

WEGWIJZER VOOR SENIOREN IN CULEMBORG

WIE, WAT, WAAR





WEGWIJZER VOOR SENIOREN IN CULEMBORG

In deze wegwijzer geven we u tips en adviezen die nodig kunnen zijn bij het ouder worden.

Wij gaan ervan uit dat alles rondom het pensioen goed is geregeld. Dat er veel vrije tijd is of binnenkort komt en u kunt doen wat u prettig vindt om te doen.

Maar, zoals het gezegde is: "Elke nieuwe dag is het begin van de rest van het leven". Bij het ouder worden kunnen er zaken op uw pad komen, die het dagelijks leven ontwrichten. Het kan zijn dat er assistentie nodig is om langer thuis te kunnen blijven wonen. Of er komen beperkingen, die goed functioneren in de weg staan. U komt dan met instanties in aanraking, waar u nooit eerder mee te maken hebt gehad. In Culemborg zijn er veel organisaties die u kunnen informeren en bij (zorg)taken kunnen ondersteunen. Samen kunnen jullie naar oplossingen zoeken en zo worden uw zorgen verlicht.

Met deze wegwijzer laten we u kennismaken met de mogelijkheden die u ten dienste kunnen staan. Wij willen wel aanraden deze informatie alleen als wegwijzer te gebruiken en zelf op pad te gaan om deze informatie te verifiëren, want de tijd staat niet stil en alles is aan verandering onderhevig.

Namens ElkWelzijn en Stichting Senioren Collectief
Culemborg,

Dorine Ottevanger en Hennie Smidt

INHOUD

	1. WIE, WAT, WAAR MOET IK NAARTOE ALS...?	7
	1.1 Sociaal wijkteam	8
	1.2 Ouderenondersteuning	8
	1.2.1 ElkWelzijn	8
	1.2.2 Ouderenadviseurs van de ouderenbonden	9
	1.3 Steunpunt mantelzorg Culemborg	9
	1.4 Website - Culemborg kan meer	9
	1.5 Buurtbemiddeling	9
	2. GEZONDHEID	10
	2.1 Als elke seconde telt	11
	2.2 De huisarts	11
	2.3 Huisartsenpost/Regioapothek Rivierenland	12
	2.4 De tandarts	13
	2.5 Barbara polikliniek	13
	2.6 Spreekuur begeleiding voor alleenstaanden	14
	3. ZORG	15
	3.1 Aanschaf, huur of tijdelijke leen van hulpmiddelen	16
	3.2 Hulpmiddelen en hulp in de huishouding (Wmo)	16
	3.3 Thuiszorg op maat: persoonlijke verzorging	17
	3.4 Assistentie bij klussen in en om het huis	17
	3.4.1 Team van de Buurt	18
	3.4.2 De Dienstfabriek	18
	3.4.3 Culemborgers helpen elkaar	18
	3.4.4 Samen tuinieren	18
	3.5 Mentorschap	18
	4. DAGOPVANG/RESPIJTHULP/WONEN MET ZORG	20
	4.1 Boogh - opvang voor mensen met een hersenletsel	21
	4.2 Bij de dijk - dagbesteding	21
	4.3 Odensehuis- ontmoetingshuis voor mensen met geheugenklachten en hun naasten	22
	4.4 Zorgcentra de Betuwe - dagopvang met zorg/ revalidatie	22
	4.5 Verpleeghuiszorg – permanente zorg	22
	4.6 Wonen in een beschermde/gepaste omgeving	23

4.7 Palliatieve zorg/terminale zorg	24
4.7.1 Terminale thuiszorg	24
4.7.2 Het Bijna-thuis-huis Hospice Nocturne	24

	5. "DE LAATSTE WIL"- PREVENTIEVE MAATREGELEN	25
	5.1 Het levenstestament	26
	5.2 Het testament	26
	5.3 Regelmatige controle van de testamenten	27
	5.4 Maatregelen ten aanzien van onverwachte omstandigheden	27
	5.5 Kosten van een uitvaart	28
	5.6 Actuele adressenlijst	28

	6. ONTMOETING/EEN LUISTEREND OOR	29
	6.1 Centrum voor levensvragen	30
	6.2 De Zonnebloem - vrijwilliger op bezoek aan huis	30
	6.3 Culemborg Herstelt - kopje koffie met psychische ervaring	31
	6.4 Laagdrempelige ontmoetingsplekken in Culemborg	31
	6.5 Luisterlijnen	31

	7. VERVOER	32
	7.1 Eigen auto	33
	7.2 Rijbewijskeuringen	33
	7.3 Mag iemand anders achter het stuur van mijn auto?	34
	7.4 Invalide parkeerkaart	34
	7.5 Vervoer op maat	35
	7.5.1 Klaartje - vervoer in Culemborg	35
	7.5.2 De Flatexpress – vervoer in Culemborg	35
	7.5.3 Klaartje - vervoer naar ziekenhuizen in de regio	36
	7.5.4 Versis – regiotaxi	36
	7.5.5 Valys - vervoer buiten de regio	37
	7.5.6 Uitleenpunt rolstoelen	37
	7.5.7 Huur van een rolstoelbus	37
	7.5.8 Openbaar vervoer	37

	8. VEILIGHEID	38
	8.1 De telefooncirkel	39
	8.2 Personen alarmeringssysteem	39

8.3 Eerste hulp bij een noodsituatie	40
8.4 Voorzorgsmaatregelen m.b.t. speedopname	40
8.5 Lichamelijke of psychische mishandeling	40

€ **9. ADMINISTRATIEVE EN FINANCIËLE ONDERSTEUNING**

9.1 Formulierenbrigade/toeslagen service punt	42
9.2 Belastingservice van ouderen organisaties	43
9.2.1 Anbo	43
9.2.2 Belastingservice kbo-pcob – senioren collectief Culemborg	43
9.3 Aanvragen bijzondere bijstand bij laag inkomen	44
9.4 Schuldhulpverlening	44
9.5 Schuldhulpmaatje	45
9.6 Beschermingsbewind	45

💻 **10. DIGITALE ONDERSTEUNING/COMPUTERHULP**

10.1 Het leerhuis - computerhulp/digitale ondersteuning	46
10.2 Bibliotheek – inloop	47
10.3 Bolderburen en bonvie – inloop	47

🏠 **11. HUISDIEREN**

11.1 Spoedeisende hulp	48
11.2 Quidem carus – financiële ondersteuning bij hoge dierenartskosten	49
11.3 Uitlaatmogelijkheden voor de hond	49

12. VERWIJZINGEN

12.1 Legenda gebruikte afkortingen	51
12.1 Lijst telefoonnummers	52



**1. WIE, WAT, WAAR
MOET IK NAAR TOE
ALS...?**



Soms is het moeilijk de juiste adressen of organisaties te vinden die kunnen helpen met vragen of bij het zoeken van ondersteuning. In Culemborg zijn er verschillende mogelijkheden en instanties die daarbij kunnen assisteren.

1.1 SOCIAAL WIJKTEAM

Het Sociaal Wijkteam is er voor alle inwoners van Culemborg. Het is een aanspreekpunt voor vragen, zorgen, ideeën, ondersteuning, wonen, eenzaamheid, financiële of administratieve problemen. Het team bestaat uit professionals uit het Welzijnswerk en Zorg. Samen met u zoeken zij naar antwoorden of praktische oplossingen bij problemen. Ieder teamlid heeft een eigen specialiteit. Kan het betreffende teamlid niet de vraag of probleem oplossen, dan wordt er overlegd of doorverwezen naar een andere instantie of organisatie. In het wijkcentrum De Salaamander aan de Heimanslaan 2 en het Wijksteunpunt BonVie aan de Admiraalvlinderlaan 1 vindt wekelijks een spreekuur plaats. Maak daarvoor een afspraak. Het Sociaal Wijkteam is bereikbaar via telefoonnummer 088-001 77 55 (elke werkdag van 9.30 -12.30 uur) of e-mail: sociaalwijkteam@swtculemborg.nl.

