

Seniorengids

Informatie over Welzijn, Wonen en Zorg in Heemstede



Plein1, Julianaplein 1 - 2101 ZC Heemstede

Telefoon: 023-528 85 10

E-mail: dienstverlening@wijheemstede.nl

Openingstijden: Maandag – donderdag 9.00 – 17.00 uur

Vrijdag 9.00 – 13.00 uur

Seniorengids



Julianaplein 1
2101 ZC Heemstede
Telefoon: 023-528 85 10
E-mail: dienstverlening@wijheemstede.nl

Gids 2021

De Seniorengids is een uitgave van Wij Heemstede in samenwerking met Loket Heemstede.

Eindredactie en tekstopmaak: Sasja Prins, teksten Willie Chermin, José van Duin
Drukwerk: Drukkerij Van Assema


© 2021, Wij Heemstede

Voorwoord

Voor u ligt de Seniorengids 2021 van Heemstede. De gids is een uitgave van Wij Heemstede in samenwerking met Loket Heemstede.

In Heemstede en omgeving bieden veel organisaties hulp aan ouderen. Deze Seniorengids zet alle mogelijkheden op een rij. Het is een handige gids met veel informatie.

U kunt de informatie opzoeken op het moment dat u het nodig hebt.

Activiteiten en diensten met het symbool  worden u aangeboden door- of in samenwerking met Wij Heemstede.

De gids is ingedeeld in thema's en de informatie is kort en bondig. Voor het zoekgemak is achter in de gids een trefwoordenregister opgenomen. Zo kunt u snel de door u gewenste informatie vinden.

De Seniorengids is in eerste instantie bedoeld als wegwijzer voor oudere inwoners van Heemstede. Maar ook voor mantelzorgers is de gids een goede vraagbaak. Helaas bestaat er niet voor iedere vraag een kant-en-klaar antwoord en kan deze gids nooit helemaal volledig zijn. Voor specifieke vragen of moeilijke situaties kunt u een beroep doen op de medewerkers van Wij Heemstede en Loket Heemstede. Zij denken met u mee en helpen u zicht te krijgen op de verschillende mogelijkheden.

Wij hopen dat u veel gemak en plezier van de Seniorengids ondervindt.

Met vriendelijke groet,


Marlies Lolkema,
Waarnemend directeur Wij Heemstede

Inhoud

Voorwoord	3
Inhoud	4
Over ons	7
Wij Heemstede	7
Loket Heemstede 	8
Dienstverlening en ondersteuning	9
Vrijwillige dienstverlening 	9
Maatschappelijke dienstverlening 	10
Alzheimer Nederland, afdeling Zuid-Kennemerland	10
Alzheimer Café Zuid-Kennemerland	11
Trefpunt Dementie 	11
De Luisterlijn	12
Solo-apparatuur voor slechthorenden	12
Gezondheid en zorg	13
Centrum Indicatiestelling zorg (CIZ)	13
Ergotherapie aan huis	14
Geestelijke gezondheidszorg (ggz)	14
Hospice Groep Haarlem en omstreken	15
Hulpmiddelen	16
Personalarmering	17
SAHZ-apotheek	18
Tandem, centrum voor mantelzorgondersteuning	18
Thuiszorg	19
Wet langdurige zorg	20
Wet maatschappelijke ondersteuning	21
Veilig Thuis	23
Activiteiten en contacten	24
De Sociëteit voor ouderen 	24
Ontmoeting en dagbesteding	24
Ontmoetingscentrum Dreefhart in Plein1	25
Ontmoetingscentrum de Heemstroom in de Molenwerf	25

Inhoud

De Bibliotheek Zuid-Kennemerland, verstiging Heemstede	26
Eetgelegenheden	27
GSV Heemstede	28
Kerkelijke Organisaties	29
Ko-Bus tochtjes 	30
Nieuw Groenendaal	30
Nationaal Park Zuid-Kennemerland	31
Pauwehof	31
Informatiebijeenkomsten 	32
Tijd voor 2 	32
Unie Van Vrijwilligers (UVV) Haarlem e.o.	33
Vereniging Onbeperkt Lezen	33
Vrijwilligerspunt - WeHelpen Heemstede 	34
WeHelpen Heemstede 	34
Vrouwen van nu	35
Zonnebloem	35
Mobiliteit en vervoer	36
Rijbewijskeuring 	36
Vrijwilligersvervoer 	36
Gehandicaptenparkeerkaart	36
Gehandicaptenparkeerplaats	37
NS-reisassistentie	38
Schiphol-assistentie	38
Collectief vervoer, RegioRijder	38
OV-Begeleiderskaart	39
Rolmobiel	39
Valys	40
Ziekenvervoer	41
Wonen	43
Boodschappendiensten	43
Kringloopwinkel	44
Maaltijden (thuisbezorgd)	45
Klussenbank 	47


Buurtbemiddeling	47
Serviceflats (huur)	48
Serviceflats (koop)	50
Woningaanpassingen	51
Woningruil	52
Woonservice	52
Zorgwoningen	53
Financiën en administratie	54
De Formulierenbrigade 	54
Belastinghulp 	54
Administratieve Thuishulp 	55
Bewindvoering	55
Huurtoeslag	56
Kwijtschelding aanslag Hoogheemraadschap	56
Kwijtschelding gemeentelijke belastingen	57
Hulp bij laag inkomen	58
Schulddienstverlening	60
Zorgtoeslag	61
Advies en belangenbehartiging	62
Huisbezoek 80-jarigen 	62
Humanitas Zuid-Kennemerland	62
Juridisch Loket	63
Korrelatie	63
Nabestaandendossier 	63
Euthanasieverklaring	64
Levenstestament	64
Notaris	64
Ouderenbonden	65
OuderenOmbudsman	66
Regelhulp	66
Slachtofferhulp	67
Trefwoorden	68

Over ons

Wij Heemstede

Wij Heemstede, de welzijnsorganisatie in de gemeente Heemstede, wil graag de zelfstandige woon- en leefsituatie van senioren bevorderen. Zij ondersteunt individuele senioren en groepen van senioren bij het vergroten van hun deelname aan de maatschappij en hun zelfredzaamheid. Uitgangspunt daarbij is de behoeften en de wensen van de ouderen zelf.

Wij Heemstede organiseert vele activiteiten en cursussen waar senioren aan kunnen meedoen. Daarnaast biedt de stichting een uitgebreid aanbod van diensten door vrijwilligers. Het gaat dan vaak om hulp bij het uitvoeren van een aantal bezigheden, die u altijd zelf hebt kunnen doen. Voor het verlenen van deze hulp is niet altijd een betaalde vakman of -vrouw nodig. Ouderen in Heemstede kunnen in dergelijke situaties een beroep doen op de vrijwilligers van Wij Heemstede.

In deze gids herkent u de activiteiten en diensten van Wij Heemstede aan het symbool 

Informatie over activiteiten, cursussen en diensten kunt u ook vinden in de Heemsteedse weekbladen, in de Wij Heemstede brochure (verschijnt eenmaal per jaar), in de Wij Nova nieuwsbrief (verschijnt maandelijks) en op de website www.wijheemstede.nl.

Locaties

Wij Heemstede werkt vanuit de volgende locaties:

De Luifel

Herenweg 96
023-548 38 28

Plein1 (dienstverlening en maatschappelijk werk)

Julianaplein 1
023-528 85 10

De Molenwerf
Molenwerfslaan 11
023-548 38 28

Op het omslag van deze gids vindt u de algemene adresinformatie van WIJ Heemstede.

Loket Heemstede

De gemeente Heemstede heeft één centrale plek, Loket Heemstede, voor alle vragen op het gebied van wonen, zorg en welzijn, dus ook voor alle vragen over de mogelijkheden vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo).

Loket Heemstede is gevestigd in het raadhuis van de gemeente. Iedere werkdag tussen 8.30 en 13.00 uur kunt u, zonder afspraak, gebruikmaken van het inloopspreekuur voor gratis informatie, advies en ondersteuning. Indien u niet naar Loket Heemstede kunt komen, kan een gesprek thuis plaatsvinden. Niet alle vragen kunnen de loketmedewerkers zelf beantwoorden. Soms is andere deskundigheid nodig en zullen de loketmedewerkers moeten doorverwijzen. Wel zal de loketmedewerker zoveel mogelijk meedenken om zo samen tot een oplossing te komen.

De volgende organisaties participeren in Loket Heemstede:

- WIJ Heemstede;
- MEE;
- RIBW;
- Zorgbalans;
- Tandem;
- Zorgspecialist;
- Gemeente Heemstede.

Tevens werkt Loket Heemstede nauw samen met de GGD en Veilig Thuis.

Op het omslag van deze gids vindt u de contactgegevens van Loket Heemstede.

Dienstverlening en ondersteuning

Vrijwillige dienstverlening

Vrijwilligerswerk

Veel mensen kunnen en willen hun kennis, ervaringen en vaardigheden inzetten voor het vrijwilligerswerk. Daarnaast kunnen zij door het vrijwilligerswerk nieuwe kennis opdoen en andere vaardigheden ontwikkelen. Ook biedt het vrijwilligerswerk de mogelijkheid tot het maken van nieuwe contacten. Voor vrijwilligerswerk bestaat veel waardering en het geeft de vrijwilliger voldoening.

In Heemstede zijn vrijwilligers actief in het werk voor ouderen, o.a. bij WIJ Heemstede, in verpleeghuizen, in het kerkenwerk en bij de ouderenbonden. Ook andere organisaties in de maatschappelijke sector bieden werk aan vrijwilligers, zoals organisaties op het gebied van cultuur, sport, jeugd, ouderen, zieken en gehandicapten. Voor iedereen is er geschikt vrijwilligerswerk.

WIJ Heemstede

WIJ Heemstede zet vrijwilligers in voor o.a. werkzaamheden op kantoor, het vrijwilligersvervoer, het begeleiden van een telefooncirkel, hulp bij kleine klussen in en rond de woning, het rijden met de KO-Bus, huisbezoek aan 80-jarigen, Tijd voor 2, Formulierenbrigade of Hulp bij (financiële)administratie, hulp bij het invullen van belastingformulieren, als gastvrouw/gastheer bij verschillende activiteiten.

Zie voor de contactgegevens van WIJ Heemstede het omslag van deze gids.

Maatschappelijke dienstverlening

De maatschappelijk werkers van WIJ Heemstede bieden informatie, advies en ondersteuning bij vragen over financiën, wonen, gezondheid, relaties en echtscheiding, eenzaamheid en verwerking van rouw en verlies.

De maatschappelijk werkers staan naast jou en helpen je om je eigen kracht te hervinden zodat je de oplossingen vindt die bij je passen.

Gesprekken kunnen zowel thuis als op kantoor gevoerd worden.

Contactgegevens & praktisch:

Aanmelden kan telefonisch of per mail. De gesprekken zijn kosteloos.

De maatschappelijk werkers zijn van maandag t/m donderdag telefonisch bereikbaar tussen 9.00 en 12.00 uur.

Telefoon: 023-205 08 89.

Een email kan u sturen naar: maatschappelijkwerk@wijheemstede.nl.

Kantoor: Plein1 (2de etage), Julianaplein 1, Heemstede.

Alzheimer Nederland, afdeling Zuid-Kennemerland

Alzheimer Nederland biedt informatie en steun aan mensen met een vorm van dementie, hun naasten en verzorgenden.

Uitgebreide informatie op de site van Alzheimer Nederland. www.alzheimer-nederland.nl

Contactgegevens in onze regio

Mayke van den Berg

Lommerlustlaan 61

2012 BZ Haarlem

Email: zkennemerland@alzheimervrijwilligers.nl

Tel: 06 3836 2186

Alzheimer Café Zuid-Kennemerland

Het Alzheimer Café is een trefpunt voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en andere belangstellenden. In het Alzheimer Café krijgt men van deskundige sprekers achtergrondinformatie over dementie. Er worden ook in ongedwongen sfeer ervaringen uitgewisseld.

Het Alzheimer Café wordt elke eerste maandag van de maand van 19.30 uur tot 21.30 uur gehouden in het Trefpunt 't Trionk, Van Oosten de Bruynstraat 60, Haarlem. U hoeft zich niet aan te melden en de toegang is gratis.

Contactgegevens

Alzheimer Café Zuid-Kennemerland

Contactpersoon: Miranda Gosewehr tel 06-21397610

Website voor meer informatie over dementie: www.alzheimer-nederland.nl

Trefpunt Dementie

In Heemstede hebben diverse organisaties hun krachten gebundeld om mensen met dementie, hun naasten, mantelzorgers en andere belangstellenden te ondersteunen middels het organiseren van bijeenkomsten. Op deze bijeenkomsten kunnen, na een informatie gedeelte, de gasten vragen stellen, ideeën en ervaringen uitwisselen in een ongedwongen sfeer.

