



# Wegwijzer 2020

Voor ouderen en mantelzorgers

zörgdat

## Belangrijke telefoonnummers

**Alarmnummer bij Spoed: 112**

**Bel uw huisarts**

**Politie Harderwijk: 0900-8844**

**Huisartsenpost: 0900-341034**

### Bij vragen, informatie en advies

<b>Zorgdat</b>	0341 434656	<a href="http://www.Zorgdat.nl">www.Zorgdat.nl</a>
<b>Informele zorg</b>	0341 434656	<a href="mailto:hennievissier@Zorgdat.nl">hennievissier @Zorgdat.nl</a>
<b>Ouderenadvies</b>	0341 410477	<a href="mailto:ouderenadvies@Zorgdat.nl">ouderenadvies@Zorgdat.nl</a>
<b>Servicepunt Mantelzorg</b>	0341-429498	<a href="mailto:mantelzorg@Zorgdat.nl">mantelzorg@Zorgdat.nl</a>
<b>Thuisadministratie</b>	0341-434656	<a href="mailto:hermaotten@Zorgdat.nl">hermaotten@Zorgdat.nl</a>
<b>Servicepunt Vrijwilligerswerk</b>	0341-410477	<a href="mailto:vrijwilligerswerk@Zorgdat.nl">vrijwilligerswerk@Zorgdat.nl</a>
<b>Stimenz (Maatschappelijke Werk)</b>	088-7846464	
<b>Gemeente Harderwijk</b>	0341-411911	
<b>Wmo-loket</b>	0341-411911	<a href="mailto:contact@meerinzicht.nl">contact@meerinzicht.nl</a>
<b>Bel Snel en Herstel</b>	0341-411333	

## Voorwoord

In deze wegwijzer treft u adressen aan die voor ouderen en mantelzorgers uit Harderwijk en Hierden van belang kunnen zijn.

Zorgdat is gevestigd op de Deventerweg 4 in Harderwijk.  
Het kantoor is bereikbaar via **0341-434656**.

### Zorgdat werkt vanuit verschillende wijkontmoetingscentra:

#### **Wijkontmoetingscentrum Drielanden:**

Triasplein 9, coördinator Sandra van Huffelen

#### **Wijkontmoetingscentrum Stad:**

Houtkamp 33, coördinator Jet Schaftenaar

#### **Wijkontmoetingscentrum de Aanleg:**

Albert Verweyplein 30, coördinator Evelyn Schut

#### **Wijkontmoetingscentrum Stadsweiden:**

Drift 2 (in Weideheem), coördinator Coby Kock

In de wijkontmoetingscentra (WOC's) kunt u terecht voor een kopje koffie, gebruik maken van de leestafel en kijken of er activiteiten zijn die voor u leuk zijn om te doen. Elk WOC heeft zijn eigen programma zoals koersbal, gymnastiek, Engels, sjoelen, omgaan met de laptop, mandala tekenen, bibliotheek, etc. Informeert u hier vooral naar bij het betreffende wijkontmoetingscentrum.

**Vrijwilligerswerk & mantelzorg is van alle tijden.**

Heel vaak wordt de hulp geboden in alle stilte. In onze gemeente Harderwijk wonen veel mensen met familiebetrekkingen vaak dicht in de buurt. Gelukkig voelen velen zich geroepen een stuk warmte, zorg, liefde te bieden aan medemensen in hun omgeving die dat nodig hebben. Omdat de professionele zorg niet meer ongelimiteerd gegeven kan worden, wordt er steeds meer gekeken naar wat mantelzorgers en andere mensen uit het netwerk, kerk of vrijwilligers voor iemand kunnen betekenen.

Mantelzorgers geven langdurig zorg en/of begeleiding aan een familielid, vriend of kennis die chronisch ziek, hulpbehoevend of gehandicapt is (meer dan 8 uur per week).

Mantelzorg en vrijwilligerswerk zijn termen die vaak door elkaar gehaald worden. Toch zijn het twee verschillende dingen.

Voor vrijwilligerswerk kies je. Mantelzorg overkomt je.

Wij hopen met deze gids een aanvulling te geven zodat u de weg kunt vinden, vandaar de WEGWIJZER.

# Inhoudsopgave

## A

Alzheimer café **9**

Alzheimer telefoon **9**

Ambulancevervoer **9**

## B

Belastingproject **10**

(Bescherms) bewindvoering **10**

Bibliotheek thuis **10**

Boodschappenhulp **10**

Buurtbemiddeling **11**

Buurtbus **11**

Buurtzorgpension Ermelo **12**

## C

CAK **12**

CIZ **12**

## D

Dagopvang, dagbehandeling en dagbesteding **12**

Dagactiviteitencentrum Interakt Contour **13**

Dagverzorging en -behandeling  
Zorggroep Noordwest Veluwe **13**  
Dementie **13**

## E

Ergotherapie **14**

## F

Financieel Café en

Formulierenhulp Alzheimer café **14**

## G

Gehandicaptenparkeerkaart **14**

Gehandicaptenparkeerplaats **15**

GGz Centraal **15**

## H

Handen in huis **15**

Hoge Nood App **16**

Hond uitlaten **16**

Hospice Jasmijn **16**

Huisbezoeken aan 75- en 80 jarigen **16**

Huishoudelijke Hulp **16/17**

Huiskamer Het Onderonsje Hierden **17**

Huiskamer van de Buurt **17**

Hulpmiddelen, koop en  
uitleenmogelijkheden **17-18**  
Humanitas (afd. Noordwest  
Veluwe) **18**  
Huurwoningen **18**  
Huurtoeslag **19**

**I**  
Icare ledenvereniging **19**  
InteraktContour **19**

**J**  
Jonge mantelzorgers **20**  
Juridisch spreekuur **20**

**K**  
Kledingwinkel Nel's kledingservice  
**21**  
Kennis van de ziekte **21**

**L**  
Langdurige zorg thuis **22**  
Leger des heils **22**  
Logeerhuizen **22**  
Logeermogelijkheden in een  
zorgorganisatie **22**  
Longpunt **23**  
Luisterlijn **23**  
Luisterlijn Palliatieve Zorg **23**

**M**  
Maaltijdvoorziening **23**  
Maatjesproject Zorgdat **23**  
Mantelzorg **24**  
Mantelzorgondersteuning **24**  
Mantelzorgondersteuning (betaald)  
**24**  
Mantelzorgwaardering **24**  
MEE Veluwe **25**  
Mezzo **25**

**N**  
Nachtzorg **28**  
Nederlandse Spoorwegen (NS) **28**

**O**  
Open eettafel **28/29**  
Ouderenadviseur **29**  
Ouderenbonden **29**

**P**  
Parkinson Café **30**  
Partner gespreksgroep **30**  
Personenalarmering **30**  
Persoonsgebonden budget **30**  
Praktische Hulpdienst **31**

## R

Respijtzorg **31**  
Respijtzorg buitenhuis **32**  
Respijttarrangementen **32**  
Reumapatiëntenvereniging  
Randmeren **32**  
Riksja Harderwijk **33**

## S

Samen uit samen thuis **33**  
Scootmobiel **33**  
Service bureau zorggroep noord  
west veluwe **34**  
Servicepunt Mantelzorg Harderwijk  
**34**  
Sociale adviesraad **34**  
Sociale dienst MeerinZicht **34**  
Sociale Raadslieden en Juridisch  
Loket **35**  
Stimenz **36**

## T

Taalspreekuur **36**  
Tactus verslavingszorg **36**  
Telefooncirkel Zorgdat **37**  
Terminale zorg door vrijwilligers **37**  
Thuisadministratie **37**  
Thuishuis **37/38**  
Thuiszorgorganisatie voor  
huishoudelijk werk **38**  
Toeslagen, huur en zorgtoeslag **38**

## U

Uitvaartplanner **38**

## V

VAC - Voorlichting en Advies  
Commissie **39**  
Vakanties **39**  
Valpreventie **39**  
Valys **39/40**  
Veilig Thuis **40**  
Veluwse wensambulance **40**  
Veluws Ouderen Steunpunt **40**  
Verhuisbutler **40**  
Vervoer met vrijwilligers **41**  
ViaVe Regiotaxi **41**  
Voedselbank **41**

## W

Wmo-loket **41**

Wonen **42**

Woningaanpassing **42**

www **42/43**

## Y

Yuvam **43**

## Z

Zilverlijn **44**

Zonnebloem **44**

Zorg **44-45**

Zorgdat **46**

Zorghotel **46**

Zorgverzekeringslijn.nl **47**



### Alzheimer cafe

Men biedt ondersteuning aan personen met dementie én hun mantelzorgers. Er worden thema's behandeld die kunnen spelen in het leven van de persoon met dementie en hun omgeving. Iedere derde maandagavond van de maand (m.u.v.juli en augustus) is er een Alzheimercafé in het Grand Cafe van Wooncentrum 't Schild aan de Guido Gezellelaan 255. Zaal is open vanaf 19.00 uur. Het programma start om 19.30 uur en eindigt om 21.00 uur. Toegang is gratis. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Anneke Vegter: **06-10847349** of mailen naar [a.vegter@alzheimervrijwilligers.nl](mailto:a.vegter@alzheimervrijwilligers.nl)

**Alzheimer telefoon:** 070-65 67 511

### Ambulancevervoer

Zie Veluwse wensambulance

### Belastingproject

Als u een laag inkomen heeft: (alleenstaande circa € 21.000 / samenwonenden € 30.000) en u heeft geen of weinig vermogen kunt u voor gratis hulp bij het invullen van uw belastingaangifte terecht bij Zorgdat, **0341- 434 656**. Speciaal opgeleide vrijwilligers houden een belastingspreekuur in alle Wijkontmoetingscentra. De telefonische aanmelding start vanaf februari.