Het Sociaal Wijkteam gaat per 1 september 2022 Sociaal Team heten. De nieuwe contactgegevens vindt u dan op www.elkwelzijn.nl

1.2 OUDERENONDERSTEUNING

1.2.1 ElkWelzijn

De wijkcoaches met aandachtsgebied ouderen ondersteunen u graag bij alle mogelijke vragen over ouder worden. Denk daarbij aan langer thuis blijven wonen, vervoer, eenzaamheid of financiën. Ze kijken altijd hoe ze u het beste kunnen helpen, vanuit uw situatie. Waar nodig verwijzen ze door, ze zijn goed op de hoogte van de sociale kaart van de stad. De wijkcoach kan eventueel ook optreden als vertrouwenspersoon. Een afspraak maken? De wijkcoach komt meestal bij u thuis: 0345-51 52 27 of info@elkwelzijn.nl. Website: www.elkwelzijn.nl

1.2.2 Ouderenadviseurs van de ouderenbonden

De ouderenbonden KBO-PCOB en ANBO hebben vrijwillige ouderenadviseurs die mensen helpen de weg te vinden bij een hulpvraag op het gebied van zorg, welzijn of veiligheid, financiën en vervoer. Telefoonnummers en contactadressen staan in de nieuwsbrieven of ledenbladen van deze organisaties.

1.3 STEUNPUNT MANTELZORG CULEMBORG

Zorgen voor iemand die ziek of beperkt is hoort bij het leven. Als de zorg lang duurt en veel tijd in beslag neemt is het mantelzorg. U kunt dan voor vragen of situaties komen te staan waarvan u niet weet hoe u hier antwoord op kunt krijgen. Weet dan dat u er niet alleen voor staat. De mantelzorgconsulente van ElkWelzijn kijkt graag mee welke hulp er nodig is om zorg te kunnen blijven geven. Benieuwd wat het Steunpunt Mantelzorg voor u kan betekenen? Neem dan contact op: 0345-51 52 27 of info@elkwelzijn.nl

1.4 WEBSITE - CULEMBORG KAN MEER

Heeft u een vraag over gezondheid, wilt u tips over rondkomen of iets weten over de Wmo (Wet Maatschappelijk Ondersteuning) en welke organisaties er zijn ter assistentie bij het ouder worden? Raadpleeg dan de website van de gemeente Culemborg: www.culemborgkanmeer.nl. Informatie over actuele openingstijden van het Stadskantoor, Wmo-loket en Formulierenbrigade, kijk dan in Het Kontakt/Culemborgse Courant of op www.culemborg.nl

1.5 BUURTBEMIDDELING

Buurtbemiddeling helpt burens om conflicten en overlastsituaties op te lossen. Getrainde vrijwillige bemiddelaars luisteren naar het verhaal van beide partijen en proberen de betrokkenen met elkaar in gesprek te brengen. Ze geven geen oordeel en zijn neutraal. Buurtbemiddeling is gratis en is er voor iedereen die met zijn burens op betere voet verder wil. Dit project is een gezamenlijk initiatief van ElkWelzijn, Kleurrijk Wonen en Gemeente Culemborg : 0345-22 50 00 of buurtbemiddeling@elkwelzijn.nl



2.1 ALS ELKE SECONDE TELT

Bel 112 bij levensbedreigende situaties. Het is het alarmnummer voor de ambulance, brandweer en politie. Dit nummer kunt u ook op de mobiele telefoon bellen als het toetsenbord is geblokkeerd. Hiervoor is de speciale Noodknop op het toetsenbord. Ook kunt u bellen als het beltegoed op is.

2.2 DE HUISARTS

Is er geen direct levensgevaar, maar wel spoed vereist, bel dan met het spoednummer van uw eigen huisarts. Het is zinvol om het telefoonnummer van de huisarts in uw eigen telefoon op te slaan, alsmede het nummer van de Huisartsenpost in Tiel. De huisartsenpraktijken in Culemborg zijn op werkdagen van 8.00 uur tot 17.00 uur bereikbaar, daarna moet u de Huisartsenpost (HAP) bellen (zie 2.3).

De huisarts is de eerste contactpersoon voor lichamelijke en psychische klachten. De artsen hebben van de zorgverzekeraars circa 10 minuten per consult toebedeeld gekregen. Verwacht u dat het bezoek langer dan 10 minuten gaat duren, overleg dan met de assistente en vraag een dubbele afspraak aan. De huisarts heeft diverse praktijkondersteuners. Praktijkondersteuners (POH'ers) zijn er voor kwetsbare ouderen en de begeleiding van patiënten die lijden aan chronische ziekten, zoals suikerziekte, astma, COPD, hart- en vaatziekten en psychische problemen. Zij zijn speciaal opgeleid en bieden zelfstandige zorg in overleg met en onder supervisie van de huisarts.

Heeft u twijfels over de gestelde diagnose of voorgestelde therapie, dan heeft u het recht om een tweede mening van een andere arts aan te vragen. Bespreek met de behandelend arts dat dit gewenst is en vraag een second opinion aan. Voor een **second opinion** is een verwijzing van de behandelend arts nodig. De meeste verzekeraars vergoeden dit consult dan. De arts moet aan het verwijzingsverzoek voldoen, behalve als daartegen zwaarwegende argumenten zijn. Die

moet hij dan onderbouwd kenbaar maken.

Het is sowieso aan te raden om bij een doorverwijzing of aangeboden therapie na te gaan of de zorgverzekering de kosten dekt. Elke maatschappij heeft zijn eigen polisvoorwaarden. Soms vergoeden zij bepaalde behandelingskosten of een doorverwijzing naar een bepaald ziekenhuis, waar zij geen contract mee hebben afgesloten, niet. Later worden er dan soms hoge kosten bij de patiënt in rekening gebracht, die geheel conform de polisvoorwaarden, niet worden vergoed.

2.3 HUISARTSENPOST (HAP)/ REGIOAPOTHEEK RIVIERENLAND

De huisartsenpraktijken in Culemborg zijn elke werkdag geopend van 8.00 uur tot 17.00 uur, daarna wordt doorverwezen naar de Huisartsenpost in het ziekenhuis Rivierenland te Tiel. De post in Tiel is dagelijks van 's avonds 17.00 uur tot 's morgens 8.00 uur bereikbaar. Gedurende het weekend en op feestdagen de gehele nacht en dag. U moet zich altijd eerst telefonisch aanmelden via telefoonnummer: 0900-706 05 04. De receptionist/medisch assistente gaat na of er een arts aan huis moet komen of dat een afspraak wordt gemaakt op de Huisartsenpost in ziekenhuis Rivierenland aan de Kennedylaan te Tiel. Ook de Regioapotheek Rivierenland is gevestigd in het ziekenhuis Rivierenland, telefoonnummer: 0900-600 66 66.

Mocht het zijn dat u in de avonduren of misschien 's nachts absoluut zelf geen vervoer kunt regelen om naar de Huisartsenpost of Regioapotheek Rivierenland in Tiel toe te gaan, dan zorgt de medewerker van deze post voor het bestellen van een taxi bij taxibedrijf Voet. Dit is ook het geval als er medicijnen bij de Regioapotheek Rivierenland in Tiel moeten worden opgehaald en er in de eigen omgeving niemand is die ze kan ophalen. De Gemeente Culemborg subsidieert deze voorziening.

2.4 DE TANDARTS

Een goede zorg van het gebit is onontbeerlijk en kan bij slecht onderhoud ook consequenties hebben voor de gezondheid. De tandartspraktijken in Culemborg zijn dagelijks open van 8.30 uur tot 16.30 of 17.00 uur. In een noodsituatie of bloeding na een behandeling wordt na sluitingstijd van de praktijk via de voicemail gemeld welk telefoonnummer u kunt bellen voor overleg of consult. Het kan zijn dat, naast de reguliere controle door de tandarts, een behandeling of nader onderzoek wordt voorgesteld. Vraag sowieso na wat de alternatieven zijn voor de voorgestelde behandeling of correcties. Gebruikelijk is dat de arts een offerte geeft van de te verwachte kosten. Als er een tandartsverzekering is, ga dan na wat de zorgverzekeraar van de kosten vergoedt en wat de eigen kosten zijn. Het is ook mogelijk om een andere tandarts te raadplegen en ook daar om een offerte te vragen. Wil je weten of de offerte conform de landelijke norm is, kijk dan op de website: www.vergelijkmondzorg.nl

2.5 BARBARA POLIKLINIEK

De Barbara polikliniek aan de Elisabethdreef 4 is onderdeel van het ziekenhuis Rivierenland te Tiel. In Culemborg is er de prikpoli, specialisten spreekuur en kunnen kleine onderzoeken of behandelingen worden gedaan. Het is ook mogelijk om hier bloedprikken of urine-afgifte te doen, welke geïndiceerd zijn door bijvoorbeeld het Antonius ziekenhuis te Nieuwegein. Overleg dan met de behandelend arts of ook in Culemborg het bloed- of urineonderzoek kan plaatsvinden.