Elk Trefpunt (5 keer per jaar) heeft een eigen thema, en wordt gehouden op Plein1 aan het Julianaplein 1 in Heemstede.

Trefpunt Dementie is een samenwerking van diverse zorgorganisaties in Heemstede en Alzheimer Nederland.

Contactgegevens

Voor informatie en het Jaarprogramma zie het omslag van deze gids.

De Luisterlijn

De Luisterlijn is een telefonische hulpdienst voor een gesprek van mens tot mens. De dienst is zeven dagen per week, 24 uur per dag, bereikbaar voor iedereen die behoefte heeft aan een vertrouwelijk en anoniem gesprek.

Contactgegevens

Telefoon: 0900-07 67 (€ 0,05 per minuut)

E-mail: ehulp@deluisterlijn.nl

Website: www.deluisterlijn.nl

Solo-apparatuur voor slechthorenden

Solo-apparatuur bevordert de communicatie met slechthorenden tijdens vergaderingen of bijeenkomsten. Deze apparatuur is voor organisaties die contact of bezoekers hebben die slechthorend zijn, tijdelijk te leen bij WIJ Heemstede in de Luifel of op Plein1, bij de gemeente Heemstede of Loket Heemstede.

Wilt u de apparatuur uitproberen, dan kunt u hiervoor een afspraak maken bij Loket Heemstede.

Contactgegevens

Zie het omslag van deze gids.

Gezondheid en zorg

Centrum indicatiestelling zorg (CIZ)

Het Centrum indicatiestelling zorg (CIZ) doet de indicatiestelling voor zorg uit de Wet langdurige zorg (Wlz). Het CIZ levert zelf geen zorg, maar beoordeelt of u in aanmerking komt voor Wlz-zorg. De Wet langdurige zorg is bedoeld voor mensen die permanent toezicht en/of 24-uurszorg in de nabijheid nodig hebben.

Om Wlz-zorg te krijgen hebt u een indicatie nodig van het CIZ. In de indicatie staat dat u in aanmerking komt voor Wlz-zorg. In het besluit staat ook uw zorgprofiel: dat is een aanduiding van de hoeveelheid zorg die u nodig hebt. Het CIZ geeft die indicaties af, dus beoordeelt of u recht hebt op Wlz-zorg. Dit gebeurt op basis van landelijke regels. De beoordeling is daardoor overal in het land hetzelfde. Indicaties voor Wlz-zorg zijn bijna altijd onbeperkt geldig. Een herindicatie is alleen nodig als uw zorgvraag verandert en u een ander zorgprofiel nodig hebt.

Hoe werkt het CIZ?

U dient bij het CIZ een aanvraag in voor Wlz-zorg of iemand doet dit samen met u. De aanvraag kan digitaal of schriftelijk ingediend worden met alle benodigde (medische) gegevens. Het CIZ beoordeelt deze aanvraag en neemt een indicatiebesluit. Soms wordt u gebeld voor nadere informatie of wordt een afspraak gemaakt voor een bezoek aan huis. Bij dit gesprek mag ook een mantelzorger aanwezig zijn. Van het besluit ontvangt u een brief.

Contactgegevens

Europalaan 100

Telefoon: 088-789 10 00

3526 KS Utrecht

Postbus 2690

3500 GR Utrecht

Fax: 088-789 10 11

E-mail: info@ciz.nl

Website: www.ciz.nl

Ergotherapie aan huis

Ergotherapie aan huis is een speciale vorm van zorgverlening aan mensen thuis of in het verzorgingshuis. De ergotherapeut helpt mensen die door ouderdom of ziekte een beperking hebben, bij het uitvoeren van dagelijkse handelingen.

Ergotherapie kan gericht zijn op:

- activiteiten (opnieuw) aanleren;
- activiteiten op een andere manier uitvoeren;
- het aanpassen van de woonomgeving;
- het gebruik van hulpmiddelen.

Meer informatie is te krijgen bij Loket Heemstede.

Zie voor adresgegevens het omslag van deze gids.

Geestelijke gezondheidszorg (ggz)

Basis-ggz

Het hulpaanbod 'basis-ggz' is bij Prezens ondergebracht. De basis-ggz is bedoeld voor mensen met lichte of matige psychische problemen, of met stabiele chronische problemen. U hebt altijd een verwijzing nodig van uw huisarts of een andere verwijzer. Uw verwijzer bespreekt met u of u specialistische hulp of basis-ggz nodig hebt. Prezens is ondergebracht bij 'GGZ InGeest' en werkt vanuit verschillende locaties in Amsterdam, Amstelveen, Hoofddorp, Haarlem en omliggende gemeentes.

Contactgegevens Prezens

Telefoon: 088-788 50 55 (lokaal tarief) voor alle locaties

Website: www.prezens.nl (voor informatie over het aanbod en informatie waar u direct zelf mee aan de slag kunt)

Specialistische hulp

GGZ inGeest biedt specialistische hulp bij ingewikkelde psychiatrische problematiek. Binnen de specialistische ggz onderscheiden we vijf zorgsoorten:

- acute hulp in geval van crisis;
- poliklinische hulp;
- dagbehandeling;
- opname in een kliniek;
- behandeling en activerende begeleiding vanuit specialistische teams.

GGZ inGeest heeft een telefonisch spreekuur op maandag t/m donderdag van 09.00 tot 19.00 uur en op vrijdag van 09.00 tot 17.00 uur. Buiten deze tijden kunt u een bericht inspreken en wordt u teruggebeld.

Contactgegevens GGZ inGeest

Telefoon: 023-518 72 22

E-mail: aanmelding@ggzingeest.nl

Website: www.ggzingeest.nl

WhatsApp: 06-51 16 80 07 (voor contact met patiëntenvoorlichting voor algemene voorlichtingsvragen tijdens kantooruren)

Hospice Groep Haarlem en omstreken

In het laatste stadium van hun leven hebben mensen meestal dag en nacht intensieve zorg nodig. Veel mensen willen het liefst thuis sterven. Vaak is het zwaar om deze fase zonder hulp of ondersteuning te doorlopen.

Stichting Hospice Groep Haarlem e.o. geeft ondersteuning aan mensen die gaan sterven en aan hun naasten, thuis of in het Bijna Thuis Huis. Dat gebeurt met de inzet van speciaal daarvoor opgeleide vrijwilligers in samenwerking met professionele zorgverleners, zoals de wijkverpleging, de nachtverpleging en de huisarts. De verdere zorg, de zogenaamde mantelzorg, komt echter voor rekening van de partner, familie of vrienden.

Contactgegevens

Bijna Thuis Huis

Zuiderhoutlaan 10

2012 PJ Haarlem

Telefoon: 023-3034343

E-mail: info@hospicehaarlemeo.nl

Website: www.hospicehaarlemeo.nl

Hulpmiddelen

Er zijn vele soorten hulpmiddelen en aanpassingen beschikbaar. Voor een overzicht kunt u de Hulpmiddelenwijzer raadplegen (www.hulpmiddelenwijzer.nl).

Wilt u advies op maat? Dan kunt u een deskundige inschakelen, zoals een ergotherapeut of revalidatiearts. Uw huisarts kan u hier meer informatie over geven.

Hulpmiddelen huren

Thuiszorgwinkels lenen en verhuren hulpmiddelen voor enkele maanden, 26 weken. Veel thuiszorgorganisaties hebben een thuiszorgwinkel. Thuiszorgwinkels zijn te vinden op website: www.medipoint.nl. Hier vindt u hulpmiddelen om te lenen, te huren of te kopen.

Vergoeding van hulpmiddelen voor langdurig gebruik

Verschillende organisaties vergoeden hulpmiddelen en aanpassingen. Waar u moet zijn, hangt af van het soort hulpmiddel en de situatie waarin u het hulpmiddel gebruikt. Zie voor uitgebreide informatie op de website: www.medipoint.nl.

De gemeente vergoedt vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning bepaalde hulpmiddelen en aanpassingen in huis. Uw zorgverzekeraar kan verschillende hulpmiddelen voor het dagelijks leven vergoeden. Sommige hulpmiddelen vallen onder de basisverzekering. In uw polis staat wat er precies mogelijk is en hoe u de hulpmiddelen kunt aanvragen. Het is belangrijk om de hulpmiddelen eerst aan te vragen en daarna pas te kopen. Anders krijgt u geen vergoeding.

Thuiszorgwinkel

Tal van hulpmiddelen kunnen het dagelijkse leven eenvoudiger en veiliger maken. Deze hulpmiddelen, waaronder rollators en rolstoelen, zijn te leen voor de maximale periode van 6 maanden. Hulpmiddelen zijn ook te koop. Abonnees op het Servicepaspoort van Zorgbalans krijgen bij aankoop korting.

Contactgegevens

Thuiszorgwinkel Haarlem

Stephensonstraat 45 - 2014 KC Haarlem

Openingstijden: maandag t/m vrijdag van 9.00-17.00 uur en zaterdag 10.00-16.00 uur

Telefoon: 023 - 891 89 18

Personenalarmering

Personenalarmering is een alarmeringssysteem om hulp op te roepen. Via het systeem kunt u een meldpost waarschuwen. De meldpost is zeven dagen per week, dag en nacht bereikbaar.

De alarmering kan op verschillende manieren geregeld zijn, bijvoorbeeld met een zendertje aan een koord om uw nek of pols, een mobiele telefoon of een broekriem met een zendertje.

Het alarmeringssysteem is bedoeld voor noodsituaties. Bijvoorbeeld:

- u bent in huis gevallen en u kunt niet bij de telefoon komen;
- u voelt zich plotseling niet goed, bijvoorbeeld door plotselinge benauwdheid, duizelingen of angst;
- u komt buitenshuis in de problemen, bijvoorbeeld als u valt of de weg niet meer weet.

Wie personenalarmering wil aanvragen, maar voor het waarschuwen door de centrale geen beroep wil of kan doen op familie, buren of kennissen, kan een abonnement nemen voor professionele alarmopvolging door een zorgaanbieder. Bij professionele alarmopvolging krijgt u een sleutelkluis bij uw voordeur, waar een setje sleutels van het huis in komt. U betaalt eenmalig een aansluitbedrag voor de sleutelkluis en een abonnementsbedrag per maand. Het is afhankelijk van uw persoonlijke situatie en uw zorgverzekering of u voor een vergoeding van de alarmering en de alarmopvolging in aanmerking komt.

Op Hulpmiddelenwijzer.nl vindt u meer informatie over verschillende soorten alarmeringssystemen.

Wilt u meer weten over personenalarmering en alarmopvolging, neem dan contact op met Loket Heemstede.

Contactgegevens

Zie het omslag van deze gids.

SAHZ-apotheek

De apotheek van de Stichting Apotheek van de Haarlemse Ziekenhuizen (SAHZ) in het ziekenhuis Spaarne Gasthuis, locatie Haarlem Zuid, is 24 uur per dag en 7 dagen per week geopend.

Contactgegevens

Boerhaavelaan 22

2035 RC Haarlem

Telefoon: 023-224 86 31

Tandem, centrum voor mantelzorgondersteuning

Mantelzorg is de hulp en zorg door de directe sociale omgeving aan iemand die hulp nodig heeft. Mantelzorgers zorgen langdurig en onbetaald voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende persoon uit hun omgeving. Dit kan een partner, ouder of kind zijn, maar ook een ander familielid, een vriend of een kennis.

Tandem ondersteunt mantelzorgers in de breedste zin van het woord. U kunt bij Tandem terecht voor informatie en advies, emotionele ondersteuning, lotgenotencontact, ondersteuning bij regeltaken, bemiddeling bij de inzet van vrijwilligers, respijtzorg (tijdelijke vervanging van mantelzorg) en nog veel meer. Tandem biedt altijd maatwerk en gaat graag samen met mantelzorgers op zoek naar duurzame oplossingen.

Contactgegevens

Postbus 6166

2001 HD Haarlem

Telefoon: 023-891 06 10

Website: helpenzorgen.nl

E-mail: info@tandemmantelzorg.nl

Website: www.helpenzorg.nl

Thuiszorg

Thuiszorg is zorg die bij u thuis wordt gegeven. Het kan gaan om verzorging en verpleging, begeleiding in het dagelijks leven en om huishoudelijke hulp.

