: 5740330**

## OVERZICHT MAALTIJDEN AAN HUIS (niet volledig)

### Warme maaltijden

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

### Koelverse maaltijden

- Uitgekookt.nl **tel: 085-0406065**

### Vriesverse maaltijden

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

## 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** (verzorgd door Rabbel) **tel: 3040700**

- dinsdag DBT Louis Davids Carré

De Eetclub start om 12:30 uur; u bent welkom vanaf 12:00 uur.

De kosten zijn € 11,75. Met Zandvoortpas € 10,75.

U kunt reserveren tot maandagochtend 11:00 uur via telefoon of bij de balie van DBT.

**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. U dient zich van tevoren aan te melden bij Pluspunt.



Kosten € 10,50. Met Zandvoortpas € 8,50.

**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.

### **Van der Weijden Versgemak** (Heemstede)

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

Ledenkorting via Servicepaspoort

Informatie en bestellen:

**tel: 5286715**

## **INTERNETADRESSEN**

[www.pluspuntzandvoort.nl](http://www.pluspuntzandvoort.nl)

[www.deblauwetrans-zandvoort.nl](http://www.deblauwetrans-zandvoort.nl)

[www.kennemerhart.nl](http://www.kennemerhart.nl)

[servicepaspoort.nl](http://servicepaspoort.nl)

[www.kievitbv.nl](http://www.kievitbv.nl)

[www.versaantafel.nl](http://www.versaantafel.nl)

[www.slagerijmarcels.nl](http://www.slagerijmarcels.nl)

[uitgekookt.nl](http://uitgekookt.nl)

[heemstede.lekkermakkelijk.nl](http://heemstede.lekkermakkelijk.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:

Sociaal Wijkteam

**tel: 5719393**

Sociaal werker ouderen

**tel: 5740330**

uw eigen huisarts

### 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 buren. 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**

**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). Het is belangrijk dat u eerst controleert of een pgb bij u past.

## **HULP BIJ DE LAATSTE LEVENSFASE**

### **Palliatieve zorg in Zandvoort**

**tel: 5214214**

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 Zandvoort 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**

Doorgaans 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 wijkverpleging 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 Hospice 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.pluspuntzandvoort.nl/sociaal-wijkteam-samen-zandvoort](http://www.pluspuntzandvoort.nl/sociaal-wijkteam-samen-zandvoort)

[www.ciz.nl](http://www.ciz.nl)

[www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl)

[www.pgb.nl](http://www.pgb.nl)

[www.informatielangdurigezorg.nl](http://www.informatielangdurigezorg.nl)

[www.kiesbeter.nl](http://www.kiesbeter.nl)

[www.kennemerhart.nl](http://www.kennemerhart.nl)

[www.hospicehaarlem.nl](http://www.hospicehaarlem.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.

De Belbus is géén taxi en wordt bestuurd door vrijwilligers.

De kosten zijn: (u betaalt met pin of strippenkaart)

enkele rit    € 1,25                       retour    € 2,50

#### **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.

Parkeerkosten worden ook in rekening gebracht.

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 mensen met een beperking**

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:

NS Reisassistentie

**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**

Connexxion verzorgt de openbare lijndiensten in deze regio.

Connexxion klantenservice

**tel: 0900-2666399**

## **OV-chipkaart**

De OV-chipkaart is een 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, vóórdát men er voor de eerste keer mee kan reizen.

Aanvragen en informatie:

Primera, Haltestraat 9, Zandvoort

**tel: 5712151**

NS klantenservice

**tel: 030-7515155**

Connexxion 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 aanvragen bij het CBR. Vervolgens maakt u een afspraak met een keuringsarts, die u onderzoekt en de verklaring aanvult. Het CBR beoordeelt uw aanvraag. Dit kan erg lang duren.

Advies: vul de gezondheidsverklaring 4 maanden voor het verlopen van uw rijbewijs in.