Ook diverse vakbonden en ouderenbonden verlenen belastinghulp.

### (Beschermings) bewindvoering

Er zijn meerdere instanties/ personen die het beheer van financiën overnemen van volwassenen die dit wensen of dat via een rechterlijke uitspraak moeten. Er zijn intakekosten en daarna is een maandelijks bedrag verschuldigd, veelal vergoed door de sociale dienst. Zie voor de actuele bedragen de site **[www.gsbb.nl/tarieven](http://www.gsbb.nl/tarieven)**

### Bibliotheek thuis

Eén keer in de 4 weken komt de bibliotheek naar u toe. Bij aanmelding wordt gekeken wat u graag leest. Een vrijwilliger komt dan regelmatig nieuwe boeken en/of films brengen. De dienst is gratis als u lid bent van de bibliotheek. Voor informatie kunt u bellen met Zorgdat **0341-434 656**.

### Boodschappenhulp

Zorgdat heeft enkele vrijwilligers die (evt. samen met u) boodschappen kunnen doen. Voor meer informatie kunt u bellen naar Zorgdat **0341-434 656**.

## Buurtbemiddeling

Vrijwilligers bemiddelen in conflicten tussen buren of buurtgenoten. Informatie bij Belgijn Deveci **0341-43 46 56 / 06-389 64033**.

## Buurtbus

De buurtbusvereniging verzorgd met vrijwilligers in opdracht van de provincie Gelderland en onder de verantwoordelijkheid van Syntus Gelderland het openbaar vervoer in landelijke gebieden met kleinere kernen waar geen openbaar vervoer is.

Dit houdt in dat zij het vervoer verzorgen vanaf Harderwijk NS-station naar het streekziekenhuis St. Jansdal, het Bouw- en Infrapark, Van der Valk Hotel Harderwijk, verpleeghuis Sonnevanck, Generaal Spoorkezerne en 't Weitje in Ermelo v.v. Op de Jonkheer Doctor J.C. Sandbergweg is een overstapmogelijkheid voor passagiers die met lijn 104 reizen en naar Ermelo willen.

Uiteraard wordt op de route voor een ieder gestopt (daar waar het kan) die op een reguliere halte of met een handgebaar te kennen geeft mee te willen rijden. De buurtbus is dus servicegericht en flexibel voor wat betreft het in- en uitstappen. Men rijdt met een Mercedes Sprinter 8-persoonsbus die is voorzien van airco, boordradio en voldoende ruimte voor uw bagage. Deze bus is niet rolstoeltoegankelijk. Voor meer informatie kijk op [www.buurtbusharderwijk.nl](http://www.buurtbusharderwijk.nl) **0341- 55 47 00**.

## Buurtzorgpension Ermelo

In het Buurtzorgpension (Julianalaan 25a) kunt u worden opgevangen na bv een ziekenhuisperiode, om aan te sterken, als uw mantelzorg tijdelijk uitvalt of u 24 uur zorg nodig heeft maar niet naar een ziekenhuis hoeft.

**www.buurtzorgpension.nl** telefoon **0657081760**

## C

### CAK

Centraal Administratie Kantoor regelt de betaling van uw eigen bijdrage voor hulp van de thuiszorg, WMO, woningaanpassing, zorg met verblijf in een instelling. Deze bijdrage wordt vastgesteld n.a.v. uw inkomen en vermogen van 2 jaar geleden. Kijk voor meer info op **www.hetcak.nl**.

### CIZ

Centrum Indicatiestelling Zorg, Postbus 2222, 3500 GE Utrecht  
Telefoon **0900-1404** [www.ciz.nl](http://www.ciz.nl). Als u hier een indicatie voor nodig heeft helpt de wijkverpleegkundige hiermee.

## D

### Dagopvang, dagbehandeling en dagbesteding

Bij de dagbesteding worden activiteiten gedaan die passen bij de bezoekers die hier een indicatie voor hebben. Tijdens de dag is vaak sprake van 'groepsbegeleiding en/of behandeling'. Een indicatie voor dagbesteding kan aangevraagd worden bij het Wmo. Tijdens het gesprek wordt met u gekeken waar u, met uw hulpvraag, het meeste aan heeft.

## Dagactiviteitencentrum Interakt Contour

In WOC de Aanleg, Albert Verweyplein 30. Dienstverlening aan mensen met lichamelijke en / of zintuiglijke handicap, chronische zieken zoals spierziekten en niet aangeboren hersenafwijkingen. Bel voor informatie **06-10149440 / 0341-25 57 77**.

## Dagverzorging en -behandeling Zorggroep Noordwest Veluwe

In WOC de Aanleg en in Sonnevank. De dagbehandeling/ verzorging is bedoeld voor mensen met beginnende dementie, of voor ouderen die lichamelijke problemen hebben als gevolg van CVA/ Parkinson. Men biedt een zinvolle dagbesteding aan en ontlast hiermee het thuisfront. Hier is een indicatie van het Wmo voor nodig. Informatie bij Zorgbemiddeling ZNWV **088-0563000**.

## Dementie

- Geheugenpoli St Jansdal: **0341-463890**.
- Dementie coach: Gratis telefonische advisering voor mantelzorgers die zorgen voor iemand met dementie **0800-028079**
- GGz Centraal afdeling Ouderenzorg **0341-566374**.
- Alzheimercafé: zie bij de A.
- [www.dementienoordwestveluwe.nl](http://www.dementienoordwestveluwe.nl) – hierop vindt u o.a. de casemanagers

## E

### Ergotherapie

Een ergotherapeut adviseert u in alles wat wonen, werk en vrije tijd makkelijker kan maken. Bel voor meer informatie: **0341-415379**., Kerensa Douma [info@ergotherapiepraktijk-actief.nl](mailto:info@ergotherapiepraktijk-actief.nl).

## F

### Financieel Café en Formulierenhulp

Heeft u hulp nodig bij het invullen van formulieren dan kunt u tussen 9 en 12 uur Zorgdat **0341-434656** bellen. U krijgt dan een afspraak op woensdagmiddag of donderdagmorgen met een vrijwilliger die u helpt om formulieren in te vullen.

Het financieel café is een samenwerkingsproject van Humanitas, Welzijn Ermelo en Zorgdat. Het café wordt iedere dinsdagmorgen gehouden van 10-12 uur in WOC Stad, Houtkamp 33. Neemt u uw burgerservicenummer en uw digid codes mee. Eventueel kunt u ook terecht op donderdagmorgen in Plaza, Raadhuisplein 8 te Ermelo.

## G

### Gehandicapten parkeerkaart

Wanneer u slecht ter been bent kunt u gebruik maken van een gehandicapten parkeerkaart. Voor deze kaart is een indicatie noodzakelijk. De kaart is persoonsgebonden. De kosten zijn circa €90,00 (bij een afwijzing betaalt u €68,50). Informatie en aanvraag bij het Wmo-loket in de Stadswinkel **0341-411 300**.

## Gehandicapten parkeerplaats

Wanneer u uw auto dicht bij uw huis moet parkeren in verband met uw gebrek aan mobiliteit kunt u bij het Wmo-loket van de gemeente Harderwijk een gehandicaptenparkeerplaats aanvragen. U dient hierbij al in het bezit te zijn van een gehandicaptenparkeerkaart, waarvoor een indicatie is vereist.