- Verzorging en verpleging is bijvoorbeeld hulp bij het douchen, hulp bij het opstaan uit bed, hulp bij het eten, verzorging van een wond of het toedienen van injecties. Deze zorg vraagt u aan bij de wijkverpleegkundige van een thuiszorginstelling en wordt vergoed vanuit de Zorgverzekeringswet.
- Begeleiding in het dagelijks leven is hulp bij praktische vaardigheden en de sociale redzaamheid. Bijvoorbeeld hulp om de administratie te doen of om te bepalen wanneer u wat doet op een dag. Deze zorg valt onder de Wet maatschappelijke ondersteuning. De aanvraag verloopt via Loket Heemstede.
- Huishoudelijke ondersteuning, zoals schoonmaken en de was doen, valt onder de Wet maatschappelijke ondersteuning, De aanvraag verloopt via Loket Heemstede.

Voor verzorging en verpleging kunt u zelf contact opnemen met een wijkverpleegkundige. U kunt wijkverpleging aanvragen als u geneeskundige zorg nodig hebt of als het risico daarop hoog is. Bijvoorbeeld als de gezondheidssituatie snel kan veranderen of verslechteren.

De wijkverpleegkundige stelt de indicatie en regelt dat u zorg krijgt. Wijkverpleegkundigen zijn vaak in dienst bij een thuiszorgorganisatie. Een verwijzing van de huisarts is niet nodig.

Hebt u een indicatie voor wijkverpleging van de wijkverpleegkundige? Dan kunt u kiezen hoe u de zorg wilt ontvangen: in natura of via een persoonsgebonden budget (pgb). Met een pgb kunt u zelf de wijkverpleging inkopen. Zie voor meer informatie: www.regelhulp.nl (zoek op 'pgb voor wijkverpleging').

Wilt u hulp bij het kiezen van een thuiszorgorganisatie of zorgaanbieder? Dan kunt u terecht bij uw huisarts, de transferverpleegkundige van het ziekenhuis of een zorginstelling of bij Loket Heemstede.

Intensieve verzorging en verpleging thuis

Hebt u blijvend permanent toezicht nodig of 24 uur per dag zorg in de nabijheid? Dan kunt u een indicatie voor zorg vanuit de Wet langdurige zorg (Wlz) aanvragen. Persoonlijke zorg en verpleging kan hier een onderdeel van zijn. Wlz-zorg kan in bepaalde situaties ook thuis geleverd worden.

Het is ook mogelijk om de verschillende vormen van thuiszorg zelf in te kopen bij een particuliere organisatie. U betaalt de kosten dan zelf. Informatie hierover vindt u op www.zorgkaartnederland.nl.

Wet langdurige zorg

De Wet langdurige zorg (Wlz) regelt dat mensen met ernstige en blijvende beperkingen in hun zelfredzaamheid of regie de noodzakelijke zorg krijgen. U hebt aanspraak op Wlz-zorg als u de hele dag intensieve zorg of toezicht dichtbij nodig hebt om te voorkomen dat u lichamelijk of geestelijk ernstig gevaar loopt. Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) stelt vast of dat zo is.

Vanuit de Wlz kunnen mensen zorg en diensten geleverd krijgen die zoveel mogelijk aansluiten bij hun persoonlijke behoeften. Met een Wlz-indicatie van het CIZ kunt u kiezen uit zorg thuis of in een instelling, zoals een verpleeghuis. Vervolgens maakt u samen met de zorgaanbieder(s) afspraken hoe de noodzakelijke zorg wordt geleverd: in natura of via een persoonsgebonden budget (pgb). Die afspraken worden vastgelegd in een zorgplan. Bij het maken van het zorgplan kunt u hulp krijgen van een onafhankelijke cliëntondersteuner.

De Wlz wordt uitgevoerd door zorgkantoren. Per regio is vastgesteld welk zorgkantoor de Wlz uitvoert.

Met een Wlz-indicatie wordt de langdurige zorg waar u recht op hebt vergoed. U betaalt wel een eigen bijdrage. Deze eigen bijdrage wordt berekend en geadministreerd door het Centraal Administratie Kantoor (CAK).

Wet maatschappelijke ondersteuning

De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) zorgt ervoor dat iedereen kan meedoen aan de maatschappij en zo veel mogelijk zelfstandig kan blijven.

Er bestaan voorzieningen die voor alle burgers zonder tussenkomst van de gemeente toegankelijk zijn. Voorbeelden zijn een koffieochtend in het buurthuis, diensten door vrijwilligers (vervoer) of de maaltijdservice.

Wie kan Wmo-ondersteuning krijgen?

De Wmo is bedoeld voor mensen die hulp nodig hebben om thuis te blijven wonen, of hulp nodig hebben om mensen te ontmoeten en mee te doen in de samenleving.

De gemeente regelt deze hulp als een aanvulling op wat u zelf kunt. En wat uw familie, vrienden, buren, enzovoort voor u kunnen doen. Hebt u hulp nodig om zelfstandig te blijven wonen en mee te blijven doen in de samenleving? En is de hulp uit uw omgeving niet genoeg? Dan krijgt u hulp van uw gemeente. De gemeente kijkt wat u nodig hebt om zo zelfstandig mogelijk te leven en mee te doen aan activiteiten buitenshuis. Dat kan van alles zijn, bijvoorbeeld een training, hulpmiddelen of dagbesteding. Hulpverleners zullen taken alleen overnemen als het niet anders kan.

Familie, vrienden of buren zijn niet verplicht om te helpen. Gemeenten mogen wel vragen wat zij voor u kunnen betekenen. Zo kunnen gemeenten ook beter rekening houden met mensen die mantelzorg geven. Bijvoorbeeld door ook de mantelzorger waar nodig te ondersteunen.

Wat voor soort hulp biedt de Wmo?

De gemeente kan de volgende voorzieningen aanbieden:

- Huishoudelijke ondersteuning
- Dagbesteding
- Individuele begeleiding
- Woonvoorzieningen zoals een traplift of aanpassingen in huis
- vervoersvoorzieningen

Sommige voorzieningen kunnen in natura of als persoonsgebonden budget (pgb) verstrekt worden. Een pgb is een geldbedrag waarmee u zelf de ondersteuning inkoop.

Aanmelding voor Wmo-ondersteuning

Hebt u hulp nodig om thuis te kunnen blijven wonen en andere mensen te blijven ontmoeten? Of geeft u mantelzorg? Dan kunt u zich melden bij Loket Heemstede voor advies en ondersteuning. Dit kan telefonisch, door het spreekuur te bezoeken of door een meldingsformulier in te vullen.

Contactgegevens Loket Heemstede

Zie het omslag van deze gids.

Gesprek

De gemeente is wettelijk verplicht om uw situatie te onderzoeken.

Een Loketmedewerker praat daarom met u en met mensen in uw omgeving, bijvoorbeeld met uw eventuele partner of andere familieleden.

De Loketmedewerker bespreekt met u wat u zelf kunt, hoe mensen in uw omgeving u kunnen helpen en ook of uw mantelzorger(s) zelf hulp nodig hebben.

Het gesprek gaat over verschillende onderwerpen, zoals het huishouden, uw woning, werk en inkomen, sociale contacten en eventueel uw gezin. Als u het gesprek met de Loketmedewerker niet alleen wilt voeren en u niet iemand uit uw netwerk kan betrekken bij het gesprek, kunt u hulp vragen van gratis onafhankelijke cliëntondersteuning. De gemeente zorgt ervoor dat een cliëntondersteuner beschikbaar is.

Wilt u meer weten over de Wmo, neem dan contact op met Loket Heemstede.

Contactgegevens

Zie het omslag van deze gids.

Veilig Thuis

Veilig Thuis is er voor iedereen, jong en oud, die te maken heeft met huiselijk geweld of kindermishandeling. Veilig Thuis geeft advies en biedt ondersteuning, ook aan professionals.

Heeft u te maken met huiselijk geweld of kindermishandeling, bij uzelf of bij iemand om u heen? U kunt dit melden en bespreken. Veilig Thuis doorbreekt onveilige situaties en biedt perspectief, waardoor mensen weer toekomst hebben. Dit is ook het meldpunt voor ouderenmishandeling zoals lichamelijk geweld, verwaarlozing, onthouden van noodzakelijke zorg en financiële uitbuiting.

U kunt gratis bellen: 0800-20 00 voor informatie, advies en meldingen.

U krijgt een medewerker aan de telefoon, die aandachtig naar uw verhaal luistert, uw vragen beantwoordt en advies geeft. Ook kijkt de medewerker samen met u of en zo ja welke professionele hulp er nodig is. Als u wilt, kunt u anoniem blijven.

Voor overige vragen 088-800 62 00, zie ook: www.vooreenveiligthuis.nl.

Bij gevallen van huiselijk geweld, die levensbedreigend zijn en waar onmiddellijk hulp nodig is, belt u direct het alarmnummer 112.

Activiteiten en contacten

Het prachtige pand Plein 1 biedt huisvesting aan meerdere maatschappelijke organisaties, waardoor onderling mooie samenwerkingen ontstaan.

De Sociëteit voor ouderen

Op de begane grond van Plein1, elke woensdagochtend van 10.00-12.00 uur, bent u welkom voor een kop koffie, een praatje, een spelletje, de krant lezen of een andere activiteit.

Als u zich voor 11 uur aanmeldt bij de sociaal werker /vrijwilliger kunt u mee lunchen.

Vanuit de Sociëteit worden ook diverse activiteiten georganiseerd, denk bijvoorbeeld aan uitstapjes, creatieve activiteiten, een reisverhaal of een eigen idee. Er zijn altijd wel mensen die mee willen doen.

Meer informatie kunt u verkrijgen bij WIJ Heemstede.

Zie voor contactgegevens het omslag van deze gids.

Ontmoeting en dagbesteding

Dagopvang is er voor ouderen die zelfstandig wonen en om verschillende redenen willen deelnemen aan groepsactiviteiten. Bij dagopvang komt u via diverse activiteiten in contact met anderen en hebt u een plezierige en zinvolle dag-invulling. Dagopvang is soms ook mogelijk om de mantelzorger(s) te ontlasten. Indien nodig regelt de dagopvang ook het vervoer voor u.

Binnen Heemstede en in de directe omgeving zijn verschillende groepen. Bij sommige activiteiten kunt u gewoon binnenlopen, voor andere groepen verloopt de toegang via Loket Heemstede, omdat hiervoor een Wmo-besluit nodig is.

Informatie over de verschillende mogelijkheden die precies aansluiten bij uw wens en behoefte, vindt u bij Loket Heemstede.

Zie voor contactgegevens het omslag van deze gids.

Ontmoetingscentrum Dreefhart in Plein1

De dagopvang van het Ontmoetingscentrum Dreefhart wordt georganiseerd door Kennemerhart en is bestemd voor ouderen in de gemeente Heemstede die zelfstandig wonen en die in contact willen komen met leeftijdgenoten. De ontmoeting staat centraal en de activiteiten sluiten aan bij de persoonlijke interesse van de deelnemers. Er zijn speciaal groepen voor mensen met geheugenproblemen en hun verwanten en voor mensen die om sociale redenen een groep willen bezoeken. Ook is er een aparte Cultuurclub.

De deelnemers maken elke maand gezamenlijk een programma waarbij wordt uitgegaan van ieders wensen, mogelijkheden en talenten. Bewegingsactiviteiten als wandelen ballet, yoga, tennis en 'meer bewegen voor ouderen'. Ook voor originele en creatieve activiteiten, zoals keramiek, schilderen en moodboards workshops, kunt u terecht bij Dreefhart.

Ontmoetingscentrum De Heemstroom in de Molenwerf

Ontmoetingscentrum Heemstroom is voor mensen met een haperend brein en voor hun familie en vrienden. Meerdere dagen per week komen hier groepen samen om met elkaar van alles te ondernemen. Heemstroom is een actieve en groene club! Dagelijks kun je meedoen met bewegen, sport en spel. Uiteraard is er ook ruimte voor ontspanning en een goed gesprek met een kopje koffie. Samen met de clubleden worden nieuwe activiteiten en projecten bedacht, zoals bijvoorbeeld de Natuurbeleving en Muziek is je leven. Met elkaar wordt zo gewerkt aan zelf- en samenredzaamheid zodat u zo lang en prettig mogelijk thuis kunt blijven wonen. Vervoer van en naar huis kan geregeld worden indien nodig.

Voor de deelname aan een ontmoetingscentrum gaat een gesprek met een medewerker van Loket Heemstede vooraf, die samen met u onderzoekt of deze voorziening passend is voor u. Wanneer vervoer naar en van het ontmoetingscentrum nodig is, kan ook dit geregeld worden.

Contactgegevens Loket Heemstede

Zie het omslag van deze gids.

De Bibliotheek Zuid Kennemerland, vestiging Heemstede

De Bibliotheek Zuid-Kennemerland vormt een vertrouwde, open en gastvrije plek, zonder financiële of fysieke drempels. Iedereen is van harte welkom.