Hetzelfde geldt voor bezoek aan specialisten uit het ziekenhuis Rivierenland. De meeste specialisten van dit ziekenhuis houden ook in Culemborg spreekuur. Vraag bij het maken van een afspraak of het in Culemborg kan. Dit kan veel extra reistijd en kosten besparen. De artsen en/of assistenten denken er niet altijd aan dat er voor Culemborgers ook een mogelijkheid in Culemborg op de Barbara polikliniek is. Afspraken voor bloedprikken moet u online maken. Bent u

niet digitaal onderlegd, dan kunt u bellen voor een afspraak via telefoonnummer: 0344-67 47 44. (let op: alleen voor diegenen, die geen mogelijkheid hebben om online een afspraak te maken).

2.6 SPREEKUUR BEGELEIDING VOOR ALLEENSTAANDEN

Het is aan te raden om bij het bezoek aan een specialist of ziekenhuis niet alleen te gaan. "Twee horen er meer dan één." Zeker bij het bezoek aan een specialist is het zinvol om samen te gaan in verband met vragen en uitleg. Is er absoluut niemand in de omgeving om mee te gaan, dan is het soms mogelijk om via ElkWelzijn een vrijwilliger aan te vragen die dan mee kan gaan. Het kan zijn om te begeleiden naar en in het ziekenhuis, maar op verzoek en met toestemming van betrokkene, kan ook worden meegegaan tot in de spreekkamer van de arts. Voor informatie en vragen bel of stuur een e-mail naar ElkWelzijn: 0345-51 52 27 of info@elkwelzijn.nl



3. ZORG



3.1 AANSCHAF, HUUR OF TIJDELIJKE LEEN VAN HULPMIDDELEN

Bij Vegro Zorgwinkel kunt u hulpmiddelen kopen, huren of lenen die tijdelijk nodig zijn, bijvoorbeeld in een revalidatieperiode. Vraag naar de voorwaarden bij huur of leen en of de kosten door uw zorgverzekeraar worden vergoed. Bij de Gamma is er een assortiment van onder andere douchestoeltjes/krukjes, verhoogde wc-brillen, antislipstickers en rollators te koop. Ook op internet worden heel wat hulpmiddelen aangeboden. Heeft u het hulpmiddel voor langere tijd of structureel nodig, dan is het aan te raden om na te gaan of zelf kopen voordeliger is. Ook kunt u eventueel een aanvraag doen bij de Wmo (Wet Maatschappelijke Ondersteuning). De eigen bijdrage van het verkregen hulpmiddel via de Wmo kan in bepaalde gevallen een maandelijks terugkerende kostenpost zijn. Zie 3.2.

Vegro Zorgwinkel is gevestigd aan de Markt 52, telefoonnummer 0900-288 77 66.

3.2 HULPMIDDELEN EN HULP IN DE HUISHOUDING (WMO)

Doordat de gemeente de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo) uitvoert, is het mogelijk om individuele voorzieningen aan te vragen voor rolstoelen of andere verplaatsmiddelen, woonvoorzieningen, traplift, hulp bij het huishouden en vervoersvoorzieningen. De Wmo aanvragen of inlichtingen: 0345-47 77 00 en vraag naar het Wmo-loket of bezoek het Wmo loket aan de Ridderstraat 250 in het Stadskantoor. Voor actuele openingstijden zie het Kontakt/Culemborgse Courant of www.culemborg.nl.

De gemeente biedt de keuze tussen hulp in nature of Persoons Gebonden Budget (PGB). Bij PGB kunt u bijvoorbeeld zelf huishoudelijke zorg inkopen. U moet dan wel jaarlijks uitgebreide financiële administratie overleggen

en verantwoording afleggen van de uitgegeven gelden. Om in aanmerking te komen voor een Wmo-voorziening is een indicatiestelling nodig. Een medewerker van de gemeente zal, in overleg met de aanvrager, de behoefte aan hulp vaststellen en de daarvoor benodigde ondersteuning in kaart brengen. Bij toekenning van de aangevraagde steun, wordt bekeken of u een eigen bijdrage moet betalen. Deze bijdrage is afhankelijk van het inkomen en eventueel vermogen. De eigen bijdrage is rond de €20,00 per huishouden. Bij een inkomen rond het minimum kan dit worden kwijtgescholden. De eigen bijdrage wordt berekend en geïnd door het Centraal Administratie Kantoor (CAK), website: www.cak.nl.

3.3 THUISZORG OP MAAT: PERSOONLIJKE VERZORGING

Heeft u dagelijkse verzorging nodig zoals aankleden, wassen, hulp bij het eten of andere verpleegkundige handelingen? Dan kunt u assistentie aanvragen voor thuiszorg persoonlijke ondersteuning. De Zorgverzekeringswet (Zvw) vergoedt de kosten voor de persoonlijke verzorging. Om in aanmerking te komen voor hulpverlening en het vergoeden van de kosten is een indicatiestelling nodig door een wijkverpleegkundige. Thuiszorgorganisaties in Culemborg die deze hulp verlenen zijn:

- Avantizorg, tel. 085-888 16 35
- Betuwezorg, tel. 088-800 99 99
- Curadomi Thuiszorg, tel. 0345-70 40 02
- De Betuwe Thuiszorg, tel. 0800-773 34 44
- Santépartners/STMR, tel. 0900-84 33

3.4 ASSISTENTIE BIJ KLUSSEN IN EN OM HET HUIS

Als u ouder wordt zijn sommige klusjes in en om het huis te zwaar of onmogelijk. Er zijn verschillende instanties die soms uitkomst kunnen bieden.

3.4.1 Team van de Buurt

Samen met het Regionaal Opleidingen Centrum (ROC) in Tiel en Zorgcentra De Betuwe doen vrijwilligers kleine huishoudelijke klusjes, boodschappen enzovoort voor senioren die zowel thuis als intern wonen. De vrijwilligers worden gecoördineerd door Zorgcentra De Betuwe.

Informatie: 0800-773 34 44 of teamvdbuurtculemborg@stzdb.nl. Website: www.teamvandebuurt.nl.

3.4.2 De Dienstfabriek

De dienstfabriek regelt de juiste aanbieder bij een hulp- of klusvraag. Ze bemiddelen tussen de aanvrager en de aanbieder. Bij De Dienstfabriek kunt u terecht voor schilderen, behangen, tuinonderhoud, opruiming van zolder of schuur- en timmerklussen. De aanbieders zijn gepensioneerd of zelfstandig. Als de klus is geklaard, rekent u met de uitvoerder zelf af. Informeer naar de mogelijkheden en prijzen: 06-51 99 90 90 of de dienstfabriek@olgaellerman.nl.

Website: www.olgaellerman.nl

3.4.3 Culemborgers Helpen Elkaar

Als u hulp nodig heeft, dan kunt u contact maken met stadsgenoten die hun hulp aanbieden. Hulpvragen kunnen variëren van regelmatig even bellen met elkaar, boodschappen doen, de hond uitlaten, grasmaaien enzovoorts.

Contact: culemborgershelpenelkaar@gmail.com.

Website: www.culemborgershelpenelkaar.nl

3.4.4 Samen Tuinieren

Vrijwilligers kunnen helpen bij het opknappen van de tuin als dat door omstandigheden zelf niet meer lukt. Te denken valt aan snoeien, onkruid wieden en de heg knippen. Op dinsdag en vrijdag van 10 tot 12 uur. Neem contact op met Carlo de Waal, ElkWelzijn: 06-22 15 17 90 of cdewaal@elkwelzijn.nl

3.5 MENTORSCHAP

Bent u door omstandigheden minder goed in staat uw belangen te behartigen op het gebied van verzorging,

verpleging, behandeling of begeleiding? Bijvoorbeeld door Alzheimer/dementie, een verstandelijke beperking, hersenletsel of psychiatrische problemen? Wordt het sociaal netwerk waar u op terug kunt vallen ook kleiner? Of wilt u mensen uit de omgeving niet altijd lastig vallen met uw vragen? Dan kunt u gebruik maken van mentorschap. Dit is een wettelijke maatregel die door de kantonrechter wordt ingesteld.