## **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  
afdeling Wmo

**tel: 5719393**

**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: 5740330**

Sociaal Wijkteam

**tel: 5719393**

### **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: 5719393**

## **Strandrolstoelen**

Speciale (duw)rolstoelen voor het strand kunt u lenen bij:

- **Tijn Akersloot** **tel: 5712547**
- **De Haven van Zandvoort** **tel: 5718888**
- **Thalassa** **tel: 5715660**
- **Club Nautique** **tel: 5715707**

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

## **INTERNETADRESSEN**

[www.zandvoort.nl](http://www.zandvoort.nl)  
[www.pluspuntzandvoort.nl](http://www.pluspuntzandvoort.nl)  
[www.9292.nl](http://www.9292.nl)  
[www.ns.nl](http://www.ns.nl)  
[www.ovbegeleiderskaart.nl](http://www.ovbegeleiderskaart.nl)  
[www.regiorijder.nl](http://www.regiorijder.nl)  
[www.ov-chipkaart.nl](http://www.ov-chipkaart.nl)  
[www.regelzorg.nl](http://www.regelzorg.nl)  
[www.cbr.nl](http://www.cbr.nl)  
[www.zilverenkruis.nl](http://www.zilverenkruis.nl)  
[www.valys.nl](http://www.valys.nl)  
[www.zonnebloem.nl](http://www.zonnebloem.nl)  
[www.rolmobiel.nl](http://www.rolmobiel.nl)  
[www.visitzandvoort.nl/strandrolstoelen](http://www.visitzandvoort.nl/strandrolstoelen)

## 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 Valpreventie (zie hoofdstuk 'Veiligheid' op pagina 40). Het overzicht in dit boekje is globaal en aan veranderingen onderhevig. Kijk voor actuele informatie op de website, in de ladder van de Zandvoortse Courant, of loop gewoon binnen met uw vraag of bel:

Pluspunt/OOK Zandvoort  
De Blauwe Tram

tel: **5740330**  
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 10:00 en 12:00 uur wordt gratis koffie en thee geserveerd met een verse traktatie.

#### **OOK Samen** (Flemingstraat 55)

U kunt elke dinsdag- en donderdagmiddag (13:30 – 16:00 uur) deelnemen aan een spelletje (€ 2,50).

Elke donderdagmiddag (13:30 – 16:00 uur) is er de mogelijkheid om samen te knutselen (€ 3,50).

Aanmelden is niet nodig. De eerste keer meedoen is gratis.

**Ook op zondag** kunt u meedoen met OOK Samen: elke eerste zondag van de maand in Pluspunt en de derde zondag van de maand in de ruimte van Juttershart in het HIK (Huis in het Kostverloren) van 11:00 – 15:00 uur.

De kosten zijn € 10,50 (met Zandvoortpas € 8,50; 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 16

**Samen DOEN** (Louis Davids Carré)

Elke woensdag van 13:30-15:30 uur schilderen of tekenen.

Kosten € 3,50.

Er is ook gelegenheid om te klaverjassen. Kosten € 2,50.

**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 € 2,00 voor twee kopjes koffie met wat lekkers.

**Workshop bloemsierkunst** (Louis Davids Carré)

Elke 2<sup>de</sup> vrijdag van de maand 14:00-15:30 uur. Kosten € 9,00.

**De Locomotief** (Louis Davids Carré)

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

Elke dinsdag van 10:00-12:00 uur een gezellige bijeenkomst.

Kosten: € 2,50 per keer.

**Digitaal Sterk! Bibliotheek Zandvoort**

De vrijwilligers van Digitaal Sterk! helpen je bij al jouw vragen op digitaal gebied. Samen met de vrijwilliger bespreek je wat nodig is en hoe je kunt werken aan jouw digitale vaardigheden. Wil je een afspraak maken voor het spreekuur? Bel dan naar **023-5115348**.

**Spreekuur wekelijks op maandag van 10:00-12:00 uur**



## **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. **Cursussen om te leren hoe om te gaan met uw problemen en meer te genieten van het leven:**
  - dit is jouw leven
  - leven met een chronische ziekte
  - mindfulnessstraining
- b. **Cursussen voor familieleden en betrokkenen:**
  - omgaan met psychische klachten
  - mijn verhaal als mantelzorg
- c. **Ondersteuning bij rouw**

Informatie en aanmelden bij:

Secretariaat preventie

**tel: 088-7885015**

## Activiteiten

### Bibliotheek Zuid-Kennemerland

tel: 5115300

Louis Davids carré I

Openingstijden (er is een medewerker aanwezig):

maandag	13:30-17:30 uur
dinsdag	13:30-17:30 uur
woensdag	10:00-17:30 uur
donderdag	gesloten
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

Met en Zandvoortpas is het basisabonnement van de bibliotheek gratis.