De Bibliotheek biedt met haar fysieke en digitale collectie en haar medewerkers publieke toegang tot kennis, informatie en cultuur.

Lezen kan altijd

Kleine lettertjes zijn voor iedereen lastig te lezen, maar wat als ook gewone letters moeilijk leesbaar worden? Dan is een groteletterboek een uitkomst.

De Bibliotheek heeft ruim 8.500 groteletterboeken in de collectie.

Voor mensen die liever luisteren dan lezen of voor wie het lezen van een boek niet meer gaat, heeft de Bibliotheek ook een oplossing: de LuisterBieb-app of een collectie luisterboeken op cd en Daisy-rom. De medewerkers leggen het u graag uit.

Bibliotheek aan Huis

Bent u vanwege een fysieke beperking (tijdelijk) niet in staat om naar de Bibliotheek te komen? Dan kunt u gebruik maken van de dienst Bibliotheek aan Huis. Deze service van de Bibliotheek houdt in dat boeken, films of muziek-cd's bij u thuis worden afgeleverd en ook weer worden opgehaald. Bel voor meer informatie en aanmelden met de Bibliotheek Zuid-Kennemerland.

Contactgegevens


Plein1, Julianaplein 1 - 2101 ZC Heemstede

Telefoon: 023-511 53 00

Website: www.bibliotheekzuidkennemerland.nl

E-mail: info@bibliotheekzuidkennemerland.nl

Eetgelegenheden

Eethuis de Luifel 
Herenweg 96
2101 MP Heemstede
Telefoon: 023-548 38 28

Eethuis WIJ De Luifel is geopend van maandag tot en met donderdag:

- van 12.00 tot 13.30 uur voor o.a. soep, een broodje of een uitsmijter;
- van 17.15 tot 18.45 uur voor een compleet driegangendiner voor €10,55.
Meenemen van het hoofdgerecht kan ook tussen 17.00 en 17.30 uur.

De themamaaltijd 2x per maand op elke eerste en derde maandag van de maand kan alleen als compleet menu worden gereserveerd.

De bar in de foyer is op doordeweekse dagen de hele dag open voor een kopje koffie of een drankje. In het weekeinde is de bar alleen geopend op dagen en uren waarop er een theatervoorstelling gepland staat.

Zorgbalans, Woonzorglocatie ‘De Heemhaven’

Von Brucken Focklaan 20
2102 XC Heemstede
Telefoon: 023-891 61 00

U kunt zeven dagen per week tussen de middag in De Heemhaven terecht. Graag wel een dag van tevoren opgeven dat u komt. De prijs voor een hoofdgerecht en nagerecht bedraagt € 6,88.

Sint Jacob, Zorgcentrum Verpleeghuis ‘Bosbeek’

Restaurant ‘Het Glazen Paleis’
Glipperdreef 209
2104 WG Heemstede
Telefoon: 023-892 99 00

U kunt zeven dagen per week tussen de middag en ‘s avonds in Het Glazen Paleis terecht, mits u vóór 11.00 uur bij de receptie hebt gereserveerd. De prijs voor een driegangenmaaltijd bedraagt € 8,50.

Binnenste Buiten een Kleine keuken in het gebouw van Plein1

Genieten van goede koffie en een lekker broodje kan bij Binnenste buiten, geïnitieerd door Kinderopvang Op Stoom. Binnenste buiten is een plek voor jong en oud. Want kleine spruiten leren graag van de wijze grijzen van de dagbesteding (en andersom).

Openingstijden: Dagelijks geopend van 09.00 uur tot 17.00 uur
Plein1, Julianaplein 1 2101 ZC Heemstede
Telefoon: 06 21 98 41 40
E-mailadres: binnenstebuiten@opstoom.nl

GSV Heemstede

Zaalsportvereniging GSV-Heemstede biedt een keuze uit verschillende zaalsporten voor ouderen, o.a. Meer Bewegen voor Ouderen en gymnastiek. Voor bridge en klaverjassen kunt u hier ook terecht.

Bewegen voor Senioren is gericht op het soepel houden van de spieren en gewrichten, verbeteren van de coördinatie en spierkracht. Er wordt gebruik gemaakt van diverse materialen zoals ballen, touwtjes en hoepels en dit wordt ondersteund door prettige muziek. Ook aspecten als valpreventie, dagelijkse bewegingen en houding komen aan de orde.

Ieder kan meedoen op zijn eigen tempo en op zijn eigen niveau, eventueel op een stoel. Plezier in het bewegen staat voorop, naast ontmoeting en gezelligheid. Na afloop is er gelegenheid om samen koffie te drinken. De gym wordt gegeven door ervaren en deskundige therapeuten en loopt van september tot eind mei.

Contactgegevens

Mevrouw C.M.C. Roest
Telefoon: 023-785 15 31
Email: gsvomnisport@gmail.com
Website: www.gsv-heemstede.nl

Kerkelijke organisaties

Nederlands Gereformeerde Kerk Heemstede

Petrakerk

Limburglaan 3

2101 SB Heemstede

Postadres: postbus 322, 2100 AH Heemstede

Telefoon: 023-528 09 36

Website: www.petrakerkheemstede.nl

Protestantse Gemeente Heemstede

Diensten vinden plaats in De Oude Kerk, Wilhelminaplein. Ook worden er diensten gehouden in Zorgcentrum Kennemerduin, Herenweg 126.

Contactgegevens kerkelijk bureau:

Herenweg 115, 2105 MG Heemstede

Telefoon: 023-528 53 36

E-mail: kerkelijkbureau@pknheemstede.nl

Website: www.kerkpleinheemstede.nl

Rooms-Katholieke Kerk Heilige Bavo

Herenweg 88

2101 MP Heemstede

Telefoon: 023-528 05 04

Email: parochie@hbavo-heemstede.nl

Website: www.parochiesklaverblad.nl

Rooms-Katholieke Kerk Onze Lieve Vrouw Hemelvaart

Valkenburgerplein 20

2103 AT Heemstede

Telefoon: 023-528 66 08

Website: www.parochiesklaverblad.nl

Vereenigde Doopsgezinde Gemeente

Kerkgebouw 'De Kleine Vermaning'

Postlaan 16

2101 VH Heemstede

Telefoon: 023-528 60 36

Website: www.vdgh.org

Vergadering van Gelovigen

Vergadergebouw De Heemkerk

Herenweg 141

2106 MH Heemstede

Telefoon 023-562 92 29

E-mail: deheemkerk@ziggo.nl

Website: www.heemkerk.nl

KO-Bustochtjes

Op woensdagmiddag van eind januari tot in november organiseert WIJ Heemstede tochtjes met de Ko-Bus. De tochtjes gaan langs mooie plekjes in Noord- en Zuid-Holland. Twee keer jaar verschijnt een speciaal programmaboekje waarin alle tochtjes staan vermeld. Meer informatie en het programmaboekje kunt u verkrijgen bij WIJ Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

Nieuw Groenendaal

Nieuw Groenendaal biedt diverse bewegingsprogramma's.

Contactgegevens

Sportparklaan 18

2103 VT Heemstede

Telefoon 023-760 06 00

E-mail: info@nieuwgroenendaal.nl

Website: www.nieuwgroenendaal.nl

Nationaal Park Zuid-Kennemerland

Bij het Bezoekerscentrum De Kennemerduinen kunt u terecht voor het aanvragen van de seizoenagenda, deelname aan weekendexcursies en informatie over wandelingen en excursies in het Nationaal Park Zuid-Kennemerland.

Contactgegevens

Zeeweg 12

2051 EC Overveen

Telefoon 023-541 11 23

E-mail: info@np-zuidkennemerland.nl

Algemene website: www.np-zuidkennemerland.nl

Pauwehof

De Pauwehof is een ontmoetings- en activiteitencentrum voor ouderen en een samenwerking van de diaconie en de Protestantse Gemeente Heemstede en WIJ Heemstede.

De Pauwehof biedt creatieve, educatieve en bewegingsactiviteiten voor ouderen. Door het gevarieerde aanbod van De Pauwehof kunnen veel ouderen een activiteit vinden die hen geestelijk en/of lichamelijk actief houdt. Jaarlijks wordt in september een Open Huis gehouden. Meer informatie en het programmaboekje zijn verkrijgbaar bij De Pauwehof of bij WIJ Heemstede.

Contactgegevens

De Pauwehof

Achterweg 19

2103 SW Heemstede

Telefoon: 023-528 60 22 of 023-528 85 10

E-mail: pauwehof@wijheemstede.nl

Website: www.wijheemstede.nl

Contactgegevens van WIJ Heemstede

zie het omslag van deze gids.

Rode Kruis

De afdeling Haarlem en Omstreken van het Rode Kruis organiseert activiteiten voor ouderen, gehandicapten en chronisch zieken.

Contactgegevens

Vergierdeweg 52

2025 TK Haarlem

Telefoon: 023-541 16 12

Website: www.haarlem.rodekruis.nl

Informatiebijeenkomsten

Informatiebijeenkomsten zijn voorlichtingsbijeenkomsten voor kleine groepen. De bijeenkomsten hebben iedere keer een ander thema.

Voor meer informatie kunt u terecht bij WIJ Heemstede.

Contactgegevens van WIJ Heemstede

zie het omslag van deze gids.

Tijd voor 2

Tijd voor 2 biedt ondersteuning aan ouderen die behoefte hebben aan contact. De vrijwilliger van WIJ Heemstede komt aan huis om samen te praten, koffie te drinken, een spelletje te doen, samen de krant te lezen of een wandeling te maken.

Voor meer informatie en aanmelden kunt u terecht bij WIJ Heemstede.

Contactgegevens van WIJ Heemstede

zie het omslag van deze gids.

Unie van Vrijwilligers (UVV) Haarlem e.o.

De UVV heeft als doel: het bevorderen en verlenen van maatschappelijke hulp door vrijwilligers, met menselijk contact en continuïteit in het werk als voornaamste kenmerken.

Contactgegevens

Raaks 36

2011 VA Haarlem

Openingstijden: op werkdagen van 9.00 tot 12.00 uur en op afspraak

Telefoon 023-526 16 29

E-mail: info@uvvhaarlem.nl

Website: www.uvvhaarlem.nl

Vereniging Onbeperkt Lezen

De Vereniging Onbeperkt Lezen is de belangenbehartiger voor mensen voor wie het lezen van een gedrukt boek of tekst moeilijk of onmogelijk is vanwege een visuele beperking, dyslexie, afasie of een andere beperking. Zij helpen bij het vinden van leesmateriaal in braille, groteletterdruk, gesproken of andere vorm. Ook geven zij informatie en advies over hulpmiddelen. Als zelf lezen of het vasthouden van een boek een probleem is, kunt u zich laten voorlezen. Gesproken boeken, kranten en tijdschriften zijn te leen bij Bibliotheekservice Passend Aangepast lezen, zie www.passendlezen.nl.

Contactgegevens

Telefoon: 070-262 92 94

Website: www.onbeperktlezen.nl

Vrijwilligerspunt - WeHelpen Heemstede

Vrijwilligerspunt Heemstede is onderdeel van WIJ Heemstede en wordt uitgevoerd in opdracht gemeente Heemstede. Alle organisaties die met vrijwilligers werken en alle (potentiële) vrijwilligers kunnen er terecht voor onder andere bemiddeling, informatie en advies, belangenbehartiging en deskundigheidsbevordering.

Daarnaast ondersteunt het Vrijwilligerspunt inwoners met een hulpvraag en/of een hulpaanbod.

Inwoners, vrijwilligers en vrijwilligersorganisaties kunnen hiervoor gebruik maken van het platform heemstede.wehelpen.nl.

WeHelpen Heemstede

Wehelpen Heemstede is een platform dat inwoners bij elkaar brengt, mensen die vrijwillige hulp zoeken of aanbieden en organisaties die vrijwilligers zoeken. Die vrijwillige hulp kan van alles zijn. Samen naar de markt, muziek maken, een pakketje naar de post brengen, een praatje maken, leren hoe je een fietsband plakt, een keer voor iemand koken, samen voetbal kijken, voorlezen.....

Op heemstede.wehelpen.nl kun je aangeven dat je best een keer iemand een handje wilt helpen. Of laten weten waar je hulp bij kunt gebruiken. Ook kun je samen met bekenden via de website tijdelijk of wat langer zorgen voor een ander heemstede.wehelpen.nl/ik-wil-hulp-organiseren.

Contactgegevens

adres: WIJ Heemstede de Luifel, Herenweg 96, 2101 MP Heemstede

Telefoon: 023-548 38 24 (ma-do: 10.00 - 13.00 uur)

E-mail: heemstede@wehelpen.nl

Website: heemstede.wehelpen.nl

Informatiepunten: Plein1 en Pauwehof

Kijk voor openingstijden op de website.

