

De Seniorenwijzer wijst u de weg

Welkom bij de Seniorenwijzer

De vraagbaak voor de oudere inwoners van Zwijndrecht.

De Seniorenwijzer geeft u informatie en advies over relevante diensten en activiteiten. Het is een uitgave van de Stichting Welzijn Ouderen Zwijndrecht (SWOZ). We vinden het belangrijk dat u goed geïnformeerd bent en weet waar u terecht kunt. De Seniorenwijzer informeert u over de beste oplossing bij u in de buurt. De Seniorenwijzer wijst u de weg!

Het spreekt voor zich dat wij trachten de Seniorenwijzer zo actueel mogelijk te houden. Desondanks kan het voorkomen dat informatie in aanmerking komt voor aanvulling of verbetering. Suggesties over de inhoud van de Seniorenwijzer en vragen zijn van harte welkom. Hiervoor kunt u contact met ons opnemen.

Wij vertrouwen erop dat u in de Seniorenwijzer vindt wat u zoekt.

Henk Lintjes, directeur SWOZ

Stichting Welzijn Ouderen Zwijndrecht (SWOZ),

☎ 620 60 60 [E] info@swoz.com [I] www.swoz.com

Norderstedtplein 14, Zwijndrecht,

(ma t/m do 09:00-17:00, vr tot 12:00 uur)



Inhoud

Handige nummers en adressen	In geval van nood, 24 uur per dag	5
	Zorg	5
	Algemeen en meldpunten	6
Activiteiten, cursussen, (dag)tochten en vakanties	Aafje - Aafje pas	7
	Activiteitencentrum De Nederburgh	8
	ANBO - Bond voor 50-plussers	9
	Develhof - ouderensoos	9
	Fithockey - HC Derby	10
	Groote Lindt - ouderensociëteit	10
	Heerjansdam - Stichting Welzijn Senioren	11
	Huurdersvereniging EEMZON	11
	KBO - Katholieke Bond van Ouderen	12
	Nebo	12
	PCOB - Protestants Chr. Ouderenbond	13
	Rode Kruis - activiteiten en uitstapjes	13
	Rooms Katholieke Soos 60+	14
	Swinhove Groep - sociëteit en activiteiten	14
	Swinstaete - bewonersvereniging	15
	Wentelwiek - wijkvereniging	15
	Wijkcentrum het Baken	16
	Wijkcentrum Kubiek	16
Wijkcentrum 't Klankbord	17	
Wijkcentrum Xiejezo	17	
Zonnebloem - ontspanning en vakanties	18	

Voorzieningen	De Bibliotheek A tot Z	19
	De Hoge Devel, zwembad	19
	Seniorenrestaurants	20
Ondersteuning en gezelligheid bij u thuis	Klusje uitbesteden - SWOZ	21
	Maaltijd aan huis - maaltijddienst SWOZ	22
	Personenalarmering SWOZ	23
	Huisbezoek - Rode kruis	24
	Diensten aan huis - Aafje	24
	Contact UVV	25
	Zonnebloem	25
Advies en hulp bij vragen en problemen	Advies en hulp bij financiële problemen	26
	Stichting Maatschappelijk Welzijn	26
	Ouderenadviseur SWOZ	27
	Stichting Hulp In Praktijk (HIP)	28
	Sociaal Raadslieden	29
	SWOZ Loket - het antwoord op uw vraag	30
	Vergoedingen voor ouderen	31
	Voedingsvoorlichting en dieetadvisering	32
Belangen- behartiging	Huurdersvereniging EEMZON	33
	Ouderenbonden - ANBO, KBO, PCOB	33
	Patiëntenvereniging (NPV)	34
	Seniorenraad Zwijndrecht	35
	Zorgbelang	35
Vervoer	Drechthopper	36
	Pro taxi	37
	Rolstoelvervoer	37

Vervolg	Seniorenbus	38	
	Valys - bovenregionaal taxivervoer	39	
Vervoer	Vervoer met een vrijwilliger	39	
	Huurwoning - www.woonkeus.nl	40	
	Voorrangsregeling huurwoning	40	
Wonen	Huurtoeslag	40	
	Alzheimercafé	41	
	Dagactiviteiten	41	
Zorg	Dagbehandeling en dagbegeleiding	42	
	Hulpmiddelen lenen	43	
	Hulpmiddelen Zorgverzekeringswet	44	
	Hulp via de WMO	45	
	Indicatiestelling zorg, Centrum (CIZ)	46	
	Psychiatrische klachten - Yulius	47	
	Thuiszorg	48	
	Tijdelijk naar een verzorgingshuis	49	
	Verzorgd wonen	50	
	Woonzorgcentra - verzorgingshuizen	51	
	Colofon	Seniorenwijzer	52

☎=telefoon [F]=fax

[E]=e-mail [I]=website

Handige nummers en adressen

Handige nummers - in geval van nood, 24 uur per dag

- Politie, brandweer, ambulance: ☎ 112 (bij spoed)
- Politie zonder zwaailicht: ☎ 0900 - 8844
- Maatschappelijk werk: ☎ 0900 - 8664 (€ 0,10 pm)
(Aafje Zorglijn)
- Sensor voor een luisterend oor: ☎ 0900 - 0767 (€ 0,05 pm)
(SOS-telefonische hulpdienst)
- Yulius (voorheen De Grote Rivieren): ☎ 088 - 405 06 00
(voor psychische problemen)

Handige nummers - zorg

- Huisartsenpost: ☎ 078 - 654 26 00
(dringende medische hulp 's avonds, 's nachts en weekend)
- Geneesmiddelen infolijn: ☎ 0800 - 099 88 77
- Sociale Dienst Drechtsteden: ☎ 078 - 639 80 00

Mantelzorginformatie Drechtsteden

- ☎ 0900 - 202 06 72
- [I] www.meedrechtsteden.nl
- [E] servicebureau@meedrechtsteden.nl

- Mantelzorglijn ☎ 0900 - 202 04 96
- [E] info@mezzo.nl

Handige nummers - algemeen en meldpunten

SWOZ Loket:	☎ 078 - 620 60 60
Ouderenadviseur SWOZ:	☎ 078 - 619 35 56
	☎ 06 - 336 16 708
Ouderentelefoon (voor een praatje):	☎ 0900 - 608 01 00 (€ 0,05 pm)
Meldpunt zorg en overlast steunpunt huiselijk geweld:	☎ 0909 - 635 37 86
Ouderenmishandeling:	☎ 078 - 654 50 76
	☎ 06 - 202 90 204
Meldpunt vermisten:	☎ 0800 - 837 64 78
Vijftigplus website:	[I] www.50plusnetzhz.nl
Beweegmaatje:	[I] www.beweegmaatje.nl
Verbeteren mentale fitheid:	[I] www.psyfit.nl

Handig om te bewaren

Activiteiten, cursussen, (dag)tochten en vakanties

Aafje - Aafje pas

Inwoners van Zwijndrecht/Heerjansdam kunnen zich aanmelden voor de Aafje pas. De jaarlijkse contributie per huisadres voor de Aafje pas bedraagt in 2011 € 18,50.

Activiteiten

Aafje is er ook voor de aangename dingen in het leven. Met de Aafje pas kunt u winkelen met korting en gratis of voordelig deelnemen aan gezellige activiteiten in uw buurt.

Locatie en informatie Aafje pas

IJsselmeer 30, 3332 EX Zwijndrecht, Aafje Zorglijn

☎ 0900 - 8664 (€ 0,10 pm), [I] www.aafje.nl

Aafje pas

Activiteitencentrum De Nederburgh

De Nederburgh is onderdeel van de SWOZ. Het centrum richt zich op 55-plussers. U kunt altijd binnenlopen voor een gezellig kopje koffie en/of vrij biljarten (indien er geen biljartclub actief is). Ook organiseren we er verschillende activiteiten.