## GGz Centraal

Bij GGz Centraal wordt hulp geboden aan mensen met psychiatrische en ernstige psychische problemen. GGz Centraal biedt voorlichting, preventie, diagnose, behandeling, begeleiding en nazorg. Wanneer klachten zich gaan ontwikkelen tot ernstige problemen, kan GGz Centraal ook hulp bieden. Dit kan in verschillende vormen, zoals tijdelijke opvang, ambulante zorg of (verplichte) opname in verschillende locaties. Kijk voor meer informatie op [www.ggzcentraal.nl](http://www.ggzcentraal.nl) of bel **0341-566 911**.

## H

### Handen in Huis

Handen in Huis is een organisatie die 24 uur per dag vervanging biedt voor mantelzorgers van de thuisblijvende zorgbehoevende. Het gaat dan om minimaal drie aaneengesloten dagen (twee nachten). Deze organisatie van mantelzorgvervanging is in het hele land actief. Via uw zorgverzekeraar krijgt u vaak een deel van de kosten vergoed. Informatie vindt u op [www.handeninhuis.nl](http://www.handeninhuis.nl) of bel **030-65 90 970**.

## Hoge Nood app

Om alle openbare toiletten te zien in de omgeving waar u verblijft is er een Hoge Nood app. Deze kan gedownload worden op uw mobiele telefoon.

## Hond uitlaten / Dieren in de wijk

Er zijn diverse uitlaatservices in Harderwijk die uw hond kunnen uitlaten. Zoals Dierenplezier, hondendagopvang en huisdierverzorging. Kijk voor meer informatie op **www.hondenhuisdier.nl** of **www.hulpbijhuisdieren.nl**. Ook Zorgdat kent het project Dieren in de Wijk. Als u tijdelijk niet zelf voor uw huisdier kunt zorgen wordt er een vrijwilliger in uw buurt gezocht om u te ondersteunen.

## Hospice Jasmijn

Hier wordt een terminale patiënt met zorg en aandacht omringd. Hospice Jasmijn is gevestigd in Sonnevank. Informatie bij C. Dooijeweerd **0341-414 942**.

## Huisbezoeken aan 75- en 80 jarigen

Vrijwilligers van Zorgdat bezoeken alle 75 en 80 jarigen die daar belangstelling voor hebben. Tijdens het bezoek wordt u geïnformeerd over allerlei zaken op het gebied van welzijn, wonen, mobiliteit, financiën en zorg in Harderwijk. Coördinator is Vera Freeke, te bereiken via **0341-410 477/ 06-17742579. [ouderenadviseur@zorgdat.nl](mailto:ouderenadviseur@zorgdat.nl)**

## Huishoudelijke Hulp

Kunt u door belemmeringen, het huishoudelijk werk niet uitvoeren en u heeft hiervoor geen particuliere hulp of andere mensen binnen uw



netwerk, dan kunt u een indicatie aanvragen. Dit kan via een melding bij het Wmo-loket of [www.meerinzicht.nl](http://www.meerinzicht.nl). Een consulent komt dan bij u langs voor “Het Gesprek”. Na indicatie kunt u kiezen uit diverse aanbieders waarmee de gemeente een contract heeft. Verdere info Wmo-loket **0341-411301**

### Huiskamer Het Onderonsje Hierden.

Voor bewoners uit Hierden die de dag gezamenlijk willen doorbrengen wordt deze mogelijkheid tot ontmoeting geboden op donderdag in het Koetshuis. Bel voor meer informatie **0341-452 027**.

### Huiskamer van de Buurt

In alle wijkontmoetingscentra vindt op verschillende momenten in de week de Huiskamer van de Buurt plaats. Onder begeleiding van een vrijwilliger worden er gezamenlijk leuke activiteiten ondernomen en kan er soms gegeten worden. Hiervoor is geen indicatie nodig. Informatie bij de coördinator van het betreffende wijkontmoetingscentrum, zie adressen op pagina 2 of bel hiervoor met Zorgdat, **0341-434 565**.

### Hulpmiddelen, koop en uitleenmogelijkheden

Onder hulpmiddelen worden verschillende vervoers- en verpleegartikelen verstaan. Voorbeelden van deze hulpmiddelen zijn een douche- of toiletstoel, krukken, looprek, rollator en een rolstoel. U kunt hulpmiddelen lenen voor kortdurend gebruik (maximaal 26 weken) bij een van de Uitleenwinkels.

Wanneer u een hulpmiddel langer nodig heeft, neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of met een medewerker van het Wmo-loket

van de gemeente Harderwijk. Zij kunnen u informeren over de aanvraag van voorzieningen voor een langere termijn. Verschillende hulpmiddelen zijn alleen verkrijgbaar met een indicatie. U kunt een hulpmiddel ook zelf aanschaffen.

- ZorgOutlet Midden Nederland - Stationsstraat 74B Ermelo 0341745031 Di t/m vr voor 2de hands en nieuwe producten
- Re-Actief Zorghulpmiddelen NwVeluwe Hoge Eng-West 4 Putten 0341456226
- Gebruikte trapliften firma Smienk 0341768081
- Medipoint, Weth. Jansenlaan 92, ma t/m vrij 8.30-17.00, 0900-8833
- Hulpplus, info en verkoop via telefoon en internet, 0341-455382

### **Humanitas (afd. Noord Veluwe)**

Heeft verschillende projecten zoals: Ondersteunend contact **06-13003850**; Steun bij verlies 06-11281500; en Thuisadministratie **06-55573249**. Kijk voor meer informatie: <https://www.humanitas.nl/afdeling/noord-veluwe/>

### **Huurwoningen**

Er zijn meerdere woningcorporaties in Harderwijk; de twee grootste zijn Uwoon en Omnia. Om te kunnen huren (sociale woningbouw) heeft u een inschrijfnummer nodig. U kunt met dit inschrijfnummer hun aanbod bekijken op <https://www.hurennoordveluwe.nl/>

Elke week helpen mensen in de bibliotheek u om evt te zoeken op woningen en u in te schrijven. Info bibliotheek Huis van de Stad **085-2733575**

## Huurtoeslag

Is aan te vragen bij **www.toeslagen.nl**. Hier kunt u ook een proefberekening maken voor de berekening van huurtoeslag telt uw vermogen mee. De huurgrens ligt tussen de € 231,87 en € 710.68. De inkomensgrens voor toewijzing van sociale huurwoningen ligt op € 22.375 / €30.400. UWV heeft een Huurtoeslag Informatie Punt.

## Icare ledenvereniging

Voor circa € 21,- per jaar bemiddelt de ledenvereniging in huishoudelijk werk, (€13.50 per uur), kapper, kledingservice, de klusbus en veel meer. Bel voor meer informatie **0900-8833**.

## InteraktContour

InteraktContour is gespecialiseerd in het begeleiden van mensen met niet aangeboren hersenletsel en/of een lichamelijke beperking. De organisatie biedt verschillende mogelijkheden op het gebied van ambulante zorg, dagbesteding en wonen. Dit kan bij u thuis, door ondersteuning van een ambulante begeleider. Zij helpen bijvoorbeeld met de administratie of andere ondersteuningsvragen. Ook is het mogelijk om een paar dagen in een van de locaties te logeren.

Kijk voor meer informatie op **www.interaktcontour.nl**

### Jonge mantelzorgers

Een kwart van alle kinderen en jongeren tot 24 jaar groeit op in een gezin met een ouder of broer/zus/ die chronisch ziek of gehandicapt is of psychische problemen heeft. Deze kinderen en jongeren worden ook wel jonge mantelzorgers genoemd. Zij zorgen voor hun familielid door praktische of emotionele steun te geven. Vaak zijn er verborgen zorgen: de kinderen en jongeren laten hun eigen zorgen en klachten niet duidelijk merken. Ze willen hun ouders niet met nog meer problemen opzadelen. Jonge mantelzorgers kunnen terecht bij het Servicepunt Mantelzorg Harderwijk, Rozemarijn van Lier: via **0341-429498 of 06-46082746**

### Juridisch spreekuur.

Op dit spreekuur is een sociaal raadvrouw en een advocaat aanwezig. In de oneven weken kunt u voor deze gratis service binnenlopen op dinsdag van 9.30-10.30. Het is niet nodig om vooraf een afspraak maken. Tijdens het inloopspreekuur is er ruimte voor vragen op het gebied van onder andere arbeidsrecht, huurrecht, incasso en beslag, personen- en familierecht en sociaal zekerheidsrecht. Soms is een consult tijdens het inloopspreekuur niet voldoende. Er kan dan een vervolgspraak worden gemaakt bij de sociaal raadslieden of de advocaat. **WOC Stad Houtkamp 33, Harderwijk.**

## K

### Kledingwinkel Nel's kledingservice

Meerdere dagen per week is de kledingwinkel van Nel open waar mensen met een kleine beurs terecht kunnen om goede kleding te verkrijgen. U vindt de winkel aan de Landbouwlaan 1b, **06-25252208** (Marian).