Vrouwen van Nu

Vrouwen van Nu staat open voor elke vrouw. Er zijn regelmatig bijeenkomsten. Daarnaast zijn er verschillende activiteiten zoals leeskringen, themaochtenden, bridgedrives, excursies, tuinclub, quiltgroep, museumbezoeken.

Contactgegevens

E-mail: Marga van der Burg, m.vd.burg40@gmail.com

Website: www.vrouwenvannu.nl/heimstede

Zonnebloem

De Nationale Vereniging De Zonnebloem zet zich in voor lichamelijk hulpbehoevende ouderen, langdurig zieken en mensen met een lichamelijke beperking. Naast regelmatig bezoek organiseert de Zonnebloem onder andere vakantieweken, ontspanningsevenementen, één- en meerdaagse boottochten.

Contactgegevens

Afdeling Heemstede

Telefoon: 06-16616667

Email: jannyrosendal@gmail.com

Mobiliteit en vervoer

Rijbewijskeuring

Eenmaal per maand op dinsdagochtend kunnen 75-plussers terecht bij WIJ Heemstede, Plein1, 1e etage aan het Julianaplein 1. De kosten voor de keuring zijn € 45. Er wordt gewerkt op afspraak.

Contactgegevens van WIJ Heemstede
zie het omslag van deze gids.

Vervoer door vrijwilligers

WIJ Heemstede verzorgt vrijwilligersvervoer voor ouderen die niet meer met het openbaar vervoer kunnen reizen en/of voor wie taxikosten bezwaarlijk zijn.

Vrijwilligers rijden u met hun eigen auto op werkdagen tussen 9.00 en 17.00 uur naar de kapper, het ziekenhuis, het buurthuis, familie, de arts, het zwembad, de ontmoetingsgroep, enz.

Aanvragen zo tijdig mogelijk (liefst één week van tevoren) op het kantoor van de dienstverlening Plein1. Betaling van ritten gebeurt aan de chauffeurs met vervoerskaarten die bij WIJ Heemstede, Plein1 te koop zijn. Een vervoerskaart bestaat uit tien bonnen, deze kaart kost € 17. Voor een rit binnen Heemstede zijn de kosten één bon heen en één bon terug.

Voor meer informatie en aanmelden kunt u terecht bij WIJ Heemstede.

Contactgegevens van WIJ Heemstede
zie het omslag van deze gids.

Gehandicaptenparkeerkaart

Bestuurders en passagiers met een aantoonbare langdurige beperking kunnen onder voorwaarden in aanmerking komen voor een gehandicaptenparkeerkaart.

Er zijn twee soorten gehandicaptenparkeerkaarten: een kaart voor een bestuurder van een auto en een passagierskaart.

Om een Europese gehandicaptenparkeerkaart te verkrijgen, kan men een aanvraag indienen bij Loket Heemstede. Voordat op de aanvraag een beslissing wordt genomen, wordt men opgeroepen voor een geneeskundig onderzoek, uitgevoerd door een arts. Aan het verkrijgen van een gehandicaptenparkeerkaart zijn geen kosten verbonden, ook niet voor de keuring. Meer informatie over de gehandicaptenparkeerkaart bij Loket Heemstede.

Contactgegevens

Zie het omslag van deze gids.

Gehandicaptenparkeerplaats

Als u in het bezit bent van een gehandicaptenparkeerkaart, kunt u onder voorwaarden ook in aanmerking komen voor een gehandicaptenparkeerplaats dicht bij uw woning. Een gehandicaptenparkeerplaats is een plaats die voor u is gereserveerd. Hier zijn wel kosten aan verbonden.

U komt in aanmerking voor een parkeerplaats als u in bezit bent van een gehandicaptenparkeerkaart-bestuurder en als u in redelijkheid - met de gebruikelijke loophulpmiddelen zoals stok of rollator - niet meer dan vijftig meter te voet kunt overbruggen. Bovendien mogen er geen bezwaren van verkeerstechnische aard zijn voor de aanleg van de parkeerplaats.

Voor meer informatie of het aanvragen van de gehandicaptenparkeerplaats kunt u terecht bij Loket Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

NS-reisassistentie

Op ruim 100 stations in Nederland zijn reisassistenten aanwezig. Dit is een NS-medewerker of een door NS ingehuurd taxichauffeur. Zij helpen reizigers met een motorische, visuele, auditieve of andere (ook tijdelijke) functiebeperking. Voor uw (zware) bagage dient u zelf zorg te dragen.

U kunt assistentie aanvragen tot één uur (60 minuten) voor vertrek. U meldt zich minimaal een kwartier voor vertrek op het afgesproken ontmoetingspunt. De reisassistent brengt u naar het juiste perron en helpt u in de trein. Aan het einde van de rit helpt een reisassistent u weer uit de trein en brengt u naar de uitgang van het station. Ook met vragen kunt u bij de reisassistent terecht.

NS-reisassistentie aanvragen

Online: via [ns.nl/reisassistentie](https://www.ns.nl/reisassistentie)

App: Reisplanner Xtra

Fax: 030-235 39 35 (alleen voor reizigers met een auditieve beperking).

Telefonisch: 030-235 78 22 (hele week 24 uur bereikbaar).

Schiphol-assistentie

Hebt u een functiebeperking en wilt u hulp op Schiphol Airport? Maak dan gebruik van de service van Axxicom Airport Caddy.

Contactgegevens

Telefoon: 0900-0141

Website: www.airportcaddy.nl

Collectief vervoer, Regiorijder

De RegioRijder is bedoeld voor mensen die geen gebruik kunnen maken van andere vormen van vervoer en rijdt van deur tot deur. U kunt alleen gebruik maken van dit vervoer met een Wmo-indicatie. Uw persoonlijke hulpmiddelen zoals rollator, rolstoel of scootmobiel kunnen mee.

De RegioRijder rijdt zeven dagen per week tussen 6.00 en 24.00 uur. U deelt de RegioRijder met andere reizigers. Tot 1 uur van tevoren kunt u een rit reserveren.

Contactgegevens voor reserveren

Telefoon: 0900-93 43, optie 1 (€ 0,05 per minuut)

Doventelefoon: 038-339 48 92

Voor verdere informatie en het aanvragen van een Wmo-indicatie kunt u zich wenden tot Loket Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

OV-Begeleiderskaart

Met een OV-Begeleiderskaart reist een begeleider gratis met u mee in treinen, metro's, trams en bussen. Een OV-Begeleiderskaart staat op uw naam. U kunt dus met verschillende begeleiders reizen. De OV-Begeleiderskaart is minimaal een jaar geldig.

Contactgegevens

Telefoon: 030-235 46 61

Website: www.ov-begeleiderskaart.nl

Rolmobiel

De Rolmobiel is een activiteit van de Stichting Aangepast Vervoer Zuid-Kennemerland (AVZK) en is bedoeld voor mensen die:

- rolstoelgebonden zijn;
 - niet in het bezit zijn van een Wmo-indicatie;
 - wel in het bezit zijn van deze indicatie maar aantoonbare extra zorg en aandacht nodig hebben.
-

De Rolmobiel rijdt zeven dagen per week voornamelijk in de regio Kennemerland, maar indien gewenst, ook buiten de regio. Er wordt gereden door vrijwilligers.

De voorrijkosten bedragen € 3. Daarnaast betaalt u voor de eerste 50 kilometer € 0,60 per kilometer, daarna € 0,30 per kilometer.

U wordt verzocht om bij voorkeur enkele dagen vóór de datum van vertrek te bellen, zodat een goede planning van de rit mogelijk is.

Contactgegevens

Telefoon: 023-524 28 43 (werkdagen van 09.00-12.00 uur)

Website: www.rolmobiel.nl

Valys

Valys is bedoeld voor sociaal-recreatief vervoer buiten de regio voor reizigers met een mobiliteitsbeperking.

Voorwaarden

Om in aanmerking te komen voor een Valys-pas moet u beschikken over een van de volgende zaken:

- een bewijs van de gemeente dat u recht hebt op Wmo-vervoer;
- een bewijs van de gemeente dat u recht hebt op een Wmo-rolstoel of scootmobiel;
- een door de gemeente afgegeven gehandicaptenparkeerkaart;
- een door de Nederlands Spoorwegen afgegeven OV-begeleiderskaart.

Als pashouder van Valys krijgt u jaarlijks een persoonlijk kilometerbudget (pkb). Daarmee kunt u voor € 0,20 per kilometer reizen.

Voor 2019 is dit pkb 700 kilometer.

Begeleider gratis

U mag bij uw reizen met Valys gratis een begeleider meenemen. Bovendien kunnen nog maximaal twee reisgenoten mee tegen hetzelfde gereduceerde tarief van € 0,20 per kilometer.

Contactgegevens Valys

Telefoon: 0900-96 30 (€ 0,05 per minuut)

Website: www.valys.nl

Ook kunt u voor aanvraagformulieren en folders terecht bij Loket Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

Ziekenvervoer

Ziekenvervoer krijgt u vergoed uit het basispakket van de zorgverzekering. Het moet dan wel gaan om medisch noodzakelijk vervoer. Meestal betaalt u een eigen bijdrage. Dit ligt aan het soort vervoer. Of u zelf de vervoerder mag kiezen hangt af van uw zorgverzekering. Het basispakket vergoedt medisch noodzakelijk vervoer met een ambulance. U betaalt geen eigen bijdrage voor ambulancevervoer. Dit vervoer telt wel mee voor uw eigen risico.

De zorgverzekeraar vergoedt alleen ziekenvervoer per auto of openbaar vervoer als u:

- nierdialyses in een instelling krijgt;
- oncologische behandelingen krijgt met chemotherapie/radiotherapie;
- van en naar consulten, onderzoek en controles, als deze samenhangen met de behandeling;
- zich alleen per rolstoel kunt verplaatsen;
- zich alleen met begeleiding kunt verplaatsen omdat u slecht ziet.

Zorgverzekeraars kunnen hierop uitzonderingen maken. Dit staat bekend als de hardheidsclausule.

Er geldt in 2019 een eigen bijdrage van € 98 per jaar. Daarnaast geldt het eigen risico. Wilt u precies weten hoeveel u vergoed krijgt? Dat kunt u het beste aan uw eigen zorgverzekeraar vragen. Er kunnen aanvullende voorwaarden gelden voor de vergoeding van ziekenvervoer. Controleer in uw polis welke voorwaarden gelden voor de vergoeding of bel voor meer informatie uw ziektekostenverzekeraar.

Wonen

Boodschappendiensten

Albert Heijn (AH Bezorgservice)

De AH Bezorgservice bezorgt boodschappen aan huis. De bestelling kan worden doorgegeven per computer en vervolgens worden de boodschappen thuisbezorgd.

Het assortiment is te vergelijken met een gemiddelde Albert Heijn supermarkt. Voor informatie of het aanvragen van de boodschappenservice kunt u kijken op de website: www.ah.nl.

Co-op Compact De Koning

Glipperdreef 105
2104 WC Heemstede
Telefoon: 023-529 54 72

U kunt zelf boodschappen doen op vrijdag en deze betalen bij de kassa of telefonisch doorgeven waarna ze vrijdagmiddag tussen 12 en 15 uur worden bezorgd.

De kosten voor het thuisbrengen zijn €3,50 en de minimale besteding is €25.

Uw dagelijkse boodschappen worden thuisbezorgd. Bezorging is bij afname vanaf € 30 gratis.

Spar

Te Winkelhof 25
2105 TA Heemstede
Telefoon: 023-528 01 83

U kunt zelf boodschappen doen en betalen bij de kassa of telefonisch bestellen. De boodschappen worden thuisbezorgd. Kosten: € 4,95 (alleen in de Geleerdenwijk).

Online bestellen: www.spar.nl boven de € 50.

Van der Weijden Versgemak

JW Teleshopping

Amstellaan 5-7

2105 VD Heemstede

Telefoon: 023-528 67 15

Website: www.jwteleshopping.nl

E-mail: info@jwteleshopping.nl

U kunt de boodschappen telefonisch of digitaal bestellen. Ze worden in heel Heemstede

bezorgd. Vanaf € 30 gratis.

U kunt de boodschappen telefonisch bestellen. Ze worden in heel Heemstede bezorgd. Vanaf € 30 gratis.