Activiteiten en cursussen

Maandag tot en met vrijdag:

Engelse en Franse les, conversatieles vreemde talen, biljarten, meer bewegen voor ouderen, yoga, Tai Chi, line dance, pilates, bridge, aquarelles, creatief bezig zijn met eigen materialen, biljartles, klaverjassen, hobbyclub, spelletjesclub, koffiegroepen en nog veel meer. Ook kunt u lid worden van PC trefpunt. Daar leert u precies wat u wilt weten over computer- en internetgebruik.

In het weekend:

Biljartclub, rommelmarkt, dansen, eten, gezelligheid en meer.

Locatie en informatie De Nederburgh

Duivenvoorde 211A, 3334 EH Zwijndrecht, ☎ 612 25 97

Coördinator, Henny van Nugteren, ☎ 612 41 37 of 06 - 336 16 705

Service- en activiteitencentrum

De Nederburgh

☎ 612 25 97

ANBO - Bond voor 50-plussers

Activiteiten

Maandag tot en met vrijdag van 13:00 tot 17:00 uur:

biljarten, bridgen, klaverjassen en jokersen, ook competities.

Eerste dinsdag van de maand van 10:00 tot 12:00 uur:

inloop voor een praatje of een spelletje zoals canasta of schaken.

Laatste donderdagmiddag van de maand: bingo.

Locatie en informatie sociëteit ANBO Zwijndrecht

Prins Bernhardstraat 9, 3331 BN Zwijndrecht,

☎ 612 63 49 (soos), ☎ 612 44 40 (secretariaat),

[E] anboafd.zwijndrecht@gmail.com

[I] www.anbo.nl/zwijndrecht

Develhof - ouderensoos

Activiteiten

Dinsdag om de veertien dagen (niet in juni, juli en augustus):

ontmoetingsbijeenkomsten met praten, zingen en spellen.

Jaarlijks: kerstdiner, paasmaaltijd en dagje uit.

Locatie en informatie Develhof

Laan van Nederhoven 21, 3334 BN Zwijndrecht, ☎ 629 95 00

Secretariaat, mevr. H.J.G Nijman-v.Alkemade,

Teilingen 15, 3334 BT Zwijndrecht, ☎ 610 09 03

Fithockey - HC Derby

Een vrijblijvende teamsport voor 55-plussers. Gezellig bewegen in de buitenlucht en in contact zijn met anderen. Speciale uitrusting is niet nodig.

Activiteit

Iedere donderdag om 09:15 uur staat de koffie klaar; om 09:30 uur begint 2 x 25 minuten fithockey. Kosten € 23,50 per kwartaal (nog geen € 2,- per keer). Eerste paar keer proberen is mogelijk.

Locatie en informatie

Hockeyclub Derby, Bakestein, Middellijn 3, 3335 KC Zwijndrecht,
[I] www.hcderby.nl [E] fithockey@hcderby.nl

Fithockey coördinator HC Derby: Jan P. Stadelmaier, ☎ 610 04 83

Groote Lindt - ouderensociëteit

Activiteiten (niet van juni t/m oktober)

Woensdagmiddag: ontmoetingsbijeenkomst

Jaarlijks: diner in het Develpaviljoen en kerst- en paasviering.

Locatie en informatie wijkzaal Hervormde Lindtsekerk

Develweg 28, 3333 LA Zwijndrecht

Secretariaat, mevr. B. van Ewijk- v. Breugel,

Kerkweg 21, 3334 SM Zwijndrecht, ☎ 619 41 49

Heerjansdam - Stichting Welzijn Senioren

Activiteiten

Diverse activiteiten zoals kaartspelen, biljarten, ouderengym, muziekring en werkvormen op het creatieve vlak. Er is ook een fietsclub actief. Jaarlijks zijn er twee dagtochten en een paas- en kerstmaaltijd.

Locatie en informatie

Sportlaan 16, Heerjansdam

Secretariaat, Stichting Welzijn Senioren Heerjansdam (SWSH),

Sportlaan 26, 2995VN Heerjansdam, ☎ 677 20 19

Huurdersvereniging EEMZON

Activiteiten voor leden en donateurs

Maandag tot en met vrijdag van 09:00 tot 22:00 uur:

onder andere boekenuitleen 'Lezerette', bingo, koffiedrinken (soos), computerclub, biljarten, sjoelen, bridgen, klaverjassen, koersballen, creamiddag en -avond, koffie-/spelletjesavonden, handwerken, jeu de boules en themadiners.

Locatie en informatie huurdersvereniging EEMZON

Eemstein 1A, 3332 NA Zwijndrecht

Meer informatie: Milja Uhlen (voorzitter), ☎ 612 11 16

Katholieke Bond van Ouderen - KBO

Activiteiten

Belangenbehartiging door middel van voorlichting en maandelijkse bijeenkomsten (tien keer per jaar) zowel op educatief als op recreatief gebied. Een aantal voorlichtingsbijeenkomsten is, in het kader van het Driebonden Overleg, gezamenlijk met PCOB en ANBO. Jaarlijks: algemene ledenvergadering, nieuwjaarsbijeenkomst, weekreis, een aantal dagreizen en de Bedevaart naar Den Bosch.

Locatie en informatie

H.Hartkerk, Burg.de Bruïnelaan 78, Ph. J.W. Guns (voorzitter),
☎ 612 87 66 of ☎ 06 - 225 27 266, [E] gunstuin@wanadoo.nl

Nebo

Activiteiten

Regelmatig zijn er activiteiten waarbij naast de bewoners ook ouderen van buiten het huis van harte welkom zijn. Belangrijk is dat u zich in het klimaat van Nebo thuis voelt, met name betreft dit de reformatorische identiteit.

Locatie en informatie Nebo

Hoofdland 1, 3332 RD Zwijndrecht, ☎ 612 42 88

Protestants Christelijke Ouderenbond - PCOB

Activiteiten

Educatie- en ontmoetingsbijeenkomst (zes keer per jaar), reisje (twee keer per jaar) en feestelijke nieuwjaarsbijeenkomst. PCOB, ANBO en KBO organiseren gezamenlijk voorlichtingsbijeenkomsten.

Locatie en informatie PCOB

De activiteiten vinden plaats op verschillende locaties.
Secretariaat, dhr. W.Ph. Tempelaar,
Pruylenborg 218, 3332 PG Zwijndrecht, ☎ 612 60 81
[E] wphtempelaar@wanadoo.nl

Rode Kruis - groepsactiviteiten en uitstapjes

Het Rode Kruis is er ook voor senioren. De hulp is kosteloos.

Activiteiten

Sociale activiteiten, zoals vakanties voor zieken en gehandicapten, en groepsactiviteiten voor wie behoefte heeft aan gezelschap, met elkaar praten, plezier hebben, elkaar steun geven en vaak ook bezig zijn met spel, muziek of handenarbeid. Soms organiseren we activiteiten voor specifieke groepen.

Locatie en informatie Rode Kruis

Mevr. Dorie Slagter, Adriaan Pauwpad 4, 3332 HD Zwijndrecht,
☎ 612 42 14 of 06 - 247 91 808

Rooms Katholieke Soos 60+ - H. Hartkerk

Activiteiten

Woensdagmiddag: ontmoetingsbijeenkomst.

Locatie en informatie Parochie H. Jacobus de Meerdere

Parochiezaal H.Hartkerk, Burg. de Bruïnelaan 78

Secretariaat, mevr.H. van Eijk,

Tomatenplein 112, 3331 RK Zwijndrecht, ☎ 612 90 87

Swinhove Groep - sociëteit en activiteiten

De sociëteit is de ontmoetingsplek bij uitstek voor 55+ers. Het lidmaatschap is gratis. U betaalt een prijs per activiteit. De prijzen zijn zo laag mogelijk zodat de activiteiten voor iedereen toegankelijk zijn.