**Een leeskring** is een groepje mensen dat éénzelfde 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 Blauwe Tram

tel: 3040700

De Seniorenvereniging (Mw. Kroonsberg)

tel: 5730866

### Bibliotheek aan Huis

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

### **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: briden, 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. A. Klunder

**tel: 5245018**

### **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: Stichting Aangepaste Reizen & Vakanties.

**tel: 071-750 4886**

### **Dagtochten, bootdagen, vakantiehotels, hotelschip:**

De Zonnebloem organiseert deze mogelijkheden tot ontspanning, ook voor de verzorger van een zieke of gehandicapte.

Voor informatie

**tel: 076-564 6464**

### **Ontmoetingscentrum Juttershart (Kennemerhart) )**

Het Juttershart is een ontmoetingscentrum dichtbij. Voor wie wat minder mobiel is en wel graag van alles wil ondernemen.

Er zijn groepsactiviteiten en men houdt rekening met de wensen van de deelnemers. De activiteiten zijn divers, zoals yoga, samen bewegen, creatieve activiteiten, tuinieren, koken. De medewerkers creëren een gezellige sfeer waar mensen zich thuis voelen

Er zijn geen kosten aan verbonden

Informatie bij de Sociaal werker ouderen

**tel: 5740330**

Juttershart

**tel: 06-43394465**

Kennemerhart Oppeppers

**tel: 5837520**

## **Ontmoetingscentrum de Zandstroom (Zorgbalans)**

De Zandstroom is een plek waar mensen elkaar ontmoeten: het is een plaats waar mensen met kwetsbaarheid en een haperend brein 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: 5740330**

Zandstroom

**tel: 8913883**

Zorgbalans

**tel: 8918918**

## **INTERNETADRESSEN**

[www.zandvoort.nl](http://www.zandvoort.nl)

[www.pluspuntzandvoort.nl](http://www.pluspuntzandvoort.nl)

[www.wijksteunpunt-deblauwetrans.nl](http://www.wijksteunpunt-deblauwetrans.nl)

[www.seniorweb.nl](http://www.seniorweb.nl)

[www.seniorwebhaarlem.nl](http://www.seniorwebhaarlem.nl)

[www.servicepaspoort.nl](http://www.servicepaspoort.nl)

[www.prezens.nl](http://www.prezens.nl)

[www.bibliotheekzuidkennemerland.nl](http://www.bibliotheekzuidkennemerland.nl)

[www.seniorenvereniging-zandvoort.nl](http://www.seniorenvereniging-zandvoort.nl)

[www.zonnebloem.nl/zandvoort](http://www.zonnebloem.nl/zandvoort)

[www.nbav.nl](http://www.nbav.nl)

[www.kennemerhart.nl](http://www.kennemerhart.nl)

[www.zorgbalans.nl](http://www.zorgbalans.nl)

[www.aangepaste-reizen-vakanties-voor-gehandicapten.org](http://www.aangepaste-reizen-vakanties-voor-gehandicapten.org)

## 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: 030-7516700**

### 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 thuisituatie. 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

**tel: 5740330**

Aanbieders van alarmapparaat/professionele alarmopvolging:

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: **5740330**

### **Valpreventie**

De gevolgen van een val kunnen ingrijpend zijn. Voorkomen is beter dan genezen.

Pluspunt biedt een korte cursus voor mensen die wel eens vallen of bang zijn om te vallen. De cursus biedt informatie en tips en geeft u oefeningen om balans en fitheid te verbeteren.