U zult zoveel als mogelijk betrokken worden bij het nemen van beslissingen zolang u daartoe in staat bent. Een mentor komt op voor uw belangen waarbij hij rekening houdt met uw levensovertuiging, culturele achtergrond en persoonlijke wensen. De mentor ondersteunt u bij het kiezen van de juiste woonvorm of -plek, denkt met u mee over de best passende zorg en houdt namens u toezicht op de juiste uitvoering van de zorg. Kortom, als u het zelf niet meer kunt kan een mentor namens u beslissen over alle zorgzaken. Mentorschap kan een aanvulling zijn op de bewindvoering (zie 9.6).

De kosten voor het mentorschap worden jaarlijks door de overheid vastgesteld. Als u een laag inkomen heeft dan komt u mogelijk in aanmerking voor een vergoeding van de kosten via de bijzondere bijstand. De mentor kan u hier meer over vertellen. Voor informatie kunt u terecht bij Advisom. Dit is een klein professioneel kantoor dat gespecialiseerd is in mentorschap, bewindvoering en PGB beheer met aandacht voor uw persoonlijke wensen: 06-43 86 30 71 of contact@advisom.nl Website: www.advisom.nl



4.DAGOPVANG/ RESPIJTHULP/WONEN MET ZORG



Dagopvang/dagbesteding biedt thuiswonende ouderen een prettige omgeving en een gevulde dag. Dagbesteding is bedoeld voor ouderen die vanwege hun lichamelijke of geestelijke gezondheid moeite hebben om zelf invulling te geven aan hun dag. Het biedt aan mantelzorgers een respijt moment om even tijd voor zichzelf te hebben. Er zijn in Culemborg verschillende mogelijkheden voor dagopvang/dagbesteding. Mogelijk wordt dagopvang/respijthulp betaald via de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo) of via de Wet Langdurige Zorg (Wlz). Soms is een eigen bijdrage nodig. Informeer bij de betreffende organisatie welke mogelijkheden er zijn.

4.1 BOOGH - OPVANG VOOR MENSEN MET EEN HERSENLETSEL

Boogh biedt behandeling, begeleiding en dagbesteding voor mensen met een hersenletsel. Zij helpen met re-integratie richting betaald- of vrijwilligerswerk. Samen wordt er in verschillende gradaties gewerkt en een persoonlijk programma opgesteld. Op maat, passend bij uw mogelijkheden met persoonlijke doelen. Het programma is gericht op een zo optimaal mogelijke participatie. Opvangadres: Huisartsenpraktijk De Weide, Constantijnlaan 2f te Culemborg: 085-401 47 95. Website: www.boogh.nl

4.2 BIJ DE DIJK - DAGBESTEDING

Een laagdrempelige dagopvang. In een huiselijke sfeer wordt er gezorgd voor zelfstandig wonende senioren met of zonder beperking. U moet een eigen bijdrage betalen. Adres: Oudaseweg 1 te Culemborg. Inlichtingen en aanmelding: 06-87 92 29 00.

4.3 ODENSEHUIS - ontmoetingshuis voor mensen met geheugenklachten en hun naasten

Het Odensehuis is een laagdrempelig ontmoetingshuis voor thuiswonende mensen met dementie en hun naasten. Het biedt ruimte voor ontmoeting, informatie, activiteiten en ontspanning. Speciaal voor iedereen die te maken heeft met geheugenklachten of beginnende dementie én voor hun partners, familie en vrienden. Er is hiervoor geen indicatie nodig.

Contact: 06-50 59 33 33 of info@odensehuisculemborg.nl.
Website: www.odensehuisculemborg.nl

4.4 ZORGCENTRA DE BETUWE - DAGOPVANG MET ZORG/REVALIDATIE

Woont u thuis en heeft u een goede invulling van de dag nodig? Zorgcentra De Betuwe biedt dagbesteding met zorg. Hierbij bent u één of meer dagen per week te gast en komt in een groep bij elkaar. Samen onderneemt u activiteiten, zoals koken of geheugentraining. Dagbesteding is ook bedoeld om de mantelzorger te ontlasten. Er is een indicatie nodig, die kunt u aanvragen bij het Wmo-loket van de gemeente (zie 3.2).

Het kan zijn dat door omstandigheden thuisverzorging tijdelijk niet mogelijk is, bijvoorbeeld na een ziekenhuisopname. Opname op de revalidatieafdeling van Zorgcentra De Betuwe – Beatrixverpleeghuis behoort dan tot de mogelijkheden. Inlichtingen bij klantenservice van Zorgcentra De Betuwe: 0800-773 34 44. Website: www.zorgcentradebetuwe.nl

4.5 VERPLEEGHUISZORG – PERMANENTE ZORG

Soms gaat tijdelijke opname over in een permanente opname. Bijvoorbeeld als diegene niet meer alleen kan zijn of als er extra zorg of toezicht (24 uur) nodig is die thuis niet kan

worden gegeven. Dan komt beschermd wonen met zorg in aanmerking. Is betrokkene geheel afhankelijk van zorg dan wordt verpleeghuiszorg geïndiceerd. Verpleeghuiszorg wordt betaald uit de Wet Langdurige Zorg (Wlz). U betaalt voor Wlz in een verpleeghuis een eigen bijdrage aan het Centraal Administratie Kantoor (CAK). Dit geldt ook voor een voorziening als het Persoons Gebonden Budget en verpleeghuiszorg thuis. Het CAK berekent hoeveel u moet betalen aan de hand van inkomen en vermogen. Voor verpleeghuiszorg is een indicatie nodig. Dit kunt u via de huisarts of wijkverpleegkundige aanvragen bij het Centrum voor Indicatiestelling Zorg (CIZ).

Verpleeghuislocaties in Culemborg:

Santépartners/STMR: De Elisabethhof kleinschalige woonvorm voor mensen met dementie. Telefoonnummer: 0900-84 33, website: www.stmr.nl

Zorgcentra De Betuwe met 4 locaties: Beatrix Verpleeghuis, Troelstrahof, De Betuwehoeve en Kulenburg: 0800-773 34 44 of info@stzdb.nl. Website: www.zorgcentradebetuwe.nl

4.6. WONEN IN EEN BESCHERMDE/ GEPASTE OMGEVING

Aanleunwoningen of woon(zorg)locaties zijn gekoppeld aan de zorginstellingen Zorgcentra De Betuwe en Santépartners/STMR in Culemborg. De aanleunwoningen bij de Kulenburg, Achter de Raaf en Isabelle in de wijk Parijsch zijn levensloopbestendige huurappartementen voor mensen die zorg nodig hebben. Deze woningen worden verhuurd door Kleurrijk Wonen, u moet hiervoor huur betalen. De zorgkosten worden beoordeeld conform de geldende standaardregels bij thuiszorg en zijn gebaseerd op zorgzwaarte. Voor informatie zie de telefoonnummers bij de bovenstaande verpleeghuislocaties (zie 4.5).

4.7 PALLIATIEVE ZORG/TERMINALE ZORG

Wanneer genezing niet meer mogelijk is en er geen kans meer is op herstel, kunt u gebruikmaken van palliatieve zorg (zorg om lijden te voorkomen). In een situatie waar het levenseinde binnen 3 maanden wordt verwacht spreekt men over terminale zorg.

4.7.1 Terminale thuiszorg

Vrijwilligers van de terminale thuiszorg zijn speciaal opgeleid om in de terminale fase te ondersteunen. Zij kunnen een helpende hand bieden, zodat er even respijt is voor de familie en naasten. Er is geen indicatiestelling nodig. De hulp thuis kost niets. Is het niet meer mogelijk om terminale zorg thuis te verlenen, dan is opname in een verpleeghuis mogelijk. Ook opname in een Hospice behoort tot de mogelijkheden. Informatie bij de coördinatoren van de Vrijwillige Palliatieve en Terminale Zorg (VPTZ): 06-29 48 22 33.