Activiteiten

Lekker samen eten, een goed gesprek, een praatje maken, een film of toneelstuk bekijken of gezellig een dagje weg en vooral nieuwe kennissen en vrienden leren kennen.

Locaties en informatie

[I] www.swinhovegroep.nl, [E] info@swinhovegroep.nl

- Swinhove, Plantageweg 3, Zwijndrecht, ☎ 625 55 00
- Lindonk, Rotterdamseweg 137b, Zwijndrecht, ☎ 619 97 00
- IJsvogel, IJsvogelplein 300, Zwijndrecht, ☎ 625 60 40
- Lichtkring, De Kring 11, Zwijndrecht, ☎ 612 84 50

Swinstaete - bewonersvereniging

Behoudens uitzonderingen zoals de 'DVD Klassiek Concerten', kunnen alleen bewoners en introducés deelnemen. Informatie over deelname via het secretariaat.

Activiteiten

Onder andere sjoelen, klaverjassen, meer bewegen voor ouderen, biljarten, bridge, volksdansen, handwerken, bingo en 'DVD Klassiek Concerten' met inleiding.

Locatie en informatie wooncomplex Swinstaete

Norderstedtplein 1, 3332 GN Zwijndrecht.

Secretariaat, mevr. C.A.W. du Bois, ☎ 620 84 34

Reserveringen zalen, dhr. C. Rieck, ☎ 610 15 83

Wentelwiek - wijkvereniging

Activiteiten

Enkele dagen per week, inclusief zaterdag open huis. Ook koffie/handwerkochtend en creatieve contactmiddag.

Dinsdagmiddag: werelddans, afgewisseld met country-linedans.

Donderdagochtend: 50+ bewegen met gym en dans.

Locatie en informatie wijkvereniging De Wentelwiek

Anth. Fokkerstraat 33, 3331 KA Zwijndrecht, ☎ 612 16 88

Secretariaat, dhr. R. v.d.Velde, p/a De Wentelwiek

Wijkcentrum het Bakken

Activiteiten

Onder andere bingo, bodyform 50+, bridge, computerclub, country-line, creaclub, fitness, koersbal, mensendieckgym, rolstoeldansen, rommelmarkt, werelddanses, yoga en kooklessen voor volwassenen (eens per maand en onder begeleiding van een professionele kok).

Locatie en informatie wijkcentrum het Bakken

Slagveld 99, 3332 BN Zwijndrecht, ☎ 612 17 11

Diverz, ☎ 619 12 76, [I] www.diverz.info

Wijkcentrum Kubiek

Activiteiten

Open huis en activiteiten zoals biljarten (ook apart biljart voor vrouwen inclusief les), jeu de boules, bridge, schaken, Tai Chi, meer bewegen voor ouderen, koersbal, fietsen, tafeltennis, yoga, aquarelleren, pottenbakken, computercursussen voor senioren, rechtswinkel, linedance, Weightwatchers, mandalatekenen, bodygym, zelfmaakmode, gym 40/60, bewegen op muziek, kookclub/Indonesisch koken, wandelen, hobbyclub, bingo, kerstmarkt, paranormale beurs en kunstexpositie.

Locatie en informatie wijkcentrum Kubiek

Zwaluwstraat 1, 3334 XN Zwijndrecht ☎612 63 64

Diverz, ☎ 619 12 76, [I] www.diverz.info

Wijkcentrum 't Klankbord

Activiteiten

Vrijdag 20:00 uur: klaverjassen.

Locatie en informatie wijkcentrum 't Klankbord

Klarinetsingel 3, 3335 DE Zwijndrecht, ☎ 610 25 47

Diverz, ☎ 619 12 76, [I] www.diverz.info

Wijkcentrum Xiejezo

Activiteiten

Onder andere gym voor senioren, fietsles, bridgevereniging, Home-start Humanitas, mandalatekenen, naailes voor volwassenen, octo-art schilderwerkgroep, paranormale beurs, rommelmarkt, T'ai Chi Tao, verschillende vormen van yoga en één zaterdag per maand bingo.

Locatie en informatie wijkcentrum Xiejezo

Grote Beerstraat 10, 3331 TB Zwijndrecht, ☎ 612 76 22

Diverz, ☎ 619 12 76, [I] www.diverz.info

Wijkcentra Diverz

Baken, Kubiek, Klankbord, Xiejezo

www.diverz.info

Zonnebloem - ontspanningsmiddagen en vakanties

De Zonnebloem is er voor langdurig zieken, lichamelijk gehandicapten en hulpbehoevende ouderen van alle gezindten.

Activiteiten

Ontspanningsmiddagen, dagtochten en vakantieweken. Voor de ontspanningsactiviteiten en de vakantieweken vragen we een bijdrage in de kosten.

Locatie en informatie Zonnebloem

Secretariaat, B.A.M. Mars,

Hillenraad 17, 3334 BK Zwijndrecht, ☎ 612 79 67

Contactpersoon bezoekwerk, mevr. C. Niehof,

W. Alexanderhof 9, 3331 AS Zwijndrecht, ☎ 620 00 09

**Ontspanningsmiddagen, dagtochten en
vakantieweken van de Zonnebloem**

Voorzieningen

De Bibliotheek A tot Z

Speciale grote letteruitgaven. De bibliotheek bezorgt boeken thuis en geeft informatie over hulpmiddelen en gesproken boeken.

Locatie en informatie De Bibliotheek A tot Z

- Vestiging Anjerstraat
Anjerstraat79, 3333 GC Zwijndrecht, ☎ 612 67 10
- Vestiging Walburg
Norderstedtplein 8, 3332 GK Zwijndrecht, ☎ 619 21 91
- Vestiging Heerjansdam
Rozenlaan 10, 2995 AT Heerjansdam, ☎ 677 13 89

Contactpersonen: Lieneke Smits en Jacqueline Parel.

Informatie en nieuwsbrief: [I] www.debibliotheekatotz.nl

De Hoge Devel, zwembad

Zwemactiviteiten voor ouderen zoals meer bewegen voor ouderen , therapeutisch zwemmen, aquafit en warm water zwemmen.

Locatie en informatie zwembad de Hoge Devel

Parklaan 3, 3335 LM Zwijndrecht ☎ 610 20 23, [F] 078 610 07 55
[E] hogedevel@sportfondsen.nl, [I] www.hogedevel.nl

Seniorenrestaurants

Gezellig samen met anderen de maaltijd gebruiken? Dat kan in de seniorenrestaurants.

Locaties en informatie Seniorenrestaurants

EEMZON, Eemstein 1A, 3332 NA Zwijndrecht.

Voor leden en donateurs van huurdersvereniging EEMZON.

Meer informatie, Milja Uhlen (voorzitter), ☎ 612 11 16

Nebo, Hoofdland 1, 3332 RD Zwijndrecht, ☎ 612 42 88

Ma t/m vr 12:00-14:00 uur. Reserveren tot 10:00 uur.

Voor iedereen die zich in het reformatorische klimaat van Nebo thuis voelt.

Swinhove Groep restaurants voor 55+-ers,

Informatie, ☎ 625 55 00, [I] www.swinhovegroep.nl

- Swinhove, Plantageweg 3, Zwijndrecht, ☎ 625 55 41
- Lindonk, Rotterdamseweg 137b, Zwijndrecht, ☎ 619 97 16
- Ijsvogel, Ijsvogelplein 300, Zwijndrecht, ☎ 625 60 40

SWOZ Seniorenrestaurants:

Openingstijden en informatie, ☎ 620 60 60, [I] ww.swoz.com

- Nederburgh, Duivenvoorde 211A, Zwijndrecht, ☎ 612 25 97
- Baken, Slagveld 99, Zwijndrecht, ☎ 612 17 11
- Xiejezo, Grote Beerstraat 10, Zwijndrecht, ☎ 612 76 22
- Pruylenborg, Pruylenborg 217, ☎ 612 44 15

De Gasterij, Schippersinternaat, Zwijndrecht

Tweede en laatste vrijdag van de maand.