## L

### Langdurige zorg thuis

Heeft u verpleegkundige zorg thuis nodig, dit valt onder de Zorgverzekeringswet. U kunt ook een van de zorginstanties bellen bv Icare **0900-8833** of ZNwV **0341-568000**.

### Leger des Heils – Luisterend oor en kledingwinkel

Tijdens de openingstijden van de winkel staat er in de ontmoetingsruimte koffie en thee voor u klaar. Er is altijd iemand aanwezig voor een gesprek. Het LdH biedt hulp op het gebied van maatschappelijke en pastorale vraagstukken. Op vrijdag van 12:00 tot 13:30 uur is er Lunchtime (soep met tosti) De eerste kop soep is gratis voor een tweede kop mag een vrijwillige bijdrage worden gegeven. Voor spoedvragen kunt u ook gerust bellen. Openingstijden Maandag van 10:00 tot 12:00 uur en vrijdag van 10.30 tot 14.30 uur Adres Kennedylaan 56 Harderwijk tel. **0341-426557**  
**korps.harderwijk@legerdesheils.nl**

### Langdurige zorg thuis

Heeft u verpleegkundige zorg thuis nodig, dit valt onder de Zorgverzekeringswet. U kunt ook een van de zorginstanties bellen bv Icare **0900-8833** of ZNWV **0341-568000**.

### Leger des Heils – Luisterend oor en kledingwinkel

Tijdens de openingstijden van de winkel staat er in de ontmoetingsruimte koffie en thee voor u klaar. Er is altijd iemand aanwezig voor een gesprek. Het LdH biedt hulp op het gebied van maatschappelijke en pastorale vraagstukken. Op vrijdag van 12:00 tot 13:30 uur is er Lunchtime (soep met tosti) De eerste kop soep is gratis voor een tweede kop mag een vrijwillige bijdrage worden gegeven. Voor spoedvragen kunt u ook gerust bellen. Openingstijden Maandag van 10:00 tot 12:00 uur en vrijdag van 10.30 tot 14.30 uur Adres Kennedylaan 56 Harderwijk tel. **0341-426557**  
**korps.harderwijk@legerdesheils.nl**

### LETS (Lokaal Economisch Transfer Systeem)

Lets is een club mensen die dmv spullen en diensten ruilen contact met elkaar hebben. Bv een appeltaart wordt gebakken als de ander de auto wast. Zo zijn er veel ruilingen mogelijk. Kom je niet tot een dienst kan je spatten verdienen om weer in te zetten. Meer informatie: Yvonne Klein Rouweler 0623160640.  
[yvonnekleinrouweler@outlook.com](mailto:yvonnekleinrouweler@outlook.com)

## Logeerhuizen

In een logeerhuis wordt de zorg tijdens een weekend of vakantie van de mantelzorg overgenomen. Voor logeerhuizen kunt u kijken op **www.logeerhuiszoeken.nl**. Voor verblijf in een logeerhuis is een indicatie nodig. U betaalt vaak een beperkte eigen bijdrage.

## Logeermogelijkheden in een zorgorganisatie

Zorggroep Noordwest Veluwe is een overkoepelende organisatie van zorginstellingen voor een deel van de Veluwe. Tijdelijke opvang kan worden geboden in verschillende woonvormen in Harderwijk en omgeving. Informatie: Cliënt Service Bureau telefoon **088-0563000**

## Longpunt

Informatie bij Petra Winder, **0341-416 489**. 4x per jaar is er een themabijeenkomst in het St Jansdal.

## Luisterlijn

Via deze telefoon luisteren vrijwilligers naar uw verhaal en kunnen u ondersteunen 24 uur per dag 7 dagen in de week. Tel: **09000767**

## Luisterlijn Palliatieve Zorg

Wanneer u of uw naaste wordt geconfronteerd met een ongeneeslijke ziekte, breekt er een moeilijke periode aan. Bij de 'Luisterlijn' wordt er geluisterd naar uw vragen en kunt u informatie krijgen over verschillende thema's. De lijn is bereikbaar op maandag tot en met vrijdag van 13.00 tot 22.00 uur, in het weekend en op feestdagen van 13.00 tot 17.00 uur.

Telefoonnummer: **0900-222 5522** **www.luisterlijnpalliatievezorg.nl**

## Maaltijdvoorziening

Als u (tijdelijk) niet in staat bent uw maaltijd te bereiden kunt u gebruik maken van de maaltijdservice van Zorgdat. De versvriesmaaltijden zijn te bestellen in een doos met 6 maaltijden en worden wekelijks op een vaste dag bij u thuisbezorgd. U kunt de maaltijden in de magnetron verwarmen. Er is keuze uit veel verschillende maaltijden, ook voor diëten, vanaf circa €3,75 per stuk. Een eenmalig proefpakket met 5 maaltijden kost €15,-, Informatie van 9.00-12.00 uur via de medewerker bij de receptie bij WOC de Aanleg via telefoonnummer **0341-410 477 of 0341-434 656**.

## Maatjesproject Zorgdat

Bij het maatjesproject zijn vrijwilligers actief die een leuk contact hebben met een ander, gewoon omdat ze maatjes zijn. Het gaat erom dat beiden plezier beleven aan de activiteiten die zij samen ondernemen. De contacten zijn vriendschappelijk en op basis van gelijkwaardigheid. Voor meer informatie kunt u bellen met Hennie Visser, **0341-434 656**.

## Mantelzorgondersteuning zie Servicepunt Mantelzorg

### Mantelzorgondersteuning (betaald):

- Mantelzorgvoorzieder1.nl Willy Breier **06-12706655**
- ConcernedZorg.nl Richard Dukkens **06-57991735**

## Mantelzorgwaardering

Dit is een waarderingsregeling voor mantelzorgers. Deze regeling wordt in opdracht van de gemeente uitgevoerd door Zorgdat. Informatie over de mantelzorgwaardering krijgt u bij de mantelzorgconsulent Gerrie Faber of Rozemarijn van Lier **0341-410477**.



## MEE Veluwe

MEE Veluwe biedt cliëntondersteuning op allerlei gebieden. Zij kunnen u bijstaan of met u meegaan bijvoorbeeld bij een gesprek met de gemeente, bij een onderzoek of bij een aanvraag voor een voorziening of zorg. Zij organiseren cursussen, gespreksgroepen en kunnen ondersteunen bij een indicatie voor langdurige zorg (Wlz), bijvoorbeeld voor onafhankelijke informatie en advies over een passende zorgaanbieder, uw zorgplan of bemiddeling tussen u en uw zorgaanbieder. U heeft geen indicatie nodig. Er wordt geen eigen bijdrage gevraagd. U kunt rechtstreeks contact opnemen met MEE Veluwe via **055 5269200** of **info@meeveluwe.nl**. Of kom langs tijdens het inloopspreekuur in Harderwijk (Wijkontmoetingscentrum de Aanleg aan het Albert Verweijplein 30). Er is inloopspreekuur op dinsdagochtend van 9.00 uur en 12.00 uur.

## Mezzo

Mezzo is de landelijke organisatie voor mantelzorgers. Mezzo behartigt de belangen van mantelzorgers bij beleidsmakers en politici op landelijk, provinciaal en lokaal niveau. U kunt lid worden van Mezzo. Wanneer u lid bent, krijgt u steun, informatie en advies. Ook voor klachten kunt u bij Mezzo terecht. U kunt gratis gebruik maken van de “Mantelzorglijn”. Deze is bereikbaar op werkdagen van 9.00 uur tot 13.00 uur, **0900-20 20 496**, **www.mezzo.nl**

## **Kennis van de ziekte:**

Veel mantelzorgers weten onvoldoende over de ziekte of handicap van degene voor wie zij zorgen. Goede informatie kan veel spanningen en emoties voorkomen. Men kan dan tijdig maatregelen treffen om de zorg zo goed mogelijk te laten verlopen. Tegenwoordig is er overal informatie te vinden. Uw huisarts kan u bijvoorbeeld helpen de ziekte te begrijpen. In het ziekenhuis St. Jansdal is een informatiecentrum ingericht voor dit soort vragen. Via internet is veel te vinden, op de website [www.familievan.nl](http://www.familievan.nl) vindt u informatie over psychische problemen

## **Valkuilen van een mantelzorger**

- Als mijn naaste mij nodig heeft, dan ben je er gewoon, daar denk je niet over na.
- Andere familieleden kunnen de zorg en de problemen niet aan, dus doe ik het zelf maar.
- Ik wil de kinderen, familie en vrienden niet opzadelen met onze problemen.
- Degene voor wie ik zorg, wil niet door anderen geholpen worden, dus ben ik er voor haar.
- Met professionele zorgverleners is er altijd wat, er komt iedere keer een ander.
- De tijdelijke opname in het verpleeghuis viel tegen. Dan maar niet meer op vakantie.
- Ik voel me overbelast, maar ik denk niet dat een gesprek met een psycholoog of maatschappelijk werker iets voor mij is. Ik ben toch niet gek?
- De aanvraag van voorzieningen levert veel te veel gedoe en papieren rompslomp. Daar begin ik niet aan.
- Hoe het met mij gaat? Met mij gaat het goed...