4.7.2 Het Bijna-thuis-huis Hospice Nocturne

Een Bijna-thuis-huis biedt terminale patiënten in hun laatste levensfase een verblijf met zorg in een warme, huiselijke omgeving. In Culemborg beschikt Hospice Nocturne over verschillende kamers, die in een huiselijke sfeer zijn ingericht. De gastheren/vrouwen zijn vrijwilligers en worden aangestuurd door 2 coördinatoren. Ze werken samen met uw eigen huisarts en de verpleegkundigen van de thuiszorgorganisatie. Er is een indicatiestelling nodig van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). De meeste zorgverzekeraars vergoeden het verblijf, maar er wordt wel altijd een eigen bijdrage per dag gevraagd. Verstandig is dit na te gaan, voordat er grote kosten in rekening worden gebracht. Contact en informatie bij de coördinatoren: 06-12 35 97 45 of 06-20 04 70 68. Hospice Nocturne: 0345-51 44 61. Website: www.vptzculemborg.nl

5. “DE LAATSTE WIL” - PREVENTIEVE MAATREGELEN



Het opmaken van een testament is nodig om materiële zaken goed geregeld te hebben na het overlijden. Het is ook aan te raden om na te denken over de laatste levensfase en/of het niet meer zelf kunnen beslissen bij het ontstaan van een wilsonbekwaamheid. Het is belangrijk om dit vroegtijdig met naasten en huisarts te bespreken. Het kan nuttig zijn om een schriftelijke verklaring (levenstestament) op te stellen en door de notaris vast te laten leggen. U kunt dan aangeven wie er beslissingen mag nemen en volgens de vastgelegde wensen mag handelen als de situatie daarom vraagt.

5.1 HET LEVENSTESTAMENT

In het Levenstestament kunt u aangeven op welke manier u de laatste dagen van het leven door wilt brengen. Wat wilt u als onverwachts de omstandigheden zo zijn dat u er zelf niet over kan beslissen of zelfs wilsonbekwaamheid ontstaat? Het is goed om over genoemde zaken na te denken en deze te bespreken met naasten en de huisarts. Bepaal dan samen wie er in rechte mag treden. Is de beslissing genomen en de te benoemen persoon is akkoord, maak dan een afspraak bij de notaris. Praat over de wensen en ga in overleg of het verstandig is om een levenstestament te laten maken. Heeft u besloten om zowel een testament als levenstestament te laten opmaken, vraag dan op voorhand ook naar de kosten. U kunt bij verschillende notariskantoren een offerte aanvragen.

5.2 HET TESTAMENT

In de wet is geregeld wat er met de nalatenschap gebeurt na overlijden. Als eerste erft de echtgenoot of de partner bij een geregistreerd partnerschap en de kinderen. Is een getrouwd kind overleden dan erven diens kinderen. Niet de aangetrouwden, alleen de "bloedlijn" is erfgenaam. Zijn er geen directe naaste familieleden dan wordt er gekeken of er ergens nog verre familie is die recht zou kunnen hebben op een gedeelte van de erfenis. Steeds wordt er dan verder gezocht naar familieverbanden. Daarom is het goed om een

testament te laten opstellen, zodat u zelf bepaalt waar uw bezittingen na het overlijden naartoe gaan.

In een testament kunt u ook vastleggen wie de nalatenschap gaat afwikkelen. Dit kan zeker nodig zijn als er geen kinderen zijn of zelfs meerdere kinderen. Bij meerdere kinderen kunt u één van de kinderen benoemen tot testamentair executeur, die dan namens alle kinderen de taken ter afwikkeling op zich neemt. Voor de goede orde zij vermeld dat de testamentair executeur de uren van afwikkeling als kosten mag verrekenen. Zelfs het benoemen van bijzonderheden in het testament is mogelijk. Bijvoorbeeld: Wat moet er met een huisdier gebeuren, met bepaalde onderdelen van de inboedel of andere zaken die voor het overlijden naar eigen wens geregeld moeten zijn.

5.3 REGELMATIGE CONTROLE VAN DE TESTAMENTEN

Het is zinvol om de notariële testamenten elke twee jaar nog eens goed door te lezen op de daarin vastgelegde feiten of wensen. Sowieso is het goed om het te doen als er veranderingen in familieverband zijn ontstaan. Een vastgelegd testament kan soms tot onaangename verrassingen leiden bij het openbaar maken, omdat er omstandigheden kunnen veranderen en achterhaald kunnen zijn. Ook hierover kan de notaris bij het vastleggen van het testament advies geven. Notariskantoor in Culemborg: Trium notarissen: 0345-54 77 66. Website: www.trium.nl

5.4 MAATREGELEN TEN AANZIEN VAN ONVERWACHTE OMSTANDIGHEDEN

Naast het regelen van een testament is het ook goed om een aantal zaken op voorhand te regelen om bij onverwachte omstandigheden of overlijden voorbereid te zijn op dan te moeten nemen maatregelen.

5.5 KOSTEN VAN EEN UITVAART

Naast het opmaken van een testament is het ook belangrijk u te oriënteren op de kosten van een uitvaart. Velen worden vaak verrast over de hoge kosten die een uitvaart met zich meebrengt. Het duurt soms lang eer een nalatenschap geheel is afgewikkeld, maar de rekeningen van de uitvaart laten niet op zich wachten. Soms moet er zelfs geld worden geleend of worden voorgeschooten door derden om de uitvaart te kunnen betalen. De gemiddelde kosten voor een uitvaart zijn tussen de €8.500 en €12.000. Via verschillende websites kunt u een goed overzicht krijgen op hoeveel kosten u moet rekenen. Is het niet mogelijk om zelf een uitvaart te kunnen bekostigen, omdat de gelden daar niet toereikend voor zijn? Dan is het mogelijk dat de gemeente een bepaald bedrag toezegt om de meest essentiële onderdelen van de uitvaart te kunnen betalen.

5.6 ACTUELE ADRESSENLIJST

Het is altijd nuttig om een actuele adressenlijst te hebben van wie er moeten worden ingelicht bij een ernstige omstandigheid of overlijden. Neem hierin woon-, e-mailadressen en telefoonnummers op. Het is aan te raden om deze lijst jaarlijks te controleren, omdat regelmatig aanpassingen nodig zijn. Op deze lijst is het goed om naaste familie, vrienden, maar ook organisaties te vermelden die moeten worden geïnformeerd bij een ernstige calamiteit of overlijden. Denk bijvoorbeeld ook aan abonnementen en goede doelen die afgezegd moeten worden. Instanties die om een DigiD vragen worden automatisch geïnformeerd, nadat bij de gemeente het overlijden is aangemeld. Meestal wordt dit door de uitvaartverzorger bij de gemeente gedaan.

6. ONTMOETING/EEN LUISTEREND OOR



Door verschillende omstandigheden en gevoelens kan het zijn dat er behoefte is aan een gesprek of een luisterend oor of gewoon wat aanspraak. Een verdrietig moment. Balen dat u alleen bent. U ziet het even niet zitten. Gewoon even met iemand praten, het verhaal doen. Er zijn verschillende mogelijkheden om zelf contact te zoeken, maar ook kan een telefoongesprekje al soelaas bieden. Er zijn verschillende instanties die een luisterend oor kunnen bieden.

6.1. CENTRUM VOOR LEVENSVRAGEN – GESPREKKEN OP EEN KWETSBAAR MOMENT

Het leven verloopt soms anders dan gehoopt of verwacht door ziekte of eenzaamheid. Daar is soms moeilijk mee om te gaan, vragen blijven in het hoofd hangen. Het kan fijn zijn om de levensvragen met een geestelijk verzorger te bespreken. Zij kunnen luisteren en ondersteunen in een moeilijke levensfase. Als u twijfelt om een gesprek aan te vragen, neem dan contact op: 085-400 00 21 of rivierengebied@centrumvoorlevensvragen.nl. Website www.centrumvoorlevensvragen.nl/rivierengebied

6.2 DE ZONNEBLOEM - VRIJWILLIGER OP BEZOEK AAN HUIS

Dit is een bezoekdienst. Hoofdzakelijk voor diegenen, die door ziekte of beperking niet meer de deur uit komen. Vrijwilligers komen op bezoek en er worden activiteiten buitenshuis georganiseerd. U maakt samen met de vrijwilliger afspraken over hoe vaak en wanneer het bezoek plaatsvindt. Lidmaatschap van "De Zonnebloem" is vereist. Contact: 0345-70 70 42 of erika@boersbroek.nl. Website: www.zonnebloem.nl/Culemborg