Informatie, H.W.M. van Dijk (secretaris), ☎ 06 - 834 26 214

[E] DeGasterij@hotmail.com

Klusje uitbesteden - praktische dienstverlening SWOZ

Voor mensen die niet of nauwelijks in staat zijn om eenvoudig technisch onderhoud in en om de woning te verrichten. De SWOZ beoordeelt of u in aanmerking komt.

Klussen

De SWOZ ondersteunt bij tuinonderhoud en bij eenvoudige technische handelingen zoals bijvoorbeeld een kraanleertje vervangen, de verwarming bijvullen, een lamp ophangen en een douchebeugel bevestigen. Groot onderhoud zoals witten, behangen en het huis schilderen valt niet onder de eenvoudige technische handelingen.

Kosten

De SWOZ vraagt een eigen bijdrage per uur per persoon van € 10,- of € 12,50, afhankelijk van het inkomen, met een minimum van één uur. Voeren twee personen de klus uit, dan bedragen de kosten dus € 20,- of € 25,- per uur. Daarnaast brengt de SWOZ de kosten van eventueel benodigde materialen in rekening, en € 5,- per uur indien er motorisch gereedschap gebruikt moet worden. De betaling geschiedt contant, direct na afloop van de klus.

Informatie en aanmelden klussen en tuinonderhoud SWOZ

Norderstedtplein 14, 3332 GK Zwijndrecht (loop gerust eens binnen), ☎ 620 60 60, [I] www.swoz.com

Maaltijd aan huis - maaltijddienst van de SWOZ

Voor inwoners van de gemeente Zwijndrecht die niet of nauwelijks in staat zijn om voor de eigen maaltijd te zorgen.

Maaltijden

De SWOZ biedt koelvers maaltijden aan. De maaltijden kunt u langere tijd in de koelkast bewaren zonder dat dit ten koste gaat van de kwaliteit. Er is een ruime keuze. Voor het opwarmen gebruikt u een magnetron die u van de SWOZ in bruikleen kunt krijgen.

Kosten

De prijs per maaltijd inclusief soep is €5,15. Mensen met een laag inkomen komen onder bepaalde voorwaarden, in aanmerking voor een subsidie van de Sociale Dienst Drechtsteden. Meer weten? Neem dan contact met de SWOZ.

Informatie maaltijddienst van de SWOZ

Norderstedtplein 14, 3332 GK Zwijndrecht, ☎ 620 60 60

[I] www.swoz.com

Koelvers maaltijden bij u thuis

☎ 620 60 60

Personenalarmering van de SWOZ

Vooral voor mensen in Zwijndrecht die op grond van gezondheid of lichamelijke gesteldheid, risico's lopen.

Alarmering

Via het systeem bent u verbonden met een professionele centrale post. Zodra u op de alarmknop drukt, ontstaat er een spreek-luisterverbinding. De post zoekt contact met de door u aangegeven hulpverleners. Dit kan een professionele organisatie zijn maar ook mantelzorg (familie, burens, kennissen). In noodgevallen schakelt de post onmiddellijk medische hulp in. Er is een traditioneel en een mobiel alarmeringssysteem. Bij een mobiel systeem is direct zichtbaar waar de persoon zich bevindt.

Kosten

Traditionele alarmering: € 15,- per maand en eenmalig € 30,- aan- en afsluitkosten.

Mobiele alarmering: binnen Zwijndrecht: € 34,- per maand en eenmalig € 30,- aan- en afsluitkosten. Buiten Zwijndrecht: € 44,- per maand en eenmalig € 50,- aan- en afsluitkosten.

Professionele opvolging: € 3,50 per maand.

Een vergoeding van de Sociale Dienst Drechtsteden is onder voorwaarden mogelijk.

Informatie personenalarmering SWOZ

Norderstedtplein 14, 3332 GK Zwijndrecht, ☎ 620 60 60

[I] www.swoz.com

Huisbezoek - Rode kruis

Het Rode Kruis is er voor iedereen, dus ook voor senioren. Vanuit die gedachte organiseert zij sociale activiteiten zoals huisbezoeken. Vrijwilligers bezoeken mensen thuis. Soms helpen ze bij een hobby of komen ze een uurtje koffie drinken. De hulp van het Rode Kruis is kosteloos.

Informatie Rode Kruis

Mevr. Dorie Slagter, Adriaan Pauwpad 4, 3332 HD Zwijndrecht

☎ 612 42 14 of 06 - 247 91 808

Diensten aan huis - Aafje pas

Aafje organiseert:

- personenalarmering met professionele opvolging en
- diensten die kunnen bijdragen aan uw algemeen welzijn en het vergemakkelijken van de dagelijkse dingen zoals kapper aan huis, pedicure aan huis, klussendienst, opticien aan huis en maaltijdservice aan huis.

Kosten

De jaarlijkse contributie per huisadres voor de Aafje pas bedraagt in 2011 € 18,50.

Informatie Aafje pas

IJsselmeer 30, 3332 EX Zwijndrecht, [I] www.aafje.nl

Aafje Zorglijn, ☎ 0900 - 8664 (€ 0,10 per minuut)

Contact UVV

De projecten van de Unie van Vrijwilligers zijn er met name voor inwoners die om gezondheidsredenen aan huis gebonden zijn.

De UVV verleent vrijwillige hulp en steun aan hulpvragers in de zorg- en welzijnssector.

Projecten UVV

U kunt bij de UVV terecht voor:

- projecten in Swinhove, De IJsvogel, De Lichtkring, de Lindonk en het Albert Schweitzer ziekenhuis
- Vriendschappelijk Contact zoals samen iets drinken, een boodschap doen of een wandeling maken, een boek voorlezen of samen naar muziek luisteren.

Informatie Unie Van Vrijwilligers (UVV)

Vriendschappelijk Contact: dhr. J.J. van der Linden, ☎ 612 34 09

Algemeen: secretariaat UVV, mevr. S.H. Singewald, ☎ 681 79 42

Zonnebloem

De Zonnebloem geeft tijd en aandacht, voornamelijk door regelmatige bezoeken, aan langdurig zieken, lichamelijk gehandicapten en hulpbehoevende ouderen van alle gezindten.

Informatie Zonnebloem

Secretariaat, B.A.M. Mars, Hillenraad 17, 3334 BK Zwijndrecht

☎ 612 79 67. Contact bezoekwerk, mevr. C. Niehof,

W. Alexanderhof 9, 3331 AS Zwijndrecht, ☎ 620 00 09

Advies en hulp bij vragen en problemen

Advies en hulp bij financiële problemen

Door problemen of onvoorziene omstandigheden kan het voorkomen dat u niet meer aan uw financiële verplichtingen kunt voldoen. Voor advies of hulp kunt u terecht bij de Sociale Dienst Drechtsteden.

Informatie Sociale Dienst Drechtsteden

Afdeling Budgetadvies en schuldbemiddeling, ☎ 639 80 00

[I] www.socialiedienstdrechtsteden.nl

St. Maatschappelijk Welzijn - vragen en problemen

Gratis hulpverlening bij problemen. Bijvoorbeeld bij gevoelens van eenzaamheid, verwerkingsproblemen (rouwverwerking, (echt)scheiding of ziekte), huiselijk geweld, mishandeling, spanningen, psychische problemen, onbegrip bij cultuurverschillen, financiële problemen of woonzorgen.

Informatie Stichting Maatschappelijk Welzijn

IJsselmeer 30, 3332 EX Zwijndrecht, [I] www.aafje.nl

Aafje Zorglijn ☎ 0900 - 8664 (€ 0,10 per minuut, 24 uur per dag)

Spreekuur op werkdagen van 09:00 tot 10:00 uur.