Informatie en aanmelden bij de Sociaal werker ouderen

Esther Madera

tel: **06-19949748**

### **Online veiligheid & privacy**

We winkelen, bankieren en zoeken informatie online. Het gemak dient de mens, nietwaar? Pas wel op voor nepmails of schimmige webshops en geef uw identiteit niet prijs. Vanzelfsprekend moeten ook de computer, tablet en smartphone beveiligd worden. SeniorWeb geeft tips over onder meer online winkelen, veilig bankieren, apparaat beveiliging, veilig internetten buiten de deur en over wachtwoorden. Zie de website van SeniorWeb.



## **INTERNETADRESSEN**

[www.politiekeurmerk.nl](http://www.politiekeurmerk.nl)

[www.pluspuntzandvoort.nl](http://www.pluspuntzandvoort.nl)

[www.servicepaspoort.nl](http://www.servicepaspoort.nl)

[www.vivazorggroep.nl/ledenservice](http://www.vivazorggroep.nl/ledenservice)

[www.seniorweb.nl/online-veiligheid-en-privacy](http://www.seniorweb.nl/online-veiligheid-en-privacy)

[www.maakhetzeniettemakkelijk.nl/senioren-en-veiligheid](http://www.maakhetzeniettemakkelijk.nl/senioren-en-veiligheid)

## 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, culturele en sport activiteiten, gratis ID kaart en vanaf 18 jaar een gratis lidmaatschap van de bibliotheek. De Zandvoortpas is noodzakelijk voor deelname aan de gemeentelijke zorgpolis (zie zorgverzekering op blz. 45)

Informatie bij:

Sociaal Wijkteam

Sociale Zaken

**tel: 5719393**

**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. Bij twijfel is het 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: 5719393**

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: 5719393**

Sociaal werker ouderen

**tel: 5740330**

### **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: 5719393**

Sociaal werker ouderen

**tel: 5740330**

## **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: 5719393**

Sociaal werker ouderen

**tel: 5740330**

### 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: 5719393**

Sociaal werker ouderen

**tel: 5740330**

## 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: 5719393**

Woningcorporatie Pré Wonen

**tel: 088-7700000**

Sociaal werker ouderen

**tel: 5740330**

## 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: 5719393**

Sociaal werker ouderen

**tel: 5740330**

### **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: 5740330**

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**

Stichting Erfrecht loket

**tel: 085-0601070**

## **INTERNETADRESSEN**

[www.pluspuntzandvoort.nl/sociaal-wijkteam-samen-zandvoort](http://www.pluspuntzandvoort.nl/sociaal-wijkteam-samen-zandvoort)

[www.zandvoort.nl](http://www.zandvoort.nl)

[www.gezondverzekerd.nl](http://www.gezondverzekerd.nl)

[www.bsgr.nl](http://www.bsgr.nl)

[www.gbkz.nl](http://www.gbkz.nl)

[www.belastingdienst.nl](http://www.belastingdienst.nl)

[www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl)

[www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl)

[www.pluspuntzandvoort.nl](http://www.pluspuntzandvoort.nl)

[www.toeslagen.nl](http://www.toeslagen.nl)

[www.haarlem.nl](http://www.haarlem.nl)

[www.stichting-cav.nl](http://www.stichting-cav.nl)

[www.erfrechtloketnl.nl](http://www.erfrechtloketnl.nl)

[www.stichtingbudget.nl](http://www.stichtingbudget.nl)

[www.deraadsmannen.nl](http://www.deraadsmannen.nl)

[www.notaris.nl](http://www.notaris.nl)

[www.svb.nl](http://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**

#### **Zorgbalans (Medipoint)**

Stephensonstraat 45  
2014 KC Haarlem

**tel: 088-1020100  
of tel: 023-8918918**

#### **Vegro**

Amsterdamstraat 70-72  
2032 PS Haarlem

**tel: 0900-2887766**

## **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: 5719393**

Melding/aanvraag bij afdeling Wmo

**tel: 5114368**

## **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: 5719393**

Sociaal werker ouderen

**tel: 5740330**

## **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.medipoint.nl](http://www.medipoint.nl)

[www.vegro.nl](http://www.vegro.nl)

[www.zorgoutlet.nl](http://www.zorgoutlet.nl)

[www.hulpmiddelenwijzer.nl](http://www.hulpmiddelenwijzer.nl)

[www.tweedehandshulpmiddelen.nl](http://www.tweedehandshulpmiddelen.nl)

[www.erfrechtloket.nl](http://www.erfrechtloket.nl)

[www.zandvoort.nl](http://www.zandvoort.nl)

[www.pluspuntzandvoort.nl/sociaal-wijkteam-samen-zandvoort](http://www.pluspuntzandvoort.nl/sociaal-wijkteam-samen-zandvoort)

<https://ooklaterlekkerwonen.nu/>

## 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: 5740330**

### 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.

**De welzijnscoach** kijkt samen met u op welke manieren u uw welzijn kunt verbeteren, 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.