Kringloopwinkel

Dorcas winkel Heemstede

Herenweg 101

2105 ME Heemstede

Openingstijden: donderdag t/m zaterdag van 10.00 tot 15.00 uur

Telefoon: 023-529 41 21 of 06-49 33 59 94

Website: www.dorcaswinkelheemstede.nl

Lili & Co Heemstede

Valkenburgerlaan 38

2103 AP Heemstede

Openingstijden: maandag t/m zaterdag van 10.00 tot 17.00 uur

Telefoon: 023-528 50 25

Website: www.lili-co.nl

Mystique Heemstede

Herenweg 14

2101 MT Heemstede

Telefoon: 023-528 62 71

Oud en Nieuw vintage Heemstede (alleen goederen)

Binnenweg 15

2101 JG Heemstede

Telefoon: 023-792 00 52

De Snuffelmug

Cruquiusweg 37

2102 LS Heemstede

Openingstijden: maandag t/m zaterdag 10.00-17.00 uur

Telefoon: 023-543 43 43

Website: www.snuffelmug.nl

The Vintage Store

Spaarneweg 75C

2142 EP Cruquius, Noord- Holland

Openingstijden: maandag t/m zaterdag 9.00-18.00 uur, zondag 12.00-17.00 uur

Telefoon: 023-760 04 77

Website: www.thevintagestore.eu

Via Via

Valkenburgerlaan 40

2103 AP Heemstede

Openingstijden: maandag t/m zaterdag van 10.00 uur tot 17.00 uur

Telefoon: 023-528 95 25

Maaltijden (thuisbezorgd)

Maaltijdservice Wesselius

Satellietbaan 29a en 29e

2181 MG Hillegom

Telefoon: 023-531 23 34

E-mail: info@wesseliusmaaltijden.nl

Website: www.wesseliusmaaltijden.nl

Dit bedrijf bezorgt warme maaltijden aan huis van maandag tot en met vrijdag, 's middags of 's avonds. Op vrijdag kan voor het weekend een koude maaltijd of salade worden besteld.

Prijzen: maaltijd € 7,50, soep € 1 , toetje € 1.

Maaltijdbezorging Kievit

Waarderweg 94b

2031 BR Haarlem

Telefoon: 023-531 91 43, op werkdagen van 9.00 tot 15.00 uur

Dit bedrijf bezorgt warme maaltijden aan huis van maandag tot en met vrijdag, 's middags of 's avonds. Op zaterdag wordt er alleen 's middags bezorgd.

Vers voor Thuis

Tripstraat 117

2571 DA Den Haag

Telefoon: 085-877 05 32 (van 9.00 tot 15.00 uur)

E-mail: service@versvoorthuis.nl

Website: www.versvoorthuis.nl

Bestel on line uw koelverse maaltijden.

Petit Menu

Telefoon: 071-341 90 01

E-mail: info@petitmenu.nl

Website: www.petitmenu.nl

Hier kunt u vriesversmaaltijden bestellen.

Klussenbank

Alleen kleine klussen in en rond de woning komen in aanmerking en mogen niet meer dan een paar uur in beslag nemen. Ook voor kleine problemen met de computer kunt u terecht bij de Klussenbank. Na aanmelding bij WIJ Heemstede maakt de vrijwilliger een afspraak. Kosten € 7,50 per uur.

Contactgegevens van WIJ Heemstede
zie het omslag van deze gids.

Buurtbemiddeling

Buurtbemiddeling bemiddelt in conflicten tussen burens. Goed getrainde vrijwilligers uit de gemeente proberen ruziënde partijen weer in gesprek te krijgen en hen samen tot een oplossing te laten komen.

Contactgegevens

Telefoon: 023-569 88 83, maandag t/m vrijdag tot 14.00 uur.

E-mail: buurtbemiddeling@meerwaarde.nl

Website: www.meerwaarde.nl

Serviceflats (huur)

Voor onderstaande serviceflats is een zorgindicatie niet noodzakelijk.

Aelbertsberg

Donkerelaan 63

2061 JT Bloemendaal

Eigenaar: Stichting Woonzorg Nederland

Telefoon: 088-921 01 50, op werkdagen van 8.30 tot 13.00 uur

Website: www.woonzorg.nl

De Voghelsanck

Teylingerweg 89-137

2114 ES Vogelenzang

Eigenaar: Stichting Woonzorg Nederland

Telefoon: 088-921 01 56, op werkdagen van 8.30 tot 13.00 uur

Email: voghelsanck@woonzorg.nl

website: www.woonzorg.nl

Fleurâge Residences

Kennemerweg 24-32

2061 JH Bloemendaal

Telefoon: 023-525 22 08

Website: www.fleurage-residences.nl

Huis te Bennebroek

Binnenweg 6

2121 GX Bennebroek

Telefoon: 023-584 77 26

Huize Zocher

Prinsen Bolwerk 3
2011 MA Haarlem
Telefoon: 023-202 52 68
Email: info@huizezocher.nl
Website: www.huizezocher.nl

Nieuw Overbos

Burgemeester Van Lennepweg 207
2101 RE Heemstede
Telefoon: 023-892 89 00
Email: nieuwoverbos@sintjacob.nl
Website: www.sintjacob.nl

Serviceflat Kinheim

Zandvoorter Allee 40
2012 WB Haarlem
Telefoon: 023-528 55 05
Email: info@serviceflat-kinheim.nl
Website: www.serviceflat-kinheim.nl

Zorgresidentie Hildebrand

Fonteinlaan 9-11
2012 JG Haarlem
Telefoon: 085-064 59 10
Email: info@domusmagnus.com Website: www.domusmagnus.com

Zorgvilla De Meerhorst

Van Merlenlaan 2
2103 GD Heemstede
Telefoon: 023-583 44 43
Email: fveltkamp@novazemblazorg.nl
Website: www.novazemblazorg.nl

Serviceflats (koop)

Voor onderstaande serviceflats is een zorgindicatie niet noodzakelijk.

Residentie De Burghave

Provinciënlaan 5

2101 SP Heemstede

Telefoon: 023-528 91 54

Email: info@burghave.nl

Website: www.burghave.nl

De Rozenburgh

Zandvoortselaan 84-A60

2106 CS Heemstede

Telefoon: 023-528 72 68

E-mail: info.derozenburgh@gmail.com

Website: www.derozenburgh.nl

Stichting Spaarneborgh

Bartoklaan 2

2102 ZE Heemstede

Telefoon: 023-529 18 06

Website: www.spaarneborgh.info

Inschrijving: via makelaar

Serviceflat Kinheim

Zandvoorter Allee 40

2012 WB Haarlem

Telefoon: 023-528 55 05

Email: info@serviceflat-kinheim.nl

Website: www.serviceflat-kinheim.nl

Zorgappartementen 'Park 's Gravenmade'

Watermuntlaan (grote appartementen; drie kleine gebouwen)

Groot hoefbladlaan (kleine appartementen; hoofdgebouw)

Bennebroek

Informatie: via de regionale makelaars

De Voghelsanck

Teylingerweg 89-137

2114 ES Vogelenzang

Eigenaar: Stichting Woonzorg Nederland

Telefoon: 088-921 01 56, op werkdagen van 8.30 tot 13.00 uur

Email: voghelsanck@woonzorg.nl

Website: www.woonzorg.nl

Kennemeroord

Kennemeroord 1-38

2101 MH Heemstede

Inschrijving: via makelaar

Woningaanpassingen

Met kleine of grotere aanpassingen aan uw woning kunt u met een beperking (langer) thuis blijven wonen. Denk bijvoorbeeld aan drempels verwijderen, een douchestoel, een elektrische deuropener of een lichtflitsbel. Deze aanpassingen kunnen vergoed worden vanuit de Wmo of door uw zorgverzekeraar.

Sommige eenvoudige aanpassingen kunt u zelf regelen en moet u ook zelf betalen. In sommige situaties is een verhuiskostenvergoeding passend. Voor meer informatie over woningaanpassingen en advies over de mogelijkheden kunt u contact opnemen met Loket Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

Voor informatie over veilig wonen en woningaanpassingen kunt u ook kijken op www.mijnhuisopmaat.nl.

Woningruil

Een woningruil mag en kunt u zelf organiseren. Als de huurders elkaar gevonden hebben, moeten zij wel goedkeuring vragen aan en krijgen van beide verhuurders.

Woonservice

Bent u op zoek naar een huurwoning in Haarlem, Heemstede, Bloemendaal, Zandvoort, Bennebroek of Haarlemmerliede & Spaarnwoude?

Woonservice brengt het aanbod van de wooncorporaties en de vraag van de woningzoekenden samen. Op de website vindt u informatie waarmee u inzicht krijgt in de werkwijze en de regels bij het zoeken van een woning. Ook kunt u zich hier inschrijven en reageren op het woningaanbod.

Contactgegevens

Website: www.mijnwoonservice.nl

Telefoon: 0900-040 08 00 (gebruikelijke belkosten)

Zorgwoningen

Zorgwoningen in Heemstede zijn bestemd voor zelfstandig wonende mensen vanaf 65 jaar. Een indicatie voor zorg (thuis) van uw ziektekostenverzekeraar geeft voorrang bij het reageren op woningen. U kunt zowel met als zonder indicatie inschrijven en informatie krijgen bij Woonservice.

Contactgegevens

Website www.mijnwoonservice.nl

Telefoon Woonservice: 0900-040 08 00 (€ 0,45 per gesprek)

Locaties

In Heemstede vindt u zorgwoningen op de volgende locaties:

Heemhaven

Von Brucken Focklaan 20

2102 XC Heemstede

Kennemerduin

Herenweg 126

2101 MS Heemstede

Slottuin

Melchior Bolstraplein 16

2103 ZC Heemstede

Westerduin

Meijerslaan 338

2105 PM Heemstede

Ook buiten Heemstede is een aanbod van zorgwoningen met verschillende criteria voor indicatiestelling en inschrijving. Ook hiervoor verloopt de aanmelding via Woonservice: www.mijnwoonservice.nl.

Informatie over zorgwoningen is eveneens te verkrijgen bij Loket Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

Financiën en administratie

De Formulierenbrigade

Hulp bij (financiële) administratie. Heeft u behoefte aan kortdurende ondersteuning bij belastingzaken, beroep- en bezwaarschriften, bijzondere bijstand, consumentenrecht of het eenmalig ordenen van de administratie, dan kunt u een beroep doen op de Formulierenbrigade. De vrijwilligers van dit project geven gratis advies over allerlei financiële zaken en over wet- en regelgeving en helpen bij het invullen van formulieren (ook digitaal). Een afspraak is mogelijk thuis of in de spreekkamer van WIJ Heemstede op Plein1, 2e etage.

Afspraken kunnen gemaakt worden met WIJ Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

Belastinghulp

Voor hulp bij het invullen van eenvoudige belastingformulieren kunt u terecht bij WIJ Heemstede aan Plein1. Speciaal opgeleide vrijwilligers zijn ouderen behulpzaam bij het invullen van hun belastingaangiften. Dit kan ook bij u thuis plaatsvinden. Hulp bij het invullen van belastingformulieren is alleen bestemd voor ouderen met een beperkt inkomen. De kosten bedragen € 12,50 per belastingformulier.

Voor meer informatie en aanmelden kunt u terecht bij WIJ Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

Administratieve Thuishulp

Zelfstandig wonende ouderen in Heemstede kunnen hulp krijgen bij hun persoonlijke financiële administratie. Samen met een vrijwilliger werkt u maandelijks uw financiële administratie bij. De kosten per maand zijn € 6. Eénmalig wordt voor het opbergsysteem € 12,50 in rekening gebracht en voor de eerste ordening van de administratie betaalt u € 10,- . Voor meer informatie kunt u terecht bij WIJ Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

Bewindvoering

Als mensen niet langer in staat zijn zelf hun geld en goederen te beheren, kan de kantonrechter een bewindvoerder aanstellen. Dat kan de partner, een familielid of een kennis zijn, maar ook een bureau. De bewindvoerder is verplicht jaarlijks verslag te doen van zijn gevoerde bewind aan de betrokkene en aan de kantonrechter. Nadere informatie over deze procedure is te verkrijgen bij een notaris maar ook bij Loket Heemstede.

Contactgegevens van Loket Heemstede

zie het omslag van deze gids.

U kunt ook meer lezen over bewindvoering op de website van de overheid: www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/curatele-bewind-en-mentorschap

Stichting CAV (voorheen: KSVM)

Locatie Amsterdam

Telefoon: 088-822 82 28

E-mail: info@stichting-cav.nl

Website: www.stichting-cav.nl

Deze Stichting treedt op als bewindvoerder in het kader van de Wet Onderbewindstelling ter bescherming van meerderjarigen. Onder toezicht van de kantonrechter voert de stichting het beheer over geld en goederen voor mensen die daar zelf niet meer toe in staat zijn.

Huurtoeslag

Als u een - voor uw inkomen - te hoge huur betaalt, kunt u onder bepaalde voorwaarden in aanmerking komen voor een huurtoeslag van de belastingdienst. Hoe hoog de toeslag is, hangt af van uw huurprijs, uw inkomen, uw leeftijd en uw woonsituatie. Is uw vermogen te hoog? Dan krijgt u geen huurtoeslag.