Ouderenadviseur SWOZ

De ouderenadviseur helpt u bij het vinden van de juiste persoon of organisatie of bij het beantwoorden van een vraag. Hij kent de instanties en is op de hoogte van de wetten en regelingen in de zorg- en hulpverlening.

Samen met u zet de adviseur uw vragen en problemen op een rij en zoekt hij naar oplossingen, of het nu gaat over het inschakelen van huishoudelijke hulp, het aanschaffen van hulpmiddelen, het regelen van vervoer of financiële vergoedingen of activiteiten bij u in de buurt. De ouderenadviseur geeft u informatie, advies en zo nodig ook begeleiding. Hij wijst u de weg naar de juiste instantie en legt contact met de juiste persoon die u verder kan helpen.

Informatie Ouderenadviseur SWOZ

De adviseur houdt spreekuren maar kan ook bij u thuis komen.

- De Nederburgh, Duivenvoorde 211A: één keer per twee weken, 09:00-10:00 uur
- PJ Oudplein kantoor huismeester: eerste maandag van de maand, 11:00-12:00 uur
- Swinhove: tweede woensdag van de maand, 11:00-12:00 uur
- Rietbergerflat, vierde etage, Rietdekker: eerste woensdag van de maand, 10:30-11:30 uur

☎ 612 25 97 of ☎ 06 - 33 61 67 08

[E] g.kleinhesseling@swoz.com, [I] www.swoz.com

Stichting Hulp In Praktijk (HIP)

Voor hulp bij praktische zaken, een praatje of een kopje koffie.

De hulp is belangeloos en komt voort uit de wens van de gezamenlijke kerken om mensen te helpen. Zit u in de problemen door bijvoorbeeld gezondheidsklachten of door een moeilijke financiële situatie, bel dan de hulplijn van HIP.

Informatie Stichting HIP

☎ 0900 - 447 447 4 (€ 0,10 pm), [I] www.stichtinghip.nl

Stichting Hulp In Praktijk (HIP)

[I] www.stichtinghip.nl

Sociaal Raadslieden - informatie, advies en hulp

Sociaal Raadslieden helpt met informatie, advies of hulp bij het invullen van formulieren, het schrijven van een brief of bewaarschrift, bemiddeling tussen u en een instantie of het maken van een verklaring omtrent inkomen en vermogen.

Sociaal Raadslieden behandelt vraagstukken over onder andere uitkeringen, belastingen, kwijtschelding, echtscheiding, erfrecht, huurzaken/huurtoeslag, burenrrecht, consumentenzaken, vreemdelingenrecht en naturalisatie. Sociaal Raadslieden behandelt geen schuldhulpverlening en belastingaangiften en gaat ervan uit dat u zelf doet wat u kunt.

Informatie Sociaal Raadslieden: ☎ 770 37 20

Telefonisch: dinsdag, donderdag en vrijdag 08:30-13:00 uur.

Spreekuur uitsluitend op afspraak:

- Raadhuisplein 3 in Zwijndrecht
dinsdag, donderdag en vrijdag 08:30-13:00 uur en
dinsdag 14:00-16:00 uur.
- Fazantplein 5 (Nederhoven) in Zwijndrecht
donderdag 14:00-16:00 uur.

Informatie, advies en hulp
Sociaal Raadslieden

SWOZ Loket - het antwoord op uw vraag

Heeft u een vraag over wonen, zorg of welzijn? Bijvoorbeeld:

- ik wil gebruik maken van de seniorenbus of ander vervoer op maat. Hoe moet ik dit regelen?
- zijn er leuke dingen te doen voor mij in de omgeving?
- soms ben ik bang om te vallen. Kunt u mij meer vertellen over personenalarmering?
- kom ik voor thuiszorg in aanmerking?
- wie helpt mij bij het invullen van dat lastige formulier?
- ik voel me vaak zo somber. Wat kan ik doen?
- ik woon nu in een huis met een tuin maar ik wil graag een appartement huren. Hoe pak ik dit aan?
- kun je vrijwilligerswerk doen als je een handicap hebt?
- is er ergens een mogelijkheid om samen met andere ouderen te eten?
- mijn vrouw lijkt steeds meer te vergeten. Met wie kan ik daar eens over praten?
- kom ik in aanmerking voor de diensten van de SWOZ (maaltijden, alarmering, ouderenadviseur, klussendienst)?

Het SWOZ Loket heeft het antwoord, denkt graag met u mee en wijst u de weg naar de juiste organisatie of instantie. Bel dus gerust naar het SWOZ Loket. De medewerkers zitten klaar om uw vragen te beantwoorden.

Informatie SWOZ Loket

☎ 620 60 60, [I] www.swoz.com

Vergoedingen voor ouderen

De Sociale Dienst Drechtsteden regelt vergoedingen voor mensen die dit nodig hebben. Verschillende groepen zoals ouderen en gehandicapten of chronisch zieken, ondersteunen zij omdat ze het belangrijk vinden dat ook zij kunnen deelnemen aan de maatschappij.

Informatie over vergoedingen voor ouderen

Sociale Dienst Drechtsteden,

- ☎ 639 80 00
- [I] www.socialiedienstdrechtsteden.nl

Ouderenadviseur van de SWOZ

- [I] www.swoz.com

Vragen over vergoedingen?

☎ 639 80 00 (09:00-16:30 uur)

[I] www.socialiedienstdrechtsteden.nl

Voedingsvoorlichting en dieetadvies

Voedingsvoorlichting en dieetadvies is er voor iedereen die een deskundig advies en eventueel begeleiding nodig heeft bij een verandering van de voedingsgewoonte. Bijvoorbeeld bij ondergewicht, een te hoog cholesterolgehalte, diabetes, overgewicht, hoge bloeddruk, maag- en darmklachten, eetstoornissen en voedselovergevoeligheid.

Kosten

De basisverzekering vergoedt in 2011 vier uur dieetadvies. De diëtist vertelt u graag hoeveel consulten dit zijn. Uiteraard kunt u na deze vier uur de begeleiding voortzetten. Sommige aanvullende pakketten vergoeden (deels) meerdere consulten. Kijk hiervoor op uw verzekeringspolis.

Informatie voedingsvoorlichting en dieetadvies Aafje

Consult: meerdere dagen per week, ook zaterdagochtend.

Adres: Aafje, Langeweg (naast het Albert Schweitzer Ziekenhuis).

Afspraak maken voor een consult:

- Aafje Zorglijn ☎ 0900 - 8664 (€ 0,10 pm), werkdagen 08:30-16:30 uur
- [E] dietist@aafje.nl

Voedingsvragen stellen per e-mail: [E] dietist@aafje.nl

Aafje, IJsselmeer 30, 3332 EX Zwijndrecht, [I] www.aafje.nl

Huurdersvereniging EEMZON

De vereniging behartigt de belangen van de huurders in wooncomplex Eemstein- Zonnestein.

Informatie huurdersvereniging EEMZON

Milja Uhlen (voorzitter), ☎ 612 11 16

Ouderenbonden

De bonden behartigen de belangen, vooral op het gebied van inkomen, wonen, zorg en welzijn. Iedere bond heeft een eigen specialisme. De drie ouderenbonden werken samen in het 'Drie Bonden Overleg'.