## Voorkom overbelasting

Overbelasting voorkomen of verminderen kan bijvoorbeeld door ontspanning te zoeken. U kunt misschien leren anders met het zorg geven om te gaan. Bijvoorbeeld door met lotgenoten te praten of een cursus te volgen. Veel mensen die iemand thuis verzorgen, zijn geneigd uit vermoeidheid en tijdgebrek hun eigen contracten en bezigheden te laten schieten. Probeer het toch te regelen voor uzelf. Een avond in de week ontspanning kan juist een wereld van verschil maken. Sporten of wandelen helpt u om geestelijk en lichamelijk te ontspannen en houdt u fit. Om overbelaste spieren te verzorgen en om beter te slapen kunt u speciale ontspanningsoefeningen doen. Door per week een planning te maken weet u aan het begin van de week hoe alles ervoor staat. Zo kunt u ook tijd voor uzelf inplannen.

## Tips

- Maak uw situatie bespreekbaar met uw collega's, zodat er begrip ontstaat.
- Maak gebruik van de verschillende verlofregelingen.
- Ga in gesprek met werkgever of leidinggevende.
- Zoek naar oplossingen op maat: een aanpassing van de werktijden, meer thuiswerken, een afspraak om op het werk te kunnen bellen naar huis.
- Creëer een persoonlijk ondersteuningsnetwerk: mensen of organisaties op wie u een beroep kunt doen.
- Besteed verschillende taken uit aan andere mensen. U kunt dan denken aan huishoudelijk werk, boodschappen doen of tuinwerkzaamheden.
- Probeer regelmatig de zorg over te dragen, zodat u tijd voor uzelf heeft.

### Nachtzorg

Icare levert nachtzorg aan huis. De zorgcentrale is te bereiken via **0900-8833**.

### Nederlandse Spoorwegen (NS)

De NS verlenen assistentie aan mensen die door een handicap niet zelfstandig kunnen reizen, bijvoorbeeld vanwege een rolstoel. Op ruim 150 stations kunt u geholpen worden bij uw reis, zo ook in Harderwijk. U moet minstens drie uur voor u wilt vertrekken assistentie aanvragen. Dit kan bij Bureau Assistentieverlening Gehandicapten van de NS. Het telefoonnummer is **030 235 78 22** of kijk op **www.ns.nl** voor meer informatie.

### Open eettafel

Op de volgende locaties kunt u terecht om gezellig samen met anderen de maaltijd te gebruiken:

- WOC De Aanleg serveert maandag t/m vrijdag een warme maaltijd om 12.00 uur. Graag 24 uur van te voren opgeven. Kosten €7,50. Informatie: 0341-410 477
- Randmeer en Weideheem dagelijks om 12.15 uur- graag aanwezig zijn om 12.00 uur. Minimaal 2 dagen van tevoren aanmelden via 0341-436330
- Grand Café het Schild serveert 's maandags om 18.00 uur een vast 3 gangenmenu. Kosten €7,50. Aanmelden is vereist want vol=vol. Informatie: 0341-428 440

- Eten bij de burens: elke donderdag in het Grand Cafe Schild, Guido Gezellelaan 255 Opgeven dinsdag voor 12.00 uur bij de receptie van WOC de Aanleg.

## Ouderenadviseur

Al ouder wordende kunnen er vragen of problemen ontstaan waar u (even) geen antwoord op hebt. U kunt dan bellen met de ouderenadviseur. U kunt bij haar langskomen of zij komt bij u langs om op zoek te gaan naar mogelijkheden en oplossingen zodat u weer verder kunt. De ouderenadviseur is gespecialiseerd in de sociale dienstverlening en is een wegwijzer op gebied van senioren.

Zij is bekend met voorzieningen rond welzijn, wonen, financiën, hulp bij aanvragen van voorzieningen. Zij helpt vragen op een rijtje te zetten, informeert en adviseert, zoekt naar oplossingen, biedt een luisterend oor en begeleidt waar nodig tot die oplossingen bereikt zijn. Informatie: Vera Freeke en Bianca Adam, **0341-410 477/434 656/ 06-17 74 2579/ 0639034987** (op maandag/ dinsdag/ woensdag/ donderdag).  
**ouderenadviseur@zorgdat.nl**

## Ouderenbonden

- Protestantse Christelijke Ouderenbond.  
Info: Dhr. G.J. van Wijhe, **0341-470881**
- Unie Katholieke Belangen Organisatie voor Senioren.  
Info: mw. E. Groeneveld **0341-430 388**

De ouderenbonden behartigen belangen van hun leden en organiseren met regelmaat gezellige activiteiten.

### Parkinson Café

Meerdere keren per jaar is er een Parkinson café in de Aanleg. Er worden wisselende thema's behandeld. Info Klazien Dijkens : **0610552339**  
[www.parkinsonscafeharderwijk.nl](http://www.parkinsonscafeharderwijk.nl). U kunt zich ook op de digitale nieuwsbrief abonneren.

### Partner gespreksgroep “Koraal”

Bestemd voor mantelzorgers die zorgen voor een partner met een vorm van niet aangeboren hersenletsel (zoals dementie, parkinson, beroerte). 7 Momenten per jaar, afwisselend op dinsdag- of woensdagmiddag in WOC Stad, Houtkamp 33, Harderwijk. 13.30 tot 15 uur. Inlichtingen of aanmelden bij de mantelzorgconsulent (tel 0341 429498 of [mantelzorg@zorgdat.nl](mailto:mantelzorg@zorgdat.nl)).

### Personenalarmering

Stelt u in staat om snel iemand te waarschuwen als u dringend hulp nodig heeft. U kunt bij verschillende bedrijven een alarm aanvragen. De kortste weg is te bellen met uw ziektekostenverzekering om te kijken met welke maatschappij zij een contract hebben. Zij sturen u dan inschrijfformulieren en vertellen u of u eventueel voor vergoeding in aanmerking komt. Mocht dit niet het geval zijn kunt u altijd zelf het alarm aanschaffen. U hoeft geen indicatie van de huisarts te hebben.

### Persoonsgebonden budget

Voorzieningen zoals verzorging of huishoudelijke hulp kunnen worden

aangevraagd in natura of als persoonsgebonden budget (PGB). Kiest u voor PGB, dan krijgt u (na indicatie) een bedrag wat u kunt gebruiken om zorg of hulp in te kopen bij een zorginstelling of een particulier bureau of via een bemiddelingsbureau. De Sociale Verzekeringsbank ontvangt van gemeente de PGB gelden en u geeft hen opdracht uw zorgverlener te betalen.

- De Sociale Verzekeringsbank: **www.svb.nl** / tel: **030 26 48 200**
- Per Saldo (belangenvereniging voor mensen met PGB): **info@pgb.nl** / tel: **0900 742 48 57**

### Praktische Hulpdienst

Voor allerlei klussen op praktisch gebied biedt Zorgdat hulp aan via vele vrijwilligers. Zo is er een klussendienst, dierenuitlaathulp, tuin bijhouden, hulp bij boodschappen, hulp bij vervoer, etc De hulp kan aangevraagd worden tussen 9.00-12.00. U kunt het project bereiken via **0341-434656** coördinator Maritha van Huizen.

## R

### Respijtzorg

Dit is een verzamelbegrip voor voorzieningen die tijdelijk, beroepsmatig of vrijwillig, de mantelzorg overnemen en dus respijt aan de mantelzorger verlenen. ‘Even vrijaf’ voor u als mantelzorger. Steeds meer zorg- en welzijnsorganisaties bieden mantelzorgers de mogelijkheid de volledige zorg tijdelijk over te dragen aan professionals of vrijwilligers. Dit kan incidenteel zijn, zoals een keer een dagje weg, of meer structureel, bijvoorbeeld elke week een middagje weg.