Een toeslag vraagt u aan via www.belastingdienst.nl door in te loggen op Mijn toeslagen. Hiervoor hebt u een DigiD nodig. U hoeft een toeslag maar 1 keer aan te vragen. Als u aan de voorwaarden blijft voldoen, krijgt u de toeslag het volgende jaar vanzelf.

Meer informatie over de voorwaarden en het aanvragen kunt u ook telefonisch opvragen bij de Belastingtelefoon: 0800-05 43. Bereikbaar van maandag tot en met donderdag van 8.00 tot 20.00 uur en op vrijdag van 8.00 tot 17.00 uur.

Kwijtschelding aanslag Hoogheemraadschap

U komt in aanmerking voor kwijtschelding van een aanslag van het Hoogheemraadschap als uw inkomen en vermogen binnen de vastgestelde grenzen vallen. Hebt u een inkomen op bijstandsniveau, dan komt u bijna altijd in aanmerking voor kwijtschelding, tenzij u vermogen hebt. Vermogen is bijvoorbeeld spaargeld of een eigen woning.

Via de Digitale balie van de Belastingssamenwerking Gouwe-Rijnland (BSGR) kunt u aan de hand van vijf vragen een indicatie krijgen of het zin heeft om kwijtschelding aan te vragen. U kunt dan meteen een kwijtscheldingsformulier aanvragen, dat u volledig ingevuld terugstuurt naar de BSGR.

Contactgegevens
www.bsgr.nl

Kwijtschelding gemeentelijke belastingen

Als u de belastingaanslag van de gemeente niet kunt betalen, kunt u kwijtschelding aanvragen. Of u kwijtschelding krijgt, hangt af van uw inkomen en vermogen. Wanneer u kwijtschelding aanvraagt bij de gemeente, gaat de gemeente uw kwijtscheldingsaanvraag beoordelen. Hiervoor moet de gemeente landelijk geldende regels volgen. U kunt kwijtschelding krijgen voor:

- afvalstoffenheffing;
- hondenbelasting (alleen voor de eerste hond. Hebt u meer honden? Dan moet u voor deze honden wel hondenbelasting betalen);
- rioolheffing (alleen voor de rioolheffing voor het gebruik van een woning);
- onroerendezaakbelastingen.

Hoe kunt u kwijtschelding aanvragen?

Uw verzoek tot kwijtschelding moet u binnen zes weken na dagtekening van het aanslagbiljet indienen bij onderstaand adres.

Contactgegevens

Gemeentebelastingen Kennemerland Zuid

Postbus 47

2050 AA Overveen

Telefoon: 023-512 60 66 (werkdagen tussen 8.30 uur en 12.30 uur)

Website: www.gbkz.nl

Hulp bij laag inkomen

Hebt u een laag inkomen en weinig eigen vermogen? Dan komt u mogelijk in aanmerking voor bepaalde financiële regelingen vanuit het minimabeleid en/of de Bijzondere Bijstand. Deze regelingen zijn bedoeld om inwoners met een laag inkomen tegemoet te komen in kosten van een aantal zaken, zodat iedereen kan meedoen in de maatschappij.

Minimabeleid

Hieronder staan enkele mogelijkheden vanuit het minimalbeleid genoemd, dit is geen volledig overzicht, maar een selectie die past bij informatie voor ouderen. Het volledige beleid vindt u op: www.iasz.nl.

Declaratieregeling voor sociaal-culturele en sportieve participatie

Met deze regeling kunt u per gezinslid per kalenderjaar een vergoeding van € 175 ontvangen voor deelname aan activiteiten in verenigings- of clubverband en de kosten die dat met zich mee brengt of voor de kosten van een dagje uit (voor kinderen geldt een vergoeding tot € 475). Voorbeelden hiervan zijn:

- abonnementen (bijv. (seizoen-) kaarten zwembad, Linnaeushof, bibliotheek);
- contributies voor sport- of culturele verenigingen;
- sportkleding of materiaal dat nodig is voor de uitoefening van de activiteiten.

Voorwaarden

Om in aanmerking te komen voor deze bovenstaande regelingen moet u in ieder geval aan de volgende voorwaarden voldoen:

- u bent een inwoner van de gemeente Heemstede;
- u hebt een inkomen tot 120% van de bijstandsnorm;
- uw vermogen (uw bezittingen min uw schulden) is niet meer dan € 6.020 voor een alleenstaande of € 12.040 voor alleenstaande ouders, gehuwden of samenwonenden (bedragen voor 2018).

Collectieve zorgverzekering

De gemeenten Bloemendaal en Heemstede hebben in samenwerking met de verzekeraars Zilveren Kruis Achmea en Univé, twee collectieve zorgverzekeringen ontwikkeld. Personen die 18 jaar of ouder zijn en een inkomen hebben van maximaal 120% van de voor hun geldende bijstandsnorm, kunnen in aanmerking komen voor deelname aan de collectieve verzekering en krijgen maandelijks een bijdrage van € 15 per polis.

Chronisch zieken, gehandicapten en pensioengerechtigden met een inkomen tot maximaal 130 % van de van toepassing zijnde bijstandsnorm, kunnen in aanmerking komen voor een maandelijkse bijdrage van € 25 per polis.

De premietabel en de vergoedingenlijst van de collectieve verzekeringen vindt u op www.iasz.nl.

Aanvraagprocedure

U kunt een aanvraagformulier ‘vergoeding deelname collectieve zorgverzekering’ opvragen bij de Intergemeentelijke Afdeling Sociale Zaken (IASZ) in Heemstede of downloaden via de website www.iasz.nl.

Als u al verzekerd bent bij Zilveren Kruis Achmea of Univé, dan kunt u lopende het jaar bij dezelfde verzekeraar overstappen naar de collectieve zorgverzekering. Als u nog geen klant bent van Univé of Zilveren Kruis Achmea, dan kunt u alleen per 1 januari overstappen naar deze verzekeraars en vanaf dat moment deelnemen aan de collectieve zorgverzekering. U wordt dus eerst zelf klant en doet daarna de aanvraag voor de vergoeding van de premie.

Bijzondere Bijstand

Bijzondere bijstand kunt u aanvragen als u te maken krijgt met ongewone en noodzakelijke kosten die u niet kunt betalen. U moet aan een aantal voorwaarden voldoen, zoals een inkomen tot maximaal 110% van de voor u geldende bijstandsnorm (exclusief vakantiegeld) en een beperkt vermogen.

U kunt een aanvraagformulier opvragen bij de Intergemeentelijke Afdeling Sociale Zaken (IASZ) in Heemstede of downloaden via de website www.iasz.nl. U vindt hier ook de actuele bedragen en de voorwaarden.

Contactgegevens

Intergemeentelijke Afdeling Sociale Zaken (IASZ)

Raadhuisplein 1

2101 HA Heemstede

Postadres: Postbus 352, 2100 AJ Heemstede

Telefoon: 023-548 58 68 (werkdagen van 8.30 tot 13.00 uur)

Schulddienstverlening

Als u inwoner bent van de gemeente, ouder bent dan 18 jaar en financiële problemen hebt, dan kunt u zich met uw hulpvraag wenden tot de afdeling Schulddienstverlening van de gemeente Haarlem. U kunt ook een aanvraag voor hulp indienen door het digitale aanvraagformulier op de website van de gemeente Haarlem in te vullen.

Waarvoor kunt u terecht bij Schulddienstverlening?

- schuldhulpverlening, te weten schuldregeling en schuldbemiddeling;
- budgetbeheer;
- crisisbemiddeling;
- voorlichting en preventiemogelijkheden.

Contactgegevens

Gemeente Haarlem, afdeling Schulddienstverlening

Zijlvest 39, Haarlem (de Raakspoort)

Telefoon: 140 23 (werkdagen van 8.30 tot 16.30; vraag naar de gemeente Haarlem)

Website: www.haarlem.nl/schulddienstverlening

Zorgtoeslag

Als u een - voor uw inkomen - te hoge nominale premie voor de zorgverzekering betaalt, kunt u in aanmerking komen voor zorgtoeslag. Om voor zorgtoeslag in aanmerking te komen moet u aan een aantal voorwaarden voldoen. Zo mogen uw inkomen en uw vermogen niet te hoog zijn.

Meer informatie over de voorwaarden en het aanvragen kunt u ook telefonisch opvragen bij de Belastingtelefoon: 0800-0543. Bereikbaar van maandag tot en met donderdag van 8.00 tot 20.00 uur en op vrijdag van 8.00 tot 17.00 uur.

Advies en belangenbehartiging

Huisbezoek 80-jarigen

Ouderen die 80 jaar worden, krijgen rond hun 80ste verjaardag een brief van WIJ Heemstede. Daarin krijgen zij informatie over het Huisbezoek 80-jarigen en worden zij uitgenodigd deel te nemen.

Door het invullen van een vragenlijst wordt duidelijk met welke problemen ouderen worden geconfronteerd. De gegevens die met de bezoeken worden verzameld, worden gebruikt om informatie en advies te geven en eventueel hulp te organiseren. Ook worden de gegevens gebruikt om het beleid ten aanzien van ouderen in Heemstede verder vorm te geven.

Voor meer informatie kunt u terecht bij WIJ Heemstede of Loket Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

Humanitas Zuid-Kennemerland

Bij Humanitas kunt u terecht voor onder meer:

- vriendschappelijk huisbezoek;
- thuisadministratie;
- schuldhulpverlening in samenwerking met de gemeente Haarlem

Contactgegevens

Humanitas Zuid-Kennemerland

Wilhelminastraat 12

2011 VM Haarlem

Telefoon: 023-576 34 40

E-mail: zuid-kennemerland@humanitas.nl

Website: www.humanitas.nl

Juridisch Loket

Het Juridisch Loket adviseert mensen uit de lagere-inkomensgroep bij vragen over problemen op het gebied van wonen (huren), werken, ontslag, uitkering, studiefinanciering of verblijf in Nederland. Op de website van het Juridisch Loket vindt u informatie en tips, zoals voorbeeldbrieven.

Contactgegevens

Stationsplein 70

2011 LM Haarlem

Inloopspreekuur: dinsdag, donderdag en vrijdag van 9.00 tot 11.00 uur

Postadres: postbus 2252, 2002 CG Haarlem

Telefoon: 0900-80 20 (€ 0,25 per minuut)

Website: www.juridischloket.nl

Korrelatie

Korrelatie biedt anonieme, professionele, psychosociale hulp. Korrelatie geeft individueel advies en hulp aan iedereen die hierom vraagt. Dit kan telefonisch, online en via chat. De organisatie werkt landelijk.

Contactgegevens

Telefoon: 0900-14 50 (€ 0,15 per minuut; werkdagen van 9.00 tot 18.00 uur)

E-mail: vraag@korrelatie.nl

www.korrelatie.nl

Nabestaandendossier

Bij een overlijden moeten partner, kinderen of andere nabestaanden in korte tijd veel regelen. WIJ Heemstede geeft een brochure uit waarin u uw persoonlijke gegevens kunt vastleggen: het Nabestaandendossier.

In het Nabestaandendossier kunt u bijvoorbeeld aangeven welke verzekeringen er zijn en of u een euthanasieverklaring hebt opgesteld. Ook kunt u in het Nabestaandendossier aangeven wat u graag geregeld zou willen zien rondom overlijden. Het Nabestaandendossier is gratis af te halen bij WIJ Heemstede.

Contactgegevens

zie het omslag van deze gids.

Euthanasieverklaring

Voor meer informatie over euthanasie en de wilsverklaring kunt u terecht bij het Adviescentrum van de Nederlandse Vereniging voor Vrijwillige Euthanasie (NVVE).

Contactgegevens NVVE

Postadres: postbus 75331, 1070 AH Amsterdam

Telefoon: 020-620 06 90 (maandag tot en met vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur)

Website: www.nvve.nl

Levenstestament

Een levenstestament biedt uitkomst wanneer u de regie wilt houden over uw eigen leven. Het is verstandig om hier van te voren over na te denken wanneer u nog zelf beslissingen kunt nemen. Het kan een hoop rust geven wanneer u weet dat deze zaken vast staan.

Een euthanasieverklaring kan gekoppeld worden aan het levenstestament.

Informatie: www.erfwijzer.nl

Notaris

Voor het nemen van belangrijke beslissingen zoals schenkingen, levenstestament, de verdeling van een erfenis of de verkoop van een huis kunt u advies vragen bij een notaris. Een oriënterend gesprek van een half uur op een notariskantoor is gratis.

Voor algemene notariële vragen kunt u ook terecht bij de Notaristelefoon.