Informatie ouderenbonden

ANBO voor 50-plussers

Prins Bernhardstraat 9, 3331 BN Zwijndrecht, ☎ 612 63 49 (soos),
☎ 612 44 40 (secretariaat), [E] anboafd.zwijndrecht@gmail.com
[I] www.anbo.nl/zwijndrecht

KBO – Katholieke Bond voor Ouderen

Parochiezaal H.Hartkerk, Burg.de Bruïnelaan 78, Zwijndrecht.
Voorzitter, dhr. Ph. J. W. Guns, ☎ 612 87 66 of ☎ 06 - 225 27 266,
[E] gunstuin@wanadoo.nl

PCOB - Protestants Christelijke Ouderen Bond

Secretariaat, dhr. W.Ph. Tempelaar, Pruylenborg 218, 3332 PG
Zwijndrecht, ☎ 612 60 81, [E] wphtempelaar@wanadoo.nl

Patiëntenvereniging - NPV

De Nederlandse Patiënten Vereniging (NPV) behartigt de belangen van mensen die gebruik maken van gezondheidszorg - en welzijnsvoorzieningen. De vereniging:

- luistert naar uw klachten en bemiddelt,
- vertegenwoordigt patiënten in commissies en besturen,
- adviseert in conflictsituaties tussen patiënt en hulpverlener,
- adviseert en oefent invloed uit op overheidsbeleid en
- organiseert thema-avonden over actuele onderwerpen.

Kosten

Het lidmaatschap van de Nederlandse Patiënten Vereniging bedraagt minimaal € 15,- per gezin per jaar, 65-plussers en jongeren tot 25 jaar betalen € 10,- per jaar.

Informatie Nederlandse Patiëntenvereniging (NPV)

p/a Ruys de Beerenbrouckstraat 29, 3332 CN Zwijndrecht

☎ 6 12 41 30. B.g.g. landelijk kantoor ☎ 0318 - 54 78 88.

Medisch-ethische vragen en informatie over palliatieve zorg

24 uur per dag, 7 dagen per week, ☎ 0318 - 54 78 78

[E] info@npvzorg.nl, [I] www.npvzorg.nl

Patiëntenvereniging behartigt belangen

Seniorenraad Zwijndrecht

De seniorenraad Zwijndrecht is een door de gemeente ingestelde commissie die bestaat uit acht leden; zes namens de drie ouderenbonden, twee namens de Zwijndrechtse gemeenschap.

De raad geeft gevraagd en ongevraagd advies aan het college van B&W over de voorbereiding en uitvoering van het gemeentelijk ouderenbeleid. De seniorenraad heeft een luisterend oor naar de gemeenschap en stelt zich grondig op de hoogte van de nieuwe ontwikkelingen op het gebied van wonen, zorg en welzijn. Met deze kennis leveren ze een bijdrage aan het lokale beleid.

Informatie Seniorenraad Zwijndrecht

Vragen en/of suggesties: voorzitter, Ph. J.W. Guns,

Vlaamsestraat 207, 3332 ES Zwijndrecht,

☎ 612 87 66 of 06 - 225 27 266, [E] gunstuin@wanadoo.nl

Zorgbelang

Zorgbelang behartigt de belangen van gebruikers van zorg en welzijn, geeft voorlichting en biedt ondersteuning bij bijvoorbeeld klachten.

Informatie Zorgbelang

Zorgbelang Zuid-Holland, ☎ 088 - 929 4010

[E] info@zorgbelang-zuidholland.nl

[I] www.zorgbelang-zuidholland.nl

Drechthopper

De Drechthopper is een vervoermiddel voor ouderen en gehandicapten die geen of moeilijk gebruik kunnen maken van het openbaar vervoer in de Drechtsteden. De Drechthopper is geschikt voor rolstoelgebruikers, voor mensen die met begeleiding moeten reizen en voor mensen die met ADL- of blindengeleidehonden reizen. Reist u zonder begeleiding? De chauffeur helpt u vanaf uw huisdeur tot in de Drechthopper.

De Drechthopper rijdt op werkdagen 06:00-01:00 uur en op zaterdag en zondag 07:00-01:00 uur. Reserveren (minimaal één uur voor vertrek): ☎ 0800 - 420 30 40

Informatie Drechthopper

U heeft een pas nodig om met de Drechthopper te kunnen reizen.

Bent u 75 jaar of ouder? Dan kunt u de pas aanvragen bij het

Servicebureau Drechthopper:

- telefonisch: 0900 - 502 12 10 (€ 0,10 pm)
- per brief (zonder postzegel): Servicebureau Drechthopper, Antwoordnummer 6010, 3301 VA Dordrecht

Bent u jonger dan 75 jaar? Dan kunt u de pas aanvragen bij het

Sociale Dienst Drechtsteden

- ☎ 639 80 00
- [I] www.socialedienstrechtsteden.nl/wmo

Pro taxi

Bij medische noodzaak, zeven dagen per week, 24 uur per dag

☎ 610 37 23

Rolstoelvervoer

De Gebruikersvereniging Rolstoelbus is opgericht in 1983.

Iedereen die afhankelijk is van een rolstoel, kan lid worden en heeft daarmee recht op vervoer, zelfs door het hele land. Het vervoer geschiedt van huis tot huis, van kamer tot kamer.

Vrijwilligers vervoeren onze leden met uiterste zorg en persoonlijke aandacht. Een reisgenoot of hulphond mag gratis mee. Het vervoer is beschikbaar gedurende zeven dagen per week, tussen 08:00 en ongeveer 22:00 uur. Voorwaarde is dat het vervoer uiterlijk een dag van te voren is aangevraagd.

Aanvragen op werkdagen 10:00-12:00 uur, ☎ 651 28 75

Kosten

Binnen de Drechtsteden: vaste tarieven.

Buiten de Drechtsteden: prijs per kilometer.

Voor vervoer naar onder andere ziekenhuizen waarbij we kunnen wachten, zijn andere mogelijkheden. Het lidmaatschap kost € 12,50 per jaar en start in de maand van aanvraag.

Informatie Rolstoelvervoer

Secretariaat, postbus 8144, 3301 CC Dordrecht, ☎ 617 28 61

[E] gvr-dordrecht@hetnet.nl, [I] www.gvr-dordrecht.nl

Seniorenbus

De Seniorenbus vervoert personen van 63 jaar en ouder binnen Zwijndrecht en Hendrik-Ido-Ambacht van deur tot deur. Roken en huisdieren zijn niet toegestaan. Rolstoelen vervoert de Seniorenbus niet, wel beperkte mogelijkheid voor een rollator.

Afspraak maken voor een rit op de volgende dag:

09.00-15.00 uur.

Afspraak maken voor een rit op maandag:

vrijdag 09:00-15:00 uur.

Kosten

Lidmaatschap van minimaal één jaar, contributie € 4,50 per persoon per maand. Plus € 5,- per elf ritten. U kunt gebruik maken van de declaratieregeling van de Sociale Dienst.

Informatie Seniorenbus

't Anker 22, 3332 BP Zwijndrecht, ☎ 619 60 65

(alleen op werkdagen)

Seniorenbus

☎ **619 60 65 (werkdagen)**

Rit afspreken? Dag ervoor tot 15:00 uur.

Valys - bovenregionaal taxivervoer

Bent u slecht ter been en heeft u vervoer nodig buiten de regio (meer dan vijf openbaar vervoerzones vanaf het woonadres)?

Dan kunt u tegen aantrekkelijke tarieven reizen met de Valys. U kunt een rolstoel of scootermobiel meenemen. Om te reizen met de Valys heeft u een beschikking nodig waarin staat dat u gebruik maakt van WMO vervoer of waarin staat dat u een rolstoel of scootermobiel heeft.

Informatie

☎ 0900 - 96 30 (lokaal tarief), [I] www.valys.nl

Vervoer met een vrijwilliger

Voor mensen met een ziekte of handicap of ter ondersteuning van mantelzorg is het mogelijk om een vrijwilliger in te schakelen bij vervoer.

Informatie vervoer met een vrijwilliger

Informele zorg Zuid-Holland zuid (MEE), ☎ 0900 - 202 06 72

Unie van Vrijwilligers, dhr. J.J. van der Linden, ☎ 612 34 09

Valys, ☎ 0900 - 96 30 (lokaal tarief)

Informele zorg (MEE), ☎ 0900 - 202 06 72

Unie van Vrijwilligers, ☎ 612 34 09

Huurwoning - [I] www.woonkeus.nl

Bent u op zoek naar een huurwoning? Meldt u dan aan bij de Stichting Woonkeus, via de website of bij de woningcorporaties. Na registratie kunt u reageren op het vrijkomende aanbod in de regio Drechtsteden en dus ook in Zwijndrecht. Bij de woningcorporaties vindt u folders over bijvoorbeeld het huren van woningen, de voorrangsregeling en de huurtoeslag.