**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. 5740330**

### **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, het voorkomen en de eventuele behandeling van dementie. Omdat omgaan met een demeterende 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:**

Camilla Waelen

**06-13803684**

Mayke van den Berg

**06-38362186**

## **Breinplein Zandvoort**

Iedere tweede dinsdagmiddag van de maand van 15:00 – 17:00 uur organiseren de zorg- en welzijnswerkers samen met Alzheimer Nederland (afd. Zuid-Kennemerland) een inspirerende bijeenkomst. In een positieve sfeer wordt informatie gegeven. Men kan vragen stellen en ervaringen delen.

De bijeenkomsten worden op wisselende locaties georganiseerd.

De toegang is gratis. Aanmelden is niet noodzakelijk.

Juli 2023: voor dit najaar zijn geen bijeenkomsten gepland

## **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.

### **Respijtzorg: even pauze voor de mantelzorger**

Respijtzorg is het (tijdelijk) overdragen van uw zorgtaken. Dit geeft u even lucht om tot rust te komen of bijvoorbeeld eens op vakantie te gaan. De respijtconsulent van Tandem kent alle mogelijkheden van respijtzorg ('vervangende zorg') in de buurt, kan u de weg wijzen en/of helpt u bij het aanvragen hiervan.

U kunt contact opnemen met

Tandem, organisatie voor mantelzorgers

**tel: 8910610**

Sociaal Wijkteam

**tel: 5719393**

Mezzo Mantelzorglijn

**tel: 030-7606055**

### **Inloepspreekuur voor mantelzorgers**

Dinsdagmiddag in Pluspunt in de even weken van 14:00 – 16:00 uur.

Aanmelden is niet nodig

### **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





### **Sociaal Raadslieden (Stichting Meerwaarde)**

E-mail: [zandvoort@meerwaarde.nl](mailto:zandvoort@meerwaarde.nl)

tel: 3034038

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.

### **Maatschappelijk werk (Stichting Meerwaarde)**

De maatschappelijk werker in Zandvoort werkt samen met het Sociaal Wijkteam Samen Zandvoort.

tel: 5719393

### **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**

Afdeling ouderen

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 Cliënts-service van Kennemerhart geeft u informatie over het zorgaanbod van Kennemerhart.

**Zorgbalans****tel: 8918918**

De zorgcentrale van Zorgbalans geeft u informatie over het aanbod van Zorgbalans

**Bloedprikken in Zandvoort – Atalmedial** **tel: 088-0037705**

(met verwijzing van de huisartsarts of specialist)

**Alleen op afspraak** die je maakt via

<https://atalmedial.prikafspraak.nl/>

Geen internet bel dan **088-0037705**

Haltestraat 55

Bloedafname en trombosedienst

Elke werkdag van 8:00 – 11:30 uur

**Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levenseinde**

(NVVE)

**tel: 020-6200690**

De NVVE is er voor mensen met vragen rondom het zelfgekozen levenseinde. Men helpt mensen om op tijd en weloverwogen hun wensen kenbaar te maken en vast te leggen.

De NVVE geeft informatie, advies en ondersteuning.