Contactgegevens Notaristelefoon

Telefoon: 0900-346 93 93 (€0,80 per minuut; werkdagen van 9.00 tot 14.00 uur)

Website: www.notaris.nl

Ouderenbonden

De ouderenbonden behartigen de belangen van de bij hen aangesloten ouderen. Zij stellen zich ten doel:

- versterking van de maatschappelijke positie van ouderen;
- behoud van de mogelijkheden voor ouderen om hun bijdrage te leveren aan de maatschappij;
- inspraak in adviesorganen en besturen inzake ouderenbeleid, uitgaande van de erkenning van Ouderenbonden als vertegenwoordiger van ouderen;
- rechtvaardige toedeling aan ouderen van materiële en immateriële goederen, (redelijk inkomen, betaalbare huisvesting, vervoersmogelijkheden, enz);
- een (gemeentelijk) ouderenbeleid, dat gericht is op een zo lang mogelijk behoud van zelfstandigheid en identiteit.

In Heemstede zijn de Katholieke Bond van Ouderen (KBO) en Protestants Christelijke Ouderen Bond (PCOB) gefuseerd onder de naam, KBO-PCOB.

Contactgegevens

De ledenadministratie
Mevrouw G. Behage-van Teijlingen
Lijsterbeslaan 3
2101 WR Heemstede
Telefoon 023 547 02 22
E-mail: h.behage@quicknet.nl

Informatie over de KBO - PCOB
Telefoon: 030-3400 600
E-mail: info@kbo-pcob.nl
website: www.uniekbo.nl

Algemene Nederlandse Bond van Ouderen (ANBO)

Deze bond heeft een algemeen karakter, waarin iedere levensbeschouwing wordt gerespecteerd.

Contactgegevens

Telefoon: 0348-46 66 66

E-mail: ledenservice@anbo.nl

Website: www.anbo.nl

OuderenOmbudsman

De OuderenOmbudsman is er speciaal voor ouderen en is ingesteld door het Nationaal Ouderenfonds. De OuderenOmbudsman is een onafhankelijke vraagbaak om u op weg te helpen wanneer u vragen heeft over onderwerpen als wonen, zorg en welzijn, mobiliteit en geldzaken.

Contactgegevens

Telefoon: 0800 - 1325 (gratis; maandag tot en met vrijdag tussen 9.00 en 17.00 uur)

Website: www.ouderenombudsman.nl

Regelhulp

Regelhulp is een online wegwijzer van de overheid naar zorg, hulp en financiële regelingen. De gemeente Heemstede is ook aangesloten op Regelhulp.

U kunt de website gebruiken om actuele informatie te vinden over regelingen en voorzieningen over wonen, werk en inkomen, vervoer, opvoeding, vrije tijd en de zorg voor anderen. Ook kunt u aanvragen doen via deze site. Regelhulp kunt u gebruiken om oplossingen te vinden die passen bij uw situatie.

De website regelhulp.nl heeft twee hoofdingangen om bij de juiste informatie terecht te komen. In 'Mijn situatie' brengt u uw situatie en hulpvraag in kaart en krijgt u een overzicht van mogelijke oplossingen. De ingang 'Bladeren' leidt direct naar een breder overzicht van relevante onderwerpen.

Contactgegevens

Website: www.regelhulp.nl

Slachtofferhulp

Medewerkers van Slachtofferhulp bieden ondersteuning, als u een misdrijf of verkeersongeluk hebt meegemaakt. Als het nodig is, verwijzen ze naar andere instellingen zoals een juridische hulpverlener, het maatschappelijk werk of een letselschadeadvocaat.

Contactgegevens

Koudenhorn 2

2011 JC Haarlem

Telefoon: 0900-01 01 (lokaal tarief)

Website: www.slachtofferhulp.nl

Trefwoorden

Aanpassingen in huis	14, 51
Aanvraag zorg bij CIZ	13
Abonnementen, vergoeding voor	58
Administratieve thuishulp	55
Afvalstoffenheffing, kwijtschelding	57
Alarmeringssysteem	17
Algemene Nederlandse Bond van Ouderen	66
Alzheimer Café	10
Alzheimer Nederland	10
Ambulancevervoer	41
ANBO	66
Apotheek SAHZ	18
Bavo (kerk)	29
Begeleiderskaart openbaar vervoer	39
Begeleiding in het dagelijks leven	19
Belastingen, kwijtschelding gemeentelijke	57
Belastinghulp	54
Belastingsamenwerking Gouwe-Rijnland	56
Bewegingsactiviteiten	7, 28, 30, 31
Bewegingsprogramma's	7, 28, 30, 31
Bewindvoering	55
Bezoekerscentrum De Kennemerduinen	31
Bibliotheek aan Huis	26
Bibliotheek Zuid-Kennemerland	26
Bijna Thuis Huis	15
Bijstand, bijzondere	59
Bios-groep	38
Boodschappendiensten	43
Brailleboeken	33
BSGR	56
Budgetbeheer	60
Buurtbemiddeling	47
CAV	55

Trefwoorden

Centrum indicatiestelling zorg	13
CIZ	13
Cliëntondersteuner	20,22
Collectieve zorgverzekeringen	59
Conflicten tussen burens	47
Contributies, vergoeding voor	58
Creatieve activiteiten	7, 31
Crisisbemiddeling	60
Dagbesteding	24, 25
Dagtochtjes	30
Declaratieregeling voor sociaal-culturele en sportieve participatie	58
Deuropener, elektrische	51
Doopsgezinde Gemeente	30
Douchestoel	51
Drempels verwijderen	51
Educatieve activiteiten	7, 31
Eetgelegenheden	27
Ergotherapie aan huis	14
Euthanasieverklaring	64
Financieel-administratieve ondersteuning	54, 55
Financiële problemen	60
Financiële uitbuiting	23
Formulierenbrigade (Hulp bij de financiële administratie)	54
Geestelijke gezondheidszorg	14
Gehandicaptenparkeerplaats	37
Gemeentelijke belasting, kwijtschelding	57
Gereformeerde Kerk Heemstede	27
Geweld	23
Ggz	14
GGZ InGeest	14
Gouwe-Rijnland, Belastingssamenwerking	56
Groepsactiviteiten	24
Groteletterboeken	26, 33
GSV Heemstede	28
Gymnastiek	28

Heemkerk	30
Hemelvaart (kerk)	29
Hondenbelasting, kwijtschelding	57
Hoogheemraadschap, kwijtschelding aanslag	56
Hospice Groep Haarlem e.o.	15
Huisbezoek 80-jarigen	62
Huisbezoek, activerend	9
Huiselijk geweld	23
Huishoudelijke ondersteuning	19
Hulp bij belastingformulieren	54
Hulp bij financiële administratie (Formulierenbrigade)	54
Hulp bij misdrijf	67
Hulp bij verkeersongelijk	67
Hulpmiddelen	16
Humanitas Zuid-Kennemerland	62
Huurtoeslag	56
Huurwoning	52
Indicatiebesluit CIZ	13
Indicatiestelling zorg	13
Informatiebijeenkomsten	32
Inkopen van zorg	19, 20, 22
Inloopspreekuur Loket Heemstede	8
Juridisch Loket	63
Katholieke Bond van Ouderen	65
KBO	65
Kennemerduinen	31
Kerkelijke organisaties	29
Keuring voor rijbewijs	36
Kindermishandeling	23
Klussenbank	47
KO-Bus	30
KO-Bustochtjes	30
Korrelatie	63
Kringloopwinkel	44
Kwijtschelding aanslag Hoogheemraadschap	56

Trefwoorden

Kwijtschelding gemeentelijke belastingen	57
Lichamelijk geweld	23
Lichtflitsbel	51
Locaties WIJ Heemstede	7, 8
Loket Heemstede	8
LuisterBieb app	26
Luisterboeken	26, 33
Luisterlijn	12
Maaltijden (thuisbezorgd)	45
Maatschappelijke dienstverlening	10
Maatwerkvoorzieningen Wmo	21
Mantelzorg	18, 21
Mantelzorgondersteuning	18
Meer Bewegen voor Ouderen	28
Minimabeleid	58
Misdrijf, hulp bij	67
Mishandeling	23
Nabestaandendossier	63
Nationaal Park Zuid-Kennemerland	31
Nederlands gereformeerde Kerk Heemstede	29
Nederlandse Vereniging voor Vrijwillige Euthanasie	64
Nieuw Groenendaal	30
Notaris	64
Notaristelefoon	64
NS-reisassistentie	38
NVVE	63
Ondersteuning vanuit de Wmo	21
Onroerendezaakbelastingen, kwijtschelding	57
Onthouden van noodzakelijke zorg	23
Onze Lieve Vrouw Hemelvaart	29
Openbaar vervoer, begeleiderskaart	39
Openbaarvervoertaxi	38
Ouderenbonden	65
Ouderenmishandeling	23
OuderenOmbudsman	66

OV-Begeleiderskaart	39
Parkeerplaats gehandicapten	37
Pauwehof	31
PCOB	65
Pedicure	12
Personenalarmering	17
Persoonsgebonden budget	19, 20, 21
Petrakerk	29
Pgb	19, 20, 21
Prezens	14
Protestants Christelijke Ouderen Bond	65
Protestantse Gemeente Heemstede	29
Psychiatrische problematiek	14
Psychische problemen	14
Reisassistentie NS	38
Reizen assistentie op Schiphol	38
Rijbewijskeuring	36
Rioolheffing, kwijtschelding	57
Rollator	16
Rolmobiel	39
Rolstoel	16
Rolstoelgebonden vervoer	39
Rooms-KatholiekeKerk Heilige Bavo	29
Rooms-Katholieke Kerk Onze Lieve Vrouw Hemelvaart	29
SAHZ-apotheek	18
Schiphol-reisassistentie	38
Schuldbemiddeling	60
Schulddienstverlening	60
Schuldhulpverlening	60
Serviceflats (huur)	48
Slachtofferhulp	67
Sociëteit voor Ouderen Heemstede	24
Solo-apparatuur	12
Sportkleding of sportmateriaal, vergoeding voor	58
Stichting aangepast Vervoer Zuid-Kennemerland	39

Trefwoorden

Stichting CAV	55
Tandem	18
Telefooncirkel	47
Thuisbezorgde maaltijden	45
Thuiszorg	19
Thuiszorgwinkel	16
Tijd voor 2	32
Treinreizen, hulp bij	38
Trefpunt Dementie	11
Uitbuiting, financiële	23
Unie van Vrijwilligers (UVV) Haarlem e.o.	33
UVV	33
Vereenigde Doopsgezinde Gemeente	30
Vereniging Onbeperkt Lezen	33
Vereniging van Vrijwillige Euthanasie, Nederlandse	64
Vergadering van Gelovigen	30
Vergoeding van hulpmiddelen	16
Vergoeding voor deelname aan activiteiten in verenigingsverband	58
Verkeersongeluk, hulp bij	67
Vervoer door vrijwilligers	36
Vervoer voor reizigers met een mobiliteitsbeperking (Valys)	40
Vervoer, zieken-	41
Verwaarlozing	23
Verzorging en verpleging thuis	18, 19, 20, 21
Voorzieningen Wmo	21
Vrijwillige Euthanasie, Nederlandse Vereniging voor	64
Vrijwilligerspunt	9
Vrijwilligersvervoer	36
Vrijwilligerswerk	9
Vrouwen van Nu	35
Wet Langdurige Zorg	20
Wet maatschappelijke ondersteuning	21
WIJ Heemstede	7
Wijkverpleegkundige	19
Wlz	20

Wlz-zorg	13, 20
Wmo	21
Woningaanpassingen	51
Woningruil	52
Wooncorporaties	52
Woonservice	52
Zaalsporten	28
Zelfstandig leven	21
Ziekenvervoer	41
Zonnebloem, Nationale Vereniging	35
Zorg in natura	19, 20, 21
Zorg inkopen	19, 20, 21
Zorgaanvraag bij CIZ	13
Zorgkantoren	20
Zorgplan	20
Zorgtoeslag	61
Zorgverzekeringen, collectieve	59
Zorgwoningen	53

Ruimte voor eigen aantekeningen



Belangrijke telefoonnummers:

Alarm	112
Politie minder urgent	0900-8844
HuisArtsenPost	023-224 23 22

Loket **Heemstede**

Loket Heemstede

Raadhuisplein 1

Telefoon 023 548 30 40

Postadres: Postbus 352

2100 AJ Heemstede

e-mail: loket@heemstede.nl

website: www.heemstede.nl

Openingstijden:

inlooppreekuur maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 13.00 uur

en 's middags op afspraak

telefonisch bereikbaar maandag t/m donderdag van 8.30 tot

17.00 uur en vrijdag tot 13.00 uur