## Respijtzorg thuis

Bij respijtzorg aan huis zijn er verschillende mogelijkheden om de zorg uit handen te geven. Soms kan uw eigen netwerk een oplossing bieden, soms kan de hulp ingeroepen worden van vrijwilligers. In een aantal gevallen is het mogelijk om professionele vervangende zorg te krijgen, hiervoor is een indicatie nodig. Een aantal vrijwilligersorganisaties heeft een bezoekdienst. Vrijwilligers komen bij u thuis en bieden gezelschap aan de zorgbehoevende of bieden een 'luisterend oor'. U kunt hiervoor contact opnemen met Zorgdat, de Zonnebloem en de kerken in Harderwijk.

## Respijtzorg buitenshuis

Er zijn verschillende mogelijkheden voor respijtzorg buitenshuis. Dit is verdeeld in dagopvang en meerdaagse opvang. Dagopvang kan de mantelzorger ontlasten als de dagelijkse zorg thuis een grote belasting vormt. Hiervoor is een indicatie nodig. Meerdaagse opvang geeft de mantelzorger de gelegenheid om een weekendje weg te gaan of een paar dagen op vakantie te gaan.

## Reumapatiëntenvereniging Randmeren

Organiseert leuke activiteiten voor reumapatiënten en doen ook huisbezoeken. Secretariaat en info; **0341-267552**  
**secretaris@rpvrandmeren.nl**

## Rijbewijskeuringen

Senioren, chauffeurs met rijbewijs C/D/E en overige automobilisten die voor verlenging van hun rijbewijs moeten worden gekeurd kunnen hiervoor terecht bij Goedkope Keuringen. 1 x per maand is er in het MFC De Roef, Zuiderzeepad 1 een keuring.



De data zijn te vinden op de site [www.goedkopekeuringen.nl](http://www.goedkopekeuringen.nl) en de site van de gemeente Harderwijk.

## Riksja Harderwijk

Opgeleide piloten fietsen u in het rond in een riksja. Telefoon voor aanvragen: 0628293941 John Huijgen. [www.riksjaharderwijk.nl](http://www.riksjaharderwijk.nl)

## S

### Samen Uit Samen Thuis

is een project van Zorgdat waar mensen elkaar ontmoeten op basis van hun hobby's. 1 x per maand komt men bij elkaar in een Wijkontmoetingscentrum om te kijken waar een verbinding gelegd kan worden om met een ander bv te fietsen of te scrabbelen. Meer info Hennie Visser **0341-434656**.

### Scoutmobiel

Als u denkt dat u deze nodig heeft kunt u dit melden bij de afdeling Wmo van de gemeente, zij kijken dan of dit een passende oplossing voor u zou kunnen zijn. Tevens wordt er gekeken of de aanvrager voldoende verkeersveilig is. Evt. kunnen er een paar trainingslessen gegeven worden.

### Seniorenweb

In de Bogen wordt op dinsdagmorgen en donderdagmiddag computerles gegeven voor en door senioren. Info 0623281030

### Service Bureau Zorggroep Noord West Veluwe

Inschrijven voor wonen met een zorgindicatie bij Randmeer, Weideheem of Sonnevanc. 1x per maand vindt er op diverse locaties een inloopspreekuur plaats. [servicebureau@znwv.nl](mailto:servicebureau@znwv.nl) tel: **0880563000** (Wilt u zonder indicatie in een aanleunwoning wonen kunt u terecht bij de verhuurder/makelaar Van Der Linden **0321-336111** )

## Servicepunt Mantelzorg Harderwijk

Mantelzorgers zijn mensen die hun partner, ouders, kinderen of vrienden verzorgen of begeleiden die meer dan de gebruikelijke hulp nodig hebben. Het servicepunt geeft informatie en praktische en emotionele ondersteuning. Het Servicepunt Mantelzorg is gevestigd in WOC De Aanleg Albert Verweyplein 30. Met de consulent Gerrie Faber **06-46082746/ 429 498** kunt u een afspraak maken, zij kan ook bij u thuis langskomen. Ook kan er hulp worden gegeven bij het invullen van (zorg gerelateerde) formulieren.

De ondersteuning is gratis. Meer informatie vindt u op [www.zorgdat.nl](http://www.zorgdat.nl) of mail naar [mantelzorg@Zorgdat.nl](mailto:mantelzorg@Zorgdat.nl)

De mantelzorgconsulent is bereikbaar van maandag tot en met donderdag en regelt zaken rond:

-Dag van de Mantelzorg Op de jaarlijkse Dag van de Mantelzorg, 10 november, staan mantelzorgers centraal. Door het hele land worden activiteiten georganiseerd. Het Servicepunt Mantelzorg organiseert op of rond deze datum een activiteit om de mantelzorgers in het zonnetje te zetten. Zie voor meer info [www.Zorgdat.nl](http://www.Zorgdat.nl)

-Activiteiten voor jongere mantelzorgers 6 – 23 jaar.  
Speciaal voor jonge mantelzorgers is er een mantelzorg consulent, zij is bereikbaar via [rozemarijvanlier@Zorgdat.nl](mailto:rozemarijvanlier@Zorgdat.nl).

## Sociale adviesraad

Ontplooit activiteiten om groepen zorgvragers te informeren over de Wmo. Zij behartigt geen individuele belangen maar komt in actie als

juist blijkt dat meerdere personen dezelfde klachten of problemen hebben. Zij geven advies over collectieve zaken aan de gemeenteraad. Contactpersoon Mw. Janny Heun. Voor meer informatie kijk op: [www.adviesraadharderwijk.nl](http://www.adviesraadharderwijk.nl)

### Sociale Dienst MeerinZicht

Huis van de Stad, openingstijden 8.30-12.30 Telefonisch bereikbaar van 9.00-10.00. Hier kunt u terecht voor vragen die te maken hebben met (verhoging) van uw inkomen.

De sociale dienst kijkt niet alleen naar inkomen maar ook naar draagkracht. Voor meer informatie ga naar [www.meerinzicht.nl](http://www.meerinzicht.nl) of bel naar **0341-411300**

-Op [www.berekenuwrecht.nl](http://www.berekenuwrecht.nl) kunt u nagaan op welke gemeentelijke regelingen u eventueel recht heeft. Hierna wordt u automatisch door gelinkt naar het gedeelte waarop u kunt nagaan of u in aanmerking komt voor landelijke regelingen zoals huur - en zorgtoeslag.

### Sociale Raadslieden en Juridisch Loket

Het dichtsbijzijnde juridisch loket is in Amersfoort (bereikbaar via **0900 8020** [www.hetj.nl](http://www.hetj.nl) Asch van Wijkstraat 2-4 Amersfoort)  
Zie ook Juridisch spreekuur voor hulp in Harderwijk.

### Steunpunt Financiën en Schulden (FenS)

Mocht u schulden hebben die zo hoog zijn dat u er niet meer uitkomt dan kunt u zich melden bij Stimenz, Houtkamp 33, Zij hebben een loket schuldhulpverlening waar gespecialiseerde mensen samenwerken om u

te helpen. Inloopspreekuur op maandag dinsdag en donderdag van 8.30-9.30. Telefonisch bereikbaar via **0900-2300230**

### Stimenz

Voor schuldhulpverlening, echtscheidingspreekuur, hulp op gebied van relaties, huiselijk geweld, etc. **0900-2300230**, WOC Stad, Houtkamp 33

## T

### Taalspreekuur

Iedereen met vragen op gebied van Taal en Internet kan terecht op woensdag van 12.00-15.00 in de bibliotheek. Dit kan gelden voor mensen uit het buitenland maar ook voor autochtonen die moeite hebben met lezen en schrijven. Een docent van Landstede helpt deze mensen verder door middel van een taalgroep, een taalmaatje of computercursus “Klik en Tik”.