**MINDKorrelatie****tel: 0900-1450**

op werkdagen van 9:00-21:00 uur

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

## **De luisterlijn**

Telefonische Hulpdienst

**tel: 5471471**

**of: 088-0767000**

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](http://www.deluisterlijn.nl)

## **INTERNETADRESSEN**

[www.alzheimer-nederland.nl/regeios/afdeling-zuid-kennemerland](http://www.alzheimer-nederland.nl/regeios/afdeling-zuid-kennemerland)

[www.tandemmantelzorg.nl](http://www.tandemmantelzorg.nl)

[www.helpenzorgen.nl](http://www.helpenzorgen.nl)

[www.mezzo.nl](http://www.mezzo.nl)

[www.respijtwijzer.nl](http://www.respijtwijzer.nl)

[www.handeninhuis.nl](http://www.handeninhuis.nl)

[www.huiselijkgeweld.nl](http://www.huiselijkgeweld.nl)

[www.veiligthuis-ken.nl](http://www.veiligthuis-ken.nl)

[www.stichtingquestio.nl](http://www.stichtingquestio.nl)

[www.stichtingnabestaandenzorg.nl](http://www.stichtingnabestaandenzorg.nl)

[www.meerwaarde.nl](http://www.meerwaarde.nl)

[www.juridischloket.nl](http://www.juridischloket.nl)

[www.ggzingeest.nl](http://www.ggzingeest.nl)

[www.kennemerhart.nl](http://www.kennemerhart.nl)

[www.atalmedial.nl](http://www.atalmedial.nl)

[www.nvve.nl](http://www.nvve.nl)

[www.mindkorrelatie.nl](http://www.mindkorrelatie.nl)

[www.deluisterlijn.nl](http://www.deluisterlijn.nl)

## 9. Wonen

### **Woningcorporatie Pré Wonen**

**tel: 088-7700 000**

Pré Wonen bouwt voor en verhuurt woningen aan huishoudens met een bescheiden inkomen. Voor deze sociale huurwoningen geldt een toewijzingsbeleid.

Via internet ([www.mijnwoonservice.nl](http://www.mijnwoonservice.nl)) worden vrijgekomen woningen aangeboden.

### **Passend wonen**

Passend Wonen Zandvoort draagt eraan bij dat meer huurders van Pré Wonen 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 Pré Wonen.
  - er is geen sprake van betaalachterstand of een overlastdossier
- Informatie en inschrijven:

Pré Wonen

**tel: 088-7700 000**

### **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**

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. Vrijgekomen woningen worden aangeboden via Woonservice.

## **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. Er moet sprake zijn van een onvoorziene situatie. 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 Wmo

**tel: 5114368**

## **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 wijkverpleging per week) biedt voorrang. 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**

Particuliere verpleeg- en verzorgingshuizen bieden wonen, zorg en dienstverlening voor mensen met een zorgbehoefte die niet langer zelfstandig kunnen of willen wonen.

Bewoners betalen wonen en zorg zelf. Het tarief is meestal opgebouwd uit huur, servicekosten en basiszorg.



## **INTERNETADRESSEN**

[www.prewonen.nl](http://www.prewonen.nl)

[www.mijnwoonservice.nl](http://www.mijnwoonservice.nl)

[www.woonzorg.nl](http://www.woonzorg.nl)

[www.kennemerhart.nl](http://www.kennemerhart.nl)

[www.zorgbalans.nl](http://www.zorgbalans.nl)

[www.pluspuntzandvoort.nl/sociaal-wijkteam-samen-zandvoort](http://www.pluspuntzandvoort.nl/sociaal-wijkteam-samen-zandvoort)

[www.ciz.nl](http://www.ciz.nl)

[www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)

[www.particulierewoonzorg.nl](http://www.particulierewoonzorg.nl)

## **INTERNETADRESSEN ALGEMEEN**

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

### **[www.kiesbeter.nl](http://www.kiesbeter.nl)**

Informatie van de overheid over zorg en gezondheid.

### **[www.gezondheidsplein.nl](http://www.gezondheidsplein.nl)**

Informatie over aandoeningen, ziekte en gezondheid.

### **[www.wehelpen.nl](http://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](http://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.regelhulp.nl](http://www.regelhulp.nl)**

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

### **[www.50plusnet.nl](http://www.50plusnet.nl)**

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

### **[www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl)**

Informatie en nieuws van de Rijksoverheid over allerhande onderwerpen.

### **[www.beteroud.nl](http://www.beteroud.nl)**

Een informatieve website van diverse organisaties die zich bezighouden met de actuele ontwikkelingen rondom ouder worden.

## AANTEKENINGEN

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Versie augustus 2023**