Informatie huurwoning - [I] www.woonkeus.nl

Woonkracht10, Rotterdamseweg 70-72, 3332 AK Zwijndrecht,

☎ 620 20 20, Postbus 246, 3330 AE Zwijndrecht,

[E] zwijndrecht@woonkracht10.nl [I] www.woonkracht10.nl

Trivire, Callistolaan 2, 3318 JA Dordrecht , ☎ 633 16 00

Postbus 8008, 3301 CA Dordrecht,

[E] wonen@trivire.nl [I] www.trivire.nl

Voorrangsregeling huurwoning

Alleen in uiterste noodgevallen is de voorrangsregeling van toepassing (urgentie). Bij de woningcorporaties is een folder beschikbaar waarin u leest of u ervoor in aanmerking komt.

Huurtoeslag

Informatie over en/of het aanvragen van huurtoeslag (huursubsidie): woningcorporatie, Belastingdienst of ouderenbonden.

Alzheimercafé Swinhove

Voor mensen met dementie, familieleden en andere belangstellenden. Om met elkaar te praten over en te luisteren naar alles rondom dementie. Er zijn geen kosten aan verbonden. Eerste woensdag van de maand in Swinhove.

Informatie Alzheimercafé Swinhove

Plantageweg 3, 3333 GZ Zwijndrecht, ☎ 625 55 00

[E] info@swinhovegroep.nl [I] www.swinhovegroep.nl

Dagactiviteiten

Voor mensen die zelfstandig wonen, behoefte hebben aan sociale contacten en het lastig vinden om er zelfstandig op uit te gaan in verband met lichamelijke beperking of dementie. Ook een oplossing voor partners en familieleden die de zorg op zich nemen en deze zorg voor een deel uit handen willen geven. De deelnemers praten met elkaar, drinken samen koffie of thee en eten tussen de middag een warme maaltijd, vijf dagen per week in De Lindonk en Swinhove. Voor deelname heeft u een indicatie van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) nodig. Ook zijn er mogelijkheden op basis van de WMO.

Informatie Dagactiviteiten Swinhove en De Lindonk

Plantageweg 3, 3333 GZ Zwijndrecht, ☎ 06 - 143 04 559

[E] info@swinhovegroep.nl [I] www.swinhovegroep.nl

Dagbehandeling en dagbegeleiding

Voor mensen die zelfstandig wonen en ondersteuning, begeleiding en/of behandeling nodig hebben. Dit kan komen door een lichamelijke beperking of door (een lichte vorm van) dementie, waardoor u niet meer alles zelf kunt.

De begeleiding vindt plaats in groepen van zo'n acht personen op de locatie Swinhove, maar er is ook aandacht voor de individuele bezoeker. Als u bijvoorbeeld een fysiotherapeut nodig hebt, plannen we die op een dag waarop u aanwezig bent.

De behandelingen in het expertisecentrum bestaan uit fysiotherapie, ergotherapie, logopedie en diëtetiek. Iedereen die zelfstandig woont in Zwijndrecht kan er gebruik van maken. Dagbehandeling is vijf dagen per week geopend. Voor dagbehandeling en dagbegeleiding heeft u een indicatie nodig van het Centrum Indicatiestelling Zorg.

Informatie dagbehandeling en dagbegeleiding Swinhove

Plantageweg 3, 3333 GZ Zwijndrecht, ☎ 06 - 143 04 559

[E] info@swinhovegroep.nl [I] www.swinhovegroep.nl

Voor zelfstandig wonende mensen

Hulpmiddelen lenen

Hulpmiddelen zoals krukken of een rolstoel kunt u in bruikleen krijgen.

Informatie hulpmiddelen lenen

Aafje/Vegro

- Thuiszorgwinkel, Passage 4-6 3311 CM Zwijndrecht
Openingstijden: ma t/m vr 09:00-17:30, za 10:00-16:00 uur
- Aafje Zorglijn ☎ 0900 - 8664 (€ 0,10 pm, 24 uur per dag)
- [I] www.aafje.nl

Internos

- Westelijke Parallelweg 50, 3331 EW Zwijndrecht
- Internos Zorglijn ☎ 648 38 38
- [I] www.internosthuiszorg.nl

Rivas

- Rivas Zorglijn ☎ 0900 - 8440 (lokaal tarief)
- [E] zorglijn@rivas.nl
- [I] www.rivas.nl

**Hulpmiddelen lenen?
Aafje, Internos, Rivas**

Hulpmiddelen via uw zorgverzekeraar

Bij uw zorgverzekeraar kunt u onder andere terecht voor hulpmiddelen zoals prothesen, gezichtshulpmiddelen, gehoorhulpmiddelen, pruiken, elastische kousen en hulpmiddelen voor het toedienen van voeding.

Kosten

Voor sommige hulpmiddelen geldt een eigen bijdrage. Voor de verstrekking van hulpmiddelen moet u in het algemeen vooraf een aanvraag indienen bij uw zorgverzekeraar.

Informatie over hulpmiddelen via uw zorgverzekeraar

Via uw ziektekostenverzekering.

**Hulpmiddelen via
uw zorgverzekeraar**

Hulp via de WMO

De Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) verplicht gemeenten om passende ondersteuning te bieden aan inwoners die door een beperking moeite hebben om mee te doen aan de maatschappij. De gemeente gaat ervan uit dat inwoners de benodigde ondersteuning allereerst zelf of binnen hun omgeving regelen en rekent dus op de inzet van mantelzorgers en vrijwilligers. Indien nodig ondersteunt de gemeente hen.

Voor uw voorzieningen zoals huishoudelijke hulp, vervoer, woningaanpassing, een scootmobiel, traplift, douchestoel of een rolstoel kunt u terecht bij de Sociale Dienst Drechtsteden. Ook de indicering loopt via deze dienst. U kunt kiezen voor een voorziening in natura, een persoons-gebonden budget of een financiële tegemoetkoming. De Sociale Dienst Drechtsteden heeft 25 zorgaanbieders geselecteerd. Zij verzorgen de huishoudelijke hulp. Dit zijn onder meer de vertrouwde (thuiszorg)aanbieders. Ook hiervoor kunt u een persoonsgebonden budget aanvragen.

Kosten

Voor sommige hulpmiddelen geldt een eigen bijdrage.

Informatie over de WMO

Sociale Dienst Drechtsteden, ☎ 639 80 00 (09:00-16:30 uur)

[I] www.socialiedienstdrechtsteden.nl/wmo

Ouderenadviseur SWOZ, ☎ 620 60 60

Indicatie via het Centrum indicatiestelling zorg (CIZ)

Om in aanmerking te komen voor zorg die wordt betaald uit de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten (AWBZ) heeft u een indicatie nodig van het Centrum indicatiestelling zorg (CIZ). Een indicatie kunt u zelf online aanvragen. Het CIZ onderzoekt of u zorg kunt krijgen, hoeveel zorg en hoelang. U kunt zelf een zorgaanbieder kiezen. Het CIZ indiceert voor verpleging of hulp bij (langdurige) ziekte, handicap of ouderdom, maar geen huishoudelijke hulp, rolstoel of woningaanpassing. Daarvoor kunt u terecht bij de Sociale Dienst Drechtsteden.

Informatie Centrum indicatiestelling zorg (CIZ)

☎ 0900 - 1404

[I] www.ciz.nl (mogelijkheid om direct een indicatie aan te vragen)

Direct een indicatie aanvragen?