### Tactus verslavingszorg

Tactus biedt hulp en advies aan jongeren en volwassenen die in problemen komen door verslaving. Van alcohol en drugs, tot eten, gokken, gamen, internet en seks. Ze zoeken naar de best passende behandeling en begeleiding. Dat kan online, poliklinisch, klinisch en/of met zelfhulp. Ook bieden we reclassering en forensische verslavingszorg, geven zij voorlichting en bieden we preventie-activiteiten. Voor contact en informatie kunt u Tactus benaderen via **088 382 28 87** of anders via **[www.tactus.nl](http://www.tactus.nl)** en **[www.drakendrugs.nl](http://www.drakendrugs.nl)**

## Telefooncirkel Zorgdat.

Zorgdat heeft een telefonische dienst waarbij u elke ochtend door een vrijwilliger gebeld wordt voor een controlemoment en een kort praatje. U kunt ook deel uitmaken van de telefooncontactcirkel. U wordt gebeld en u belt de volgende. Opgeven voor dit project kan via de ouderenadviseur Bianca Adam **0341410477** [ouderenadviseur@zorgdat.nl](mailto:ouderenadviseur@zorgdat.nl)

## Terminale zorg door vrijwilligers

De zorg voor ernstige zieke mensen in hun laatste levensfase is intensief. Niet alleen vanwege de intensiviteit van de zorg, maar ook omdat de mantelzorger vaak emotioneel verbonden is met de zieke en zelf veel te verwerken heeft. Vrijwillige inzet thuis is mogelijk via Zorgdat. Deze hulp is aanvullend en nooit vervangend voor de al aanwezige thuiszorg. Voor meer informatie kunt contact opnemen met Zorgdat, Hennie Visser via **0341-434656**

## Thuisadministratie

Voor hulp hierbij kunt u bellen met Zorgdat, Herma Otten via **0341-434656** of met Humanitas **06-55573249**

## Thuishuis

Wilt u met meerdere mensen wonen dan is het Thuishuis misschien iets voor u. U woont met 7 anderen in een huis waar u uw kamer en slaapkamer heeft en er gezamenlijk huiskamer, tuin en keuken is. Thuishuis organiseert 2x per maand op de 1e en de 3e zondag de thuishuiselijke zondagmiddagen in WOC Stad. Verder organiseert het thuishuis het koffiedrinken op woensdag. In de zomermaanden (juli / aug) en

wintermaanden (feb/ mrt)

Voor meer informatie kunt u bellen met de coördinator Natascha Kruger  
**06-44486054.**

### **Thuiszorgorganisaties voor huishoudelijk werk.**

Er zijn meerdere thuiszorgorganisaties in Harderwijk. Na aanvraag en indicatie krijgt u van de gemeente de keus voor welke organisatie u wilt kiezen om het geïndiceerde huishoudelijk te laten uitvoeren. Voor informatie verwijzen we u naar het Wmo-loket.

Heeft u thuiszorg nodig voor persoonlijke verzorging (dit valt onder de Wet Langdurige Zorg) dan kunt u terecht bij de wijkverpleging. Bv Icare 09008833 ZNWW **088-0563000** en andere organisaties.

### **Toeslagen, huur en zorgtoeslag**

De hoogte hiervan is afhankelijk van uw inkomen. Uw vermogen telt wel mee. Toeslagen kunnen worden aangevraagd bij de belastingdienst:  
**0800-0543 / [www.toeslagen.nl](http://www.toeslagen.nl)** Voor de wisselende bedragen die u mag

U

### **Uitvaartplanner**

Mireille Schram denkt met u mee over uw wensen tav uw uitvaart. **06-42801100**

## VAC - Voorlichting en advies commissie

Zij kunnen met u meedenken en voorlichting geven rond veiligheid een aanpassingen van de woning. Informatie: mw. C. Schuurkamp  
0341-453106.

## Vakanties

- Stichting Mens en Samenleving, informatie via **0318 485183**.  
Voor zelfstandige ouderen met een lichte zorgvraag, ouderen met een beperking of dementerende met hun eventuele mantelzorger worden vakantieweken georganiseerd op verschillende locaties.
- Ook de Zonnebloem organiseert vakanties.
- Carla Reiscreaties organiseert voor ouderen groepsreizen vanuit Harderwijk. **06-55331137**
- [www.platformbijzondervakanties.nl](http://www.platformbijzondervakanties.nl)
- [hetvakantiebureau.nl](http://hetvakantiebureau.nl) organiseert ook vakanties voor mensen met een zorgvraag, eventueel samen met de mantelzorger.

## Valpreventie

Via de fysiopraktijk in Drielanden **0341-432754**

## Valys

Valys is een vervoersbedrijf dat vervoer regelt voor sociaal-recreatieve uitstapjes bij bovenregionale afstanden. Dit betekent dat de bestemming op meer dan vijf openbaar vervoerzones van uw vertrekpunt ligt (gemiddeld zo'n 20 kilometer). Dus daar waar de regio-taxi niet verder

gaat. U kunt een Valyspas aanvragen als u tevens een indicatie heeft voor Wmo-vervoer. Als pashouder mag u 600 km per jaar reizen tegen €0,20 ct. per kilometer. Daarna betaalt u €1,31 per kilometer. U mag als pashouder een begeleider meenemen. Valys biedt ook vervoer in combinatie met het openbaar vervoer. Als u een pas wilt aanvragen of reserveert, kunt u aangeven of u een rolstoel, scootmobiel of rollator mee wilt nemen. U kunt reserveren via [www.valys.nl](http://www.valys.nl) of via **0900 96 30**. Antwoordnummer 6,3260 WB Oud Beijerland.

### VeiligThuis

Voor meldingen en/of informatie van geweld of misbruik in de thuissituatie, bel naar **0800-2000**.

### Veluwse Wens Ambulance

deze stichting zet zich in om de een wens van ernstig zieke of terminale patiënten die ambulance vervoer nodig hebben in vervulling te laten gaan. Dit doen zij op vrijwillige basis. [www.veluwsewensambulance.nl/contact](http://www.veluwsewensambulance.nl/contact)

### Veluws Ouderen Steunpunt

Soms is uitzoeken welke zorg er (nodig) is een hele zoektocht., Voor ouderen op de Veluwe is daarop het VOS van start gegaan. Voor vragen over Wmo, WLZ, maar ook over het aantal beschikbare bedden in de regio kunt u bellen met 088-0564444

### Verhuisbutler

Heeft u behoefte aan iemand die uw verhuistraject (betaald) begeleidt. Bel dan de businessbutler: **06-83699736**



## Vervoer met vrijwilligers

Een aantal organisaties biedt met vrijwilligers vervoersmogelijkheden aan. Zie ook de Buurtbus. Zorgdat biedt de mogelijkheid om mensen te vervoeren en/of begeleiden. U betaalt in de gemeente Harderwijk 3 euro per rit. Buiten Harderwijk geldt een tarief per kilometer. Voor deze dienst is geen indicatie vereist. Bel voor meer informatie **0341-434656**.

## ViaVe Regiotaxi

Viave regelt vervoer van deur tot deur. Iedereen mag reizen met dit taxivervoer. Bent u beperkt in uw mobiliteit kunt u hiervoor een pasje aanvragen bij het Wmo-loket. U betaalt dan minder. Heeft u begeleiding nodig tijdens het reizen dan kunt u zich ook laten informeren bij het WMO loket (**0341-411911**). Meer informatie over Viave via **www.viave.nl**  
Telefonisch bereikbaar via **088-6557710**.

## Voedselbank

Als u er door schulden niet meer uitkomt en van de voedselbank gebruik zou willen maken kunt u voor info terecht bij **06-13158646**. U krijgt na een intake een pasje waarmee u elke vrijdag voedsel kunt ophalen. Vrijwilligers van Zorgdat doen de intake voor de voedselbank, de coördinator Herma Otten is bereikbaar via **0341-434656**.

## Wmo-loket

Het WMO loket bevindt zich in het Huis van de Stad en is telefonisch bereikbaar via **0341-411300**. Openingstijden ma t/m vr 9.00-12.30 en donderdag van 12.30-20.00. Hier kunt u een melding doen als u bv. huishoudelijke hulp, woningaanpassing, scootmobiel, regiovervoer, begeleiding of dagbesteding nodig heeft. De Wmo-consulent zal samen met u bekijken waar uw hulpvraag ligt en welke (participatie) beperkingen u heeft en hoe uw vraag het beste opgelost kan worden. De gemeente biedt zoveel mogelijk maatwerk. Ze kijken naar uw behoefte en uw eigen mogelijkheden.

Voor diverse voorzieningen wordt een eigen bijdrage gevraagd. De hoogte wordt bepaald door uw inkomen en geïnd door het CAK (zie aldaar).

## Wonen

Er zijn diverse woningaanbieders in Harderwijk. Uwoon en Omnia werken samen onder het portal [www.hurennoordveluwe.nl](http://www.hurennoordveluwe.nl). Hier staan de woningen van Egelantier (deAanleg) de Zeven Akkers, de Allee, Triasplein, etc. Woningen aan het Kruithuis en Walstein zijn te bevragen onder [www.woonzorg.nl](http://www.woonzorg.nl). De aanleunappartementen van Randmeer en Weideheem worden verhuurd via de makelaar **[www.vanderlinden.nl](http://www.vanderlinden.nl)**. Heeft u een indicatie voor verzorgd wonen (minimaal WLZ 4) kunt u via de Zorggroep Noord West Veluwe ingeschreven worden voor Weideheem, Randmeer of Sonnevanc. **088-0563000 zie bij servicebureau.**

## Woningaanpassing

Wanneer u in uw eigen huis wilt blijven wonen is het mogelijk, via de Wmo, woningaanpassingen aan te vragen. Voor deze aanpassing betaalt

u altijd een eigen bijdrage afhankelijk van uw inkomen.