6.3 CULEMBORG HERSTELT - KOPJE KOFFIE MET PSYCHISCHE ERVARING

Een ontmoetingsplek voor hen, die te maken hebben met een moeilijke periode in het leven veelal door psychische problemen. Een groep ervaringsgenoten gaat in gesprek met de bezoekers. Uitgangspunt hierbij is: "We moeten er allemaal van herstellen, de één is daar al wat verder in dan de ander. Het is een proces waar je zelf doorheen moet, een weg die je zelf moet afleggen". De insteek daarbij is: Je doet het wel zelf, maar dat hoeft niet alleen. Kom voor een kopje koffie met ervaring naar het Z-Café Zorg en Ontmoeting: Ridderstraat 4 te Culemborg, culemborg@herstelt.org. Website: www.culemborg.herstelt.org

6.4 LAAGDREMPELIGE ONTMOETINGSPLEKKEN IN CULEMBORG

Culemborg kent vele ontmoetingsplekken waar men zo kan binnenlopen voor een kopje koffie of thee en waar mogelijk zelfs een luisterend oor is. Zie hiervoor de website van Senioren Collectief Culemborg, waar alle ontmoetingsplekken zijn vermeld met hun openingstijden en bestemd voor welke doelgroep. Op genoemde locaties kunt u zo binnen stappen voor ontmoeting en kennismaking. Website: www.seniorencollectiefculemborg.nl (ga vervolgens naar diensten en interessante links). Is het niet mogelijk om deze website te bekijken, neem dan contact op: 0345-51 50 13.

6.5 LUISTERLIJNEN

De volgende organisaties kunt u dag en nacht bellen. Goed opgeleide vrijwilligers bieden een luisterend oor:

- Sensor, tel. 0900-07 67
- Korrelatie, tel. 0900-14 50
- De Luisterlijn, tel. 088-076 70 00

In een noodsituatie "bij het niet meer zien zitten" en het leven beu zijn. Bel dan direct: **113**.

7. VERVOER



7.1 EIGEN AUTO

Zijn er geen medische redenen en bent u jonger dan 75 jaar? Dan kunt u uw rijbewijs zonder een medische keuring elke vijf jaar verlengen. Er zijn wel verschillende beperkingen als je een bepaalde ziekte hebt of medicatie gebruikt die het rijgedrag kunnen beïnvloeden. Bij twijfel, raadpleeg altijd de behandelend arts. Bij het bereiken van de 75-jarige leeftijd moet u voor het verlengen van het rijbewijs eerst meedoen aan een verplichte medische keuring door een daarvoor bevoegde arts.

7.2 RIJBEWIJSKEURINGEN

Ongeveer drie maanden voor het bereiken van de 75-jarige leeftijd moet u bij het CBR (Centraal Bureau voor Rijvaardigheidsbewijzen) een medische keuring aanvragen. Allereerst moet u een gezondheidsverklaring invullen. U kunt dit het beste online doen via www.cbr.nl. De DigiD code is hierbij nodig. U dient dan ook gelijktijdig online af te rekenen voor de gezondheidsverklaring. Ook kunt u een verklaring op papier invullen. Deze is tegen betaling te verkrijgen bij Stichting Senioren Collectief Culemborg in het Rode Kruisgebouw aan de Otto van Reesweg 10 tijdens de keuringsdagen van de arts van Medipartners. Ook moet dan de keuring later door Medipartners worden gedaan. Zie voor tijden en informatie van keuringen het informatiebulletin De Kijker van Senioren Collectief of op de website:

www.seniorencollectiefculemborg.nl

Nadat het CBR de online of schriftelijke gezondheidsverklaring heeft goedgekeurd, kunt u een afspraak maken met een keuringsarts. Dit kan niet bij de eigen huisarts. Wellicht kunt u een afspraak maken bij een andere huisarts in Culemborg. Er zijn nog twee andere mogelijkheden:

- In het Rode Kruisgebouw aan de Otto van Reesweg 10 bij de arts van Medipartners: 071-572 84 34
- Bij Goedkope Rijbewijskeuringen in wijkcentrum 't Veld aan de Rietveldseweg 31: 085-488 36 16

Na de medische keuring en verklaring van rijgeschiktheid door het CBR kunt u het rijbewijs aanvragen bij de gemeente. De verklaring van rijgeschiktheid van het CBR is 12 maanden geldig. Binnen deze termijn moet u bij de gemeente de aanvraag voor verlenging doen. De aanvraag bij de gemeente voor het nieuwe rijbewijs duurt circa 2 weken. Het verlengen van het rijbewijs kost ongeveer € 130/€ 150,-, tenzij er ook nog een medisch specialist advies moet geven. Dan komt er al gauw circa € 100,- of meer bij.

7.3 MAG IEMAND ANDERS ACHTER HET STUUR VAN MIJN AUTO?

Ja, dat mag. De auto blijft gewoon verzekerd als iemand anders achter het stuur zit dan de eigenaar/verzekerde. Welke schade precies wel en niet vergoed wordt, hangt af van hoe de auto is verzekerd. Er zijn zaken waar rekening mee moet worden gehouden. Maak afspraken over kosten bij eventuele schade. Alle schade die anderen met de auto veroorzaken, kunnen invloed hebben op de schadevrije jaren, de no-claim korting en eventueel eigen risico. Maak hier vooraf goede afspraken over als iemand anders in de auto rijdt. Mocht er daadwerkelijk schade ontstaan, dan wordt in alle gevallen de schade vergoed die de andere bestuurder heeft aangebracht. Dit wordt namelijk vergoed vanuit de verplichte Wettelijke Aansprakelijkheidsverzekering.

7.4 INVALIDE PARKEERKAART

Deze kaart kunt u aanvragen bij het Wmo-loket van de gemeente. Is men daar niet bekend met de beperkingen, dan is het mogelijk dat een medische keuring nodig zal zijn. Voor de keuring worden kosten in rekening gebracht. Het kan zijn dat u deze vergoed krijgt. Informeer van te voren hiernaar en hoeveel kosten u voor eigen rekening verwachten kan. De invalide parkeerkaart is een individuele kaart en staat op kenteken van de auto. Bij toekenning geldt de kaart voor 5 jaar. Wmo-loket: 0345-47 77 00.

7.5 VERVOER OP MAAT

Is het door omstandigheden niet mogelijk om op eigen kracht van A naar B te gaan, dan zijn er in Culemborg verschillende voorzieningen waar u gebruik van kunt maken. Klaartje en de Flatexpress zijn er met name voor vervoer in Culemborg. Zij worden door de Gemeente Culemborg als een voorliggende voorziening gezien. Dit betekent dat, als vervoer met Klaartje of Flatexpress past bij de aanvraag, dit als meest geschikte vervoersmogelijkheid wordt gezien. Er wordt dan vanuit de Wmo geen ondersteuning gegeven voor vervoer in Culemborg. Heeft u behoefte aan vervoer buiten Culemborg of aangepast vervoer? Dan kunt u een aanvraag bij de gemeente indienen voor Wmo-ondersteuning ten behoeve van vervoer met de Regiotaxi Versis en Valys. Wmo-loket: 0345-47 77 00.

7.5.1 Klaartje - Vervoer in Culemborg

Klaartje is een sociaal vervoersproject van de vrijwilligersorganisatie Stichting Samen Verder. Het is al jaren een begrip in Culemborg en niet meer weg te denken. De bussen van Klaartje worden ingezet voor vervoer van ouderen en mensen met een beperking (rolstoelvervoer mogelijk) binnen Culemborg (voor vervoer door Klaartje naar ziekenhuizen in de regio, zie 7.5.3). Deze sociale vervoersservice wordt geheel bekostigd uit de opbrengsten van de kringloopwinkel "Bartje" aan de Meerlaan en drijft geheel op vrijwilligers. Klaartje brengt je van deur tot deur. U moet de ritten minimaal één dag van te voren aanvragen. Rijtijden: op werkdagen van 8.00 tot 22.00 uur, zaterdag van 9.00 tot 22.00 uur, zondagen van 10.00 tot 22.00 uur. Er wordt niet gereden tussen 12.00 tot 13.00 uur en van 18.00 tot 19.00 uur. Aanvragen van ritten: 0345-51 83 00. Website: www.stichtingsamenverder.com

7.5.2 De Flatexpress – Vervoer in Culemborg

De Flatexpress wordt door vrijwilligers gedragen en uitgevoerd. Deze sociale vervoersdienst is alleen voor bewoners boven 55 jaar van de Gandhi en Martin Luther King flats en de woonvormen van Zorgcentra De Betuwe. De

Flatexpress rijdt naar elke plek binnen Culemborg en rijdt elke maandag t/m zaterdag tussen 9.00 en 17.00 uur. Bij De Flatexpress is geen rolstoelvervoer mogelijk.