[I] www.ciz.nl

Psychiatrische of psychosociale klachten - Yulius

Yulius (cluster ouderen) helpt mensen vanaf 55 jaar met psychiatrische- of ernstige psychosociale klachten. Bijvoorbeeld:

- bij relatieproblemen of ernstige rouwverschijnselen,
- bij een psychiatrische aandoening (depressie),
- bij gedragsproblemen,
- bij behoefte aan nadere diagnostiek of second opinion bij (het vermoeden van) een psychiatrische aandoening of (beginnende) dementie en
- in crisissituaties.

Het cluster werkt nauw samen met verpleeg- en verzorgingshuizen, huisartsen en ziekenhuizen.

Op de afdeling Preventie zijn groepen actief om beter om te leren gaan met angst, rouw of depressie en organiseert Yulius voorlichtingsbijeenkomsten.

Informatie Yulius

De Gantel, tevens polikliniek,

van der Steenhovenplein 1, 3317 NM Dordrecht

Touwbaan, Touwbaan 1, 4205 AB Gorinchem

Algemeen ☎ 088 - 405 06 00

Yulius (voorheen RMPI De Grote Rivieren)

Thuiszorg (overdag, 's avonds en in het weekend)

Voor iedereen die zo lang mogelijk in de eigen omgeving wil blijven wonen . Thuiszorg biedt hulp als u:

- ziek of gehandicapt bent en huishoudelijke hulp en/of verzorging of verpleging nodig heeft;
- niet (volledig) in staat bent uw zieke of gehandicapte partner of gezinslid te verzorgen;
- uit het ziekenhuis bent ontslagen en (nog) hulp nodig heeft ;
- een aantal huishoudelijke en/of verzorgende taken niet (meer) zelfstandig kunt uitvoeren;
- een chronische aandoening heeft waardoor u langdurig huishoudelijke en/of persoonlijke verzorging nodig heeft.

Kosten

U betaalt een eigen bijdrage per uur. De hoogte is afhankelijk van uw inkomen en leeftijd. Het Centraal Administratie Kantoor (CAK) int het bedrag. Ook met een Persoonsgebonden Budget (PGB) kunt u thuiszorg aanvragen.

Informatie thuiszorg

Aafje, IJsselmeer 30, 3332 EX Zwijndrecht, [I] www.aafje.nl

Aafje Zorglijn ☎ 0900-8664 (€ 0,10 pm, 24 uur per dag)

Internos, Westelijke Parallelweg 50, 3331 EW Zwijndrecht

Internos Zorglijn ☎ 648 38 38 [I] www.internosthuiszorg.nl

Rivas Zorg Thuis, Rotterdamseweg 37B, 3332 AC Zwijndrecht

Rivas Zorglijn ☎ 0900-8440 (lokaal tarief) [E] zorglijn@rivas.nl

[I] www.rivas.nl

Tijdelijk naar een zorginstelling

Voor ouderen die tijdelijk niet op zichzelf kunnen wonen. Hierbij kan gedacht worden aan:

- ziekte of ongeval waarbij geen reden bestaat tot een ziekenhuisopname maar waarbij hulp aan huis ontoereikend is of
- het tijdelijk uitvallen van de partner en/of mantelzorg door bijvoorbeeld vakantie of ziekte.

Kosten

U betaalt een inkomensafhankelijke eigen bijdrage via de AWBZ. Het Centraal Administratie Kantoor (CAK) int de bijdrage. U heeft een indicatie nodig van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) voor 'Verblijf Tijdelijk'. U kunt hier, afhankelijk van de duur van uw indicatie, drie tot maximaal zes weken gebruik van maken.

Informatie verzorgingshuis tijdelijk

Nebo, Hoofdland 1, 3332 RD Zwijndrecht, ☎ 612 42 88

Swinhove Groep, Plantageweg 3, 3333 GZ Zwijndrecht

☎ 625 55 00, ☎ 06 - 143 04 559 (direct zorg regelen)

[E] info@swinhovegroep.nl, [I] www.swinhovegroep.nl

locaties Swinhove Groep:

- Swinhove, Plantageweg 3, ☎ 625 55 00
- De Lindonk, Rotterdamseweg 137b, ☎ 619 97 00
- De Ijsvogel, Ijsvogelplein 300, ☎ 625 60 40
- De Lichtkring, De Kring 11, ☎ 612 84 50

Verzorgd wonen

Voor mensen die zorg en ondersteuning nodig hebben die niet altijd vooraf te plannen is.

Zorg en ondersteuning bij Verzorgd Wonen:

- huishoudelijke zorg, persoonlijke zorg, verpleging en begeleiding,
- onplanbare zorg, 24 uur per dag via een alarmeringssysteem met spreek-luisterverbinding,
- een activiteitenprogramma en eventueel dinerservice waarbij we rekening houden met de bewonerswensen.

Gebruikers wonen zelfstandig in een koop- of huurwoning in één van de complexen Het Anker, Duivenvoorde, De Lus, De Kring, De Plantage, Pruylenborg, De Cirkels of Zonnestein/Eemstein.

Kosten

Om zorgvergoeding te krijgen hebt u een indicatie nodig voor AWBZ-zorg en voor huishoudelijke zorg. Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) verstrekt de indicatie voor AWBZ-zorg, de gemeente voor huishoudelijke zorg. Het CIZ wijst u de zorg toe. Per uur betaalt u een eigen bijdrage. Ook met een Persoonsgebonden Budget (PGB) kunt u hiervan gebruik maken.

Informatie Verzorgd Wonen Swinhove Groep

Plantageweg 3, 3333 GZ Zwijndrecht, ☎ 625 55 17 / 625 55 35

[E] info@swinhovegroep.nl [I] www.swinhovegroep.nl

Direct zorg regelen ☎ 06 - 143 04 559

Woonzorgcentra - verzorgingshuizen

Voor ouderen die niet meer zelfstandig kunnen wonen. Ze kunnen er gebruik maken van (huishoudelijke) zorg, verpleging en hulp bij handelingen die ze zelf niet meer goed kunnen uitvoeren zoals bijvoorbeeld wassen, aankleden en boodschappen doen. In een woonzorgcentrum zijn ook gemeenschappelijke voorzieningen zoals een restaurant en activiteiten.

U heeft een indicatie voor langdurig verblijf nodig. Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) beoordeelt of u recht hebt op zorg.

Kosten

Verblijf en behandeling worden vergoed uit de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten (AWBZ). U betaalt een eigen bijdrage. De hoogte ervan is afhankelijk van uw inkomen, burgerlijke staat en hoeveelheid zorg waarvoor u een indicatie hebt.

Informatie woonzorgcentra - verzorgingshuizen Zwijndrecht

Nebo, Hoofdland 1, 3332 RD Zwijndrecht, ☎ 612 42 88

Swinhove Groep, Plantageweg 3, 3333 GZ Zwijndrecht

☎ 625 55 00, ☎ 06 - 143 04 559 (direct zorg regelen)

[E] info@swinhovegroep.nl, [I] www.swinhovegroep.nl

locaties Swinhove Groep:

- Swinhove, Plantageweg 3, ☎ 625 55 00
- Lindonk, Rotterdamseweg 137b, ☎ 619 97 00
- IJsvogel, IJsvogelplein 300, ☎ 625 60 40
- Lichtkring, De Kring 11, ☎ 612 84 50

De Seniorenwijzer is een uitgave van

Stichting Welzijn Ouderen Zwijndrecht (SWOZ)

Norderstedtplein 14, Zwijndrecht,

☎ 620 60 60, [E] info@swoz.com

[I] www.swoz.com

Ontwerp en vormgeving omslag

Eyedesign BNO, [I] www.eyedesignbno.com

Tekstredactie en ontwerp binnenzijde

TEKSTUEELpuntinfo, [I] www.tekstueel.info

**Met dank aan de organisaties
voor de inhoudelijke informatie**