## WWW

Hieronder volgen enkele linken om op internet te zoeken naar meer informatie:

**[www.alleszelf.nl](http://www.alleszelf.nl)**

**[www.buuv.nl](http://www.buuv.nl)**

**[www.gelderhuistest.nl](http://www.gelderhuistest.nl)** is uw huis toekomstproof?

**[www.handjehelpen.nl](http://www.handjehelpen.nl)**

**[www.jeeves.nl](http://www.jeeves.nl)** levert tegen betaling allerlei diensten aan senioren.

**[www.Lekkerleven.nl](http://www.Lekkerleven.nl)** Zij bieden allerlei diensten aan in en om het huis.

**[www.leven.nl](http://www.leven.nl)**

**[www.seniorservice.nl](http://www.seniorservice.nl)**

**[www.steffi.nl](http://www.steffi.nl)** duidelijke info over gezondheid, digid aow, ov , etc

**[www.werkster.nl/harderwijk](http://www.werkster.nl/harderwijk)** - voor particuliere hulp.

## WLZ clientondersteuning.

Hier is men goed op de hoogte van de laatste wet- en regelgeving rond (langdurige) zorg. Of het nu gaat om het geven van advies of het vinden van de juiste zorgaanbieder, het schrijven van een ondersteuningsplan of het bemiddelen tussen u als cliënt en uw zorgaanbieder, de clientondersteuner zoekt met u naar een adequate oplossing.

De dienst is gratis en onafhankelijk. Telefoon 085-3032985 [www.wlzclientondersteuning.nl](http://www.wlzclientondersteuning.nl)

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

Met vriendelijke groet,

## Y

### Yuvam

In de Turkse moskee aan de Anne Franklaan 5 wordt iedere dinsdag een multiculturele huiskamer georganiseerd. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Belgin Deveci of Tulin Tarhan Zorgdat via **0341-434656**

## Z

### Zilverlijn (via het Ouderenfonds)

1x per week kunt u op een door uw gewenst tijdstip gebeld worden door een vrijwilliger, meer informatie via **0900-6080100**

### Zonnebloem

De Zonnebloem bezoekt langdurig zieken, gehandicapten en eenzame of hulpbehoevende ouderen. Zij organiseren regelmatig middagen, dagtochten en vakantieweken. Contactpersoon mw. B. van der Kamp, **0341- 420131, [www.harderwijk-hierden.zonnebloem.nl](http://www.harderwijk-hierden.zonnebloem.nl)**.

De Zonnebloem heeft een auto te huur voor rolstoelvervoer. Voor € 40,- per dag incl 100 kilometer. Zie [www.zonnebloem.nl/zonnebloemauto](http://www.zonnebloem.nl/zonnebloemauto) **088-0016707**, Secretariaat Mariëtte Spaans **0341-427295**

## Zorg

### Gebruikelijk zorg

U maakt onderdeel uit van een sociaal netwerk. Alle mensen die u kent familie, vrienden, buren en bekenden horen hierbij. Gebruikelijke zorg is de normale, dagelijkse zorg die gezinsleden elkaar bieden.

Ook verenigingen en kerken spelen een belangrijke rol in dit persoonlijke netwerk. Het bestaande netwerk om u heen kan helpen de zorg op te vangen. Misschien kan uw broer of zus een paar dagen op uw moeder, vader of kind letten, zodat u even weg kunt. Dit netwerk heeft een grote binding met u en uw dierbare waardoor de zorg vertrouwd is. U geeft zodoende ook anderen de gelegenheid u te helpen. Veel mensen zijn hiertoe best bereid, als u hen daarom vraagt.

### Vrijwilligershulp / Respijtzorg

Steeds vaker zijn er ook vrijwilligers betrokken bij iemands netwerk. Vrijwilligers bieden praktische ondersteuning en ze zijn er voor de ander. Zij doen het omdat zij het fijn vinden iets voor de ander te betekenen, ervaring op te doen of hun talent te ontplooien. Zij hebben zich daarom aangesloten bij een vrijwilligersorganisatie. Zo kunnen zij gemakkelijk met mensen die hulp nodig hebben in contact komen. Deze hulp kan heel verschillend zijn: klussen in en om het huis, een keer boodschappen doen of vervoer naar het ziekenhuis verzorgen. Ook kan de vrijwilliger de aandacht en 'zorg' voor een korte periode even overnemen. Het overnemen van de zorg heet respijtzorg. Kijk voor meer informatie op **[www.Zorgdat.nl](http://www.Zorgdat.nl)** 0341-434656.

### Professionele zorg

Bij professionele zorg gaat het om het geheel van zorgverlening waarvoor een bepaalde deskundigheid is vereist. Professionele zorg wordt tegen betaling verricht door de thuiszorg. Hierin wordt onderscheid gemaakt tussen huishoudelijke hulp en persoonlijke verzorging en verpleging (helpen met douchen, aankleden

en medicatie innemen). Voor huishoudelijke zorg kunt u terecht bij het Wmo en voor persoonlijke verzorging bij uw huisarts en/of de wijkverpleegkundige uit uw wijk. Zowel het huishoudelijk werk als de persoonlijke verzorging wordt en uitgevoerd door diverse zorgorganisatie in Harderwijk.

## Zorgdat

Is de welzijnsorganisatie in Harderwijk en heeft vele projecten waaronder het klusjesproject (vrijwillige bijdrage), (samen) boodschappen doen, (evt. 3,00 voor autovervoer) buurtbemiddeling, thuisadministratie, hulp bij invullen belastingpapieren, jongerenplatform, formulierensprekkuur, huisbezoeken aan 75 en 80 plussers, maaltijdvoorziening, ouderenadvies, telefooncirkel, wijkontmoetingscentra op 4 locaties, maatjesproject, hulp thuis, hulp bij autisme en vrijwillige terminale zorg, servicepunt mantelzorg en servicepunt vrijwilligers.

Voor de adressen zie de eerste pagina van dit boekje, telefonisch bereikbaar via **0341-434656**. Zorgdat werkt vanuit verschillende wijkontmoetingscentra. Hier kunt u terecht voor allerlei activiteiten. Elk wijkhuis kent zijn eigen programma en projecten. welke ook te vinden zijn op de website **[www.Zorgdat.nl](http://www.Zorgdat.nl)**. U bent in alle wijkhuizen van harte welkom voor een kop koffie en informatie.

## Zorghotel

Een zorghotel is een logeerverblijf waar de hulpbehoevende naar toe kan voor een weekendje weg of korte vakantie. De zorg wordt tijdens de vakantie overgenomen van de mantelzorger. De mantelzorger blijft thuis of gaat zelf ook een weekendje weg. Naast zorg aan de hulpbehoevende biedt een zorghotel ook vaak activiteiten aan. Voor deelname aan een vakantie in een zorghotel is meestal geen indicatie nodig. U betaalt dan (een deel van) de vakantie zelf. Voor contactgegevens van zorghotels kijk op:

**[www.zorghotel.nl](http://www.zorghotel.nl)**

## Zorgverzekeringslijn.nl

De wet stelt dat iedere inwoner verplicht is een zorgverzekering te hebben en de premie op tijd te betalen. Steeds meer burgers lukt dat niet. In opdracht van het ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport is een project actief: de Zorgverzekeringslijn.nl. Dit project verstrekt allerlei algemene informatie over de verzekeringsplicht, de zorgpremie en de gevolgen van wanbetaling. Via het gratis telefoonnummer **0800 6464 644** wordt neutraal en onpartijdig advies gegeven.

*De Wegwijzer is samengesteld door Zorgdat. Uiteraard is hierbij nauwkeurigheid en zorgvuldigheid in acht genomen. Toch kan blijken dat niet alle informatie correct is. Wij verzoeken u dan contact op te nemen met een van onze ouderenadviseurs Vera Freeke of Bianca Adam via 0341-410477 email: [ouderenadviseur@zorgdat.nl](mailto:ouderenadviseur@zorgdat.nl)*

# zörgdat

Adres: Deventerweg 4  
Postcode: 3843 GD Harderwijk  
Telefoon: 0341-434656.  
Email: [info@zorgdat.nl](mailto:info@zorgdat.nl)