Meer weten? Bel met servicecentrum van Zorgcentra de Betuwe: 0800-773 34 44 of met telefoonnummer: 06-55 33 22 60. Aanvragen voor ritten: 06-20 21 47 33.

7.5.3 Klaartje - Vervoer naar ziekenhuizen in de regio

Klaartje (zie 7.5.1) biedt ook vervoer naar ziekenhuizen in de regio. Voor bezoek aan de specialist, behandeling of onderzoek, maar niet voor ziekenbezoek. Klaartje rijdt naar de ziekenhuizen in Tiel, Utrecht, Nieuwegein, Woerden en Leidsche Rijn. De ritten kunnen alleen op werkdagen. U moet de ritten minimaal drie dagen van tevoren aanvragen. De chauffeur wacht ongeveer twee uur bij het ziekenhuis voor de terugrit. Duurt het bezoek langer, dan moet u opnieuw bellen. Aanvragen van ritten: 0345-51 83 00.

Website: www.stichtingsamenverder.com

Zijn bovengenoemde voorzieningen van Klaartje en De Flatexpress niet geschikt voor het reisdoel of heeft u structureel vervoer nodig? Dan kunt u bij het Wmo-loket van de gemeente een aanvraag doen voor de regiotaxi van Versis of buiten de regio bij Valys. Voor beide voorzieningen gelden de kaders, die in Culemborg zijn gesteld ten behoeve van de uitvoering Wmo (Wet Maatschappelijke Ondersteuning).

7.5.4 Versis – regiotaxi

Iedereen kan elke dag met de regiotaxi reizen tussen 06.00 uur 's ochtends en 01.00 uur 's nachts. Het vervoer is van deur tot deur. Is er een beperking en is aanvullend vervoer nodig, dan kunt u mogelijk korting krijgen op de regiotaxi. U dient dan contact op te nemen met het Wmo-loket van de gemeente (tel. 0345-47 77 00). Zij kijken samen met u wat er aan vervoer nodig is. Als blijkt dat vervoer met de regiotaxi de oplossing is dan wordt een regiotaxipas toegekend voor korting op de ritten.

De regiotaxi is gedeeld vervoer. De auto wordt gedeeld met andere reizigers. De taxi haalt verschillende passagiers op en rijdt dus niet altijd de kortste route van voordeur naar bestemming. Maar het kan ook dat individueel vervoer wordt toegekend, als er om medische redenen niet samen met anderen kan worden gereisd. De gemeente bepaalt dit, afhankelijk van de situatie. Ook zonder kortingspas van de gemeente kunt u gebruik maken van de regiotaxi. U betaalt dan een hoger tarief en belt daarvoor met Taxibedrijf Versis: 088-655 77 50.

7.5.5 Valys - Vervoer buiten de regio

Voor vervoer buiten de regio en voor meer dan 25 km vanaf het woonadres kunt u gebruikmaken van Valys. Er is een mogelijkheid om een treinreis met een taxirit te combineren. Om met Valys te kunnen reizen is een Valyspas nodig. Om hiervoor in aanmerking te komen, moet u een bewijs van de gemeente hebben dat u recht op Wmo-vervoer hebt. Voor meer informatie: Wmo-loket 0345-47 77 00.

7.5.6 Uitleenpunt rolstoelen

Dagje uit en een rolstoel nodig? Leen er een! Gemakkelijk en gratis beschikbaar bij één van de uitleenpunten:

- Zorgcentra de Betuwe: 0345-47 91 11
- Huis van de Buurt: 0345-47 04 70

Informatie bij de uitleenpunten of bij de gemeente: 0345-47 77 00

7.5.7 Huur van een rolstoelbus

Een dagje winkelen of op bezoek bij vrienden en eenmalig een rolstoelbus nodig? Dan kunt u deze huren bij Stichting-Enoa.

Website: www.stichting-enoa.nl

Bij Klaartje is verhuur van de Klaartje bussen zonder chauffeur aan mensen met een beperking mogelijk: 0345-52 08 66.

7.5.8 Openbaar Vervoer

Voor informatie over het Openbaar Vervoer bel met de OV-ambassadeur: 038-303 70 10. Website: www.ervaarhetov.nl/ov-ambassadeur. Aanvragen van een proefrit kan via: 038-454 01 30



8. VEILIGHEID



Vooral bij het alleen wonen, kan het zijn dat u een gevoel van onzekerheid en onveiligheid ervaart, zeker als er sprake is van een verminderde mobiliteit.

8.1 DE TELEFOONCIRKEL

Iedere dag op een afgesproken tijdstip is er contact van mens tot mens. Gewoon om te horen of alles in orde is. Dat gebeurt in een vaste volgorde, zodat u elke dag op een vast tijdstip door dezelfde persoon wordt gebeld. Vervolgens belt u de volgende persoon van de lijst. De telefooncirkel wordt begeleid door een vrijwilliger van ElkWelzijn. Neemt een belpartner niet op, of maakt u zich na het gesprek zorgen? Dan geeft u dit door aan de vrijwilliger. Hij of zij zal dan polshoogte nemen en zonodig hulp inschakelen. De Telefooncirkel geeft uw familie het gevoel van veiligheid te weten dat er iedere dag iemand is die controleert of u de dag goed gestart bent. Informatie: 06-20 71 80 53 of info@elkwelzijn.nl

8.2 PERSONEN ALARMERINGSSYSTEEM

Er zijn verschillende persoonlijke alarmeringsmiddelen. De thuiszorgorganisaties hebben hun eigen systeem. Deze systemen lopen veelal via een vaste telefoonlijn. Er zijn ook verschillende systemen, die via het mobiele netwerk lopen. Door het digitale tijdperk zijn er diverse mogelijkheden ontstaan, zoals bijvoorbeeld volgsystemen voor dementerenden. Digitale horloges, die tevens als een alarmeringssysteem kunnen worden gebruikt. Al met al teveel om hier te benoemen. Informeer bij de thuiszorgorganisatie, die al thuiszorg verleent of bij de zorgwinkel van Vegro, Markt 52, 0900-288 77 66. Ook het Sociaal Wijkteam 088-001 77 55 en de wijkcoaches van ElkWelzijn 0345-51 52 27 kunnen u hierbij ondersteunen. Is er sprake van dementie, informeer dan bij de Coördinator van het Odensehuis: 06-50 59 33 33.

8.3 EERSTE HULP BIJ EEN NOODSITUATIE

Bel 112 bij brand of spoedeisende levensbedreigende situaties: "Als elke seconde telt!" Geen spoed maar wel politie bel 0900-8844 of brandweer 088-457 52 00. U kunt de brandweer eventueel ook bellen als er iemand in de lift van een flatgebouw vast zit bij een elektriciteit storing.

8.4 VOORZORGSMATREGELEN M.B.T. SPOEDOPNAME

Bij alleen wonen is het raadzaam om in huis bij de telefoon of in een keukenkastdeurtje een lijstje met telefoonnummers te hebben van waarschuwingsadressen of contactpersonen. Ook is het belangrijk dat in een noodgeval een opgeroepen hulpverlener sommige dingen over de persoonlijke situatie weet om adequate hulp te kunnen verlenen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan een recente medicijnenlijst. Mocht het zijn dat er al een bestaande ziekte is, waardoor mogelijk een spoedopname verwacht kan worden, dan is het raadzaam om ook een tas met benodigdheden klaar te hebben staan voor een onverwachte gang naar het ziekenhuis.

8.5 LICHAAMELIJKE OF PSYCHISCHE MISHANDELING

Lichamelijke of psychische mishandeling kan op veel verschillende manieren voorkomen. Te denken valt aan financiële uitbuiting, geweld, verwaarlozing, vernedering of overmatige controle. Gebeuren er thuis dingen waardoor u zich niet veilig of onprettig voelt? Is er bijvoorbeeld iemand thuis die boosheid met geweld afreageert of ervaart u financiële onderdrukking? Dan is het goed om contact op te nemen met Veilig Thuis: 0800 – 20 00.

Hoe eerder, hoe beter. Veilig Thuis is er voor iedereen die te maken heeft met huiselijk geweld of ouderenmishandeling. Natuurlijk kunt u ook een gesprek aanvragen met het

Sociaal Wijkteam: 088-001 77 55 of sociaalwijkteam@swtculemborg.nl of kunt u terecht bij de wijkcoaches voor ouderen van ElkWelzijn: 0345-51 52 27 of info@elkwelzijn.nl



9. ADMINISTRATIEVE EN FINANCIËLE ONDERSTEUNING



Er zijn verschillende mogelijkheden om ondersteuning te krijgen bij het invullen van belastingformulieren, aanvragen van toeslagen, correspondentie met overheidsorganen of bij het omgaan of vaardig worden met de computer.

9.1 FORMULIERENBRIGADE/TOESLAGEN SERVICE PUNT

De formulierenbrigade is een heel laagdrempelige manier om ondersteuning te krijgen bij allerlei soorten geld- en administratieve vragen. Vrijwilligers helpen bij het lezen en begrijpen van formulieren en ondersteunen bij het beantwoorden en invullen van de formulieren. Uitgangspunt is helpen bij zaken waar men verwacht wordt dat ouderen dit zelf moeten kunnen. Contact: 06-31 63 26 73 of

info@formulierenbrigadeculemborg.nl

9.2 BELASTINGSERVICE VAN OUDEREN ORGANISATIES

De ouderenorganisaties ANBO, KBO-PCOB en Stichting Senioren Collectief Culemborg (SSCC) bieden ondersteuning bij het invullen van de belastingaangifte, huur- en zorgtoeslag aanvragen.

9.2.1 ANBO

Leden kunnen gebruik maken van de diensten die ANBO aanbiedt. Hiervoor dient u contact op te nemen met de Belasting- invulhulp: 0348-46 66 91. Zij leggen contact met een vrijwilliger in de regio.

9.2.2 Belastingservice KBO-PCOB – Senioren Collectief Culemborg

In Culemborg heeft KBO-PCOB een eigen belastingen invulservice waarin Senioren Collectief participeert. Vrijwilligers zijn door KBO-PCOB opgeleid en als belastingdeskundigen beschikbaar. Zij ondersteunen bij het invullen van de inkomstenbelasting en geven advies

bij het aanvragen van huur- en zorgtoeslag. Om van deze dienst gebruik te kunnen maken is het lidmaatschap van de ouderenvereniging KBO-PCOB noodzakelijk. Senioren Collectief Culemborg kent geen leden, maar een kleine vergoeding of inschrijving als vriend is gewenst. Als criteria voor deze dienstverlening wordt aangehouden dat het verzamelinkomen voor alleenstaanden niet meer bedraagt dan € 35.000,- , voor gehuwden of samenwonenden € 50.000,-. Contact: 06-53 61 02 01 of kbo-pcob-culemborg@ziggo.nl

9.3 AANVRAGEN BIJZONDERE BIJSTAND BIJ LAAG INKOMEN

Heeft u een minimum inkomen, alleen AOW eventueel aangevuld met een klein pensioen? Dan zijn er naast bijzondere bijstand ook verschillende minimaregelingen bij de gemeente. Regelingen waar u gebruik van kunt maken, zoals de "Doe mee(r) regeling", het Mantelzorgcompliment, individuele inkomenstoeslag en deelname aan de collectieve ziektekostenverzekering. Om voor een dergelijke regeling in aanmerking te komen is het aan te raden contact op te nemen met de wijkcoach van ElkWelzijn 0345-51 52 27 of het Sociaal Wijkteam 088-001 77 55. Ook kunt u rechtstreeks contact opnemen met de gemeente: 0345-47 77 00 (vraag naar Financiële Ondersteuning inwoners) of: bijzonderebijstand@culemborg.nl

9.4 SCHULDHULPVERLENING

Deze regeling is van de gemeente en is er voor alle inwoners met geldzorgen. Hoe eerder u hulp aanvraagt, hoe beter. Soms is informatie of advies voldoende om zaken weer op een rijtje te zetten en in balans te komen. Ook kijken zij of er mogelijkheden zijn om in aanmerking te komen voor verschillende regelingen conform het minimabeleid van de gemeente, zodat bij knelpunten u hier een beroep op kunt doen. De hulp is gratis. Informatie of aanmelden bij de gemeente: 0345-47 77 00 of schuldhulpverlening@culemborg.nl

9.5 SCHULDHULPMAATJE

Stichting Schuldhulpmaatje is al jaren actief in Culemborg en werkt nauw samen met verschillende organisaties en met de gemeentelijke schuldhulpverlening en het Sociaal Wijkteam. Vrijwilligers van deze stichting helpen als maatje bij financiële problemen. Samen met u kijken ze hoe u weer grip kunt krijgen op de eigen geldzaken. Een maatje komt thuis in de eigen vertrouwde omgeving. Contact: 0345-23 90 00 of coordinator@shmculemborg.nl. Website: www.schuldhulpmaatje.nl (en kies "ik wil hulp").

9.6 BESCHERMINGSBEWIND

Beschermingsbewind is bedoeld als ondersteuning van kwetsbare ouderen die door hun lichamelijke of geestelijke gesteldheid niet of onvoldoende hun financiële belangen kunnen behartigen of door dreigende schulden het overzicht kwijt zijn. Ook het beheren van een PGB kan een bewindvoerder verzorgen. Het overdragen van de financiële administratie kan ontzorgen voor de toekomst. Door het instellen van bewindvoering kunt u voorkomen dat er misbruik wordt gemaakt van uw financiën. De bewindvoerder zoekt namens u uit op welke toeslagen u recht heeft en zal deze voor u aanvragen.

Een bewindvoerder moet jaarlijks verantwoording afleggen aan de kantonrechter waardoor er altijd controle is op de uitvoering van de werkzaamheden. De kosten voor bewindvoering en PGB-beheer worden jaarlijks door de overheid vastgesteld. Als u een laag inkomen heeft komt u mogelijk in aanmerking voor een vergoeding van de kosten via de bijzondere bijstand. De bewindvoerder kan u hier meer over vertellen en vraagt dit in voorkomend geval namens u aan bij uw gemeente.



10. DIGITALE ONDERSTEUNING/ COMPUTERHULP



Op verschillende plekken in Culemborg wordt ondersteuning bij digitale zaken geboden. Op één van de inlooptmomenten kunt u al uw vragen stellen over de tablet, laptop, smartphone of e-reader. Ook met vragen over programma's als Windows en Microsoft Office helpen ze u graag verder.

10.1 HET LEERHUIS - COMPUTERHULP/ ONDERSTEUNING

Het Leerhuis: In het Leerhuis kan iedereen terecht met alle vragen op digitaal gebied. Op eigen tempo en met ondersteuning van vrijwilligers kunt u met de eigen computer aan de slag. Informatie en aanmelden bij Het Leerhuis, Heimanslaan 2: 06-10 08 71 61 of info@leerhuisculemborg.nl. Website: www.leerhuisculemborg.nl

10.2 BIBLIOTHEEK – INLOOP

In de Bibliotheek in het Elisabeth Weeshuis is er tijdens de inloop begeleiding door de vrijwilligers van de DIS-groep. Hier kunt u al uw vragen stellen over de tablet, laptop of smartphone. In de meeste gevallen geven de vrijwilligers pasklare antwoorden of oplossingen voor de problemen. Informatie in de Bibliotheek, Herenstraat 29: 0344-63 99 40. Website: www.bibliotheekrivierenland.nl

10.3 BOLDERBUREN EN BONVIE – INLOOP

Vrijwilligers van ElkWelzijn helpen u graag verder met alle computer-, tablet- en smartphonevragen. Enkele voorbeelden zijn: e-mail, WhatsApp, videobellen en spelletjes en leerprogramma's installeren. De inloop is op twee locaties:

- Buurtcentrum Bolderburen, Prijsseweg 1b
- BonVie, Huiskamer De Ontmoeting, Admiraalvlinderlaan 2

Meer informatie: 06-87 98 45 33, 0345-51 52 27 of info@elkwelzijn.nl



11. HUISDIEREN



Huisdieren zijn heel goede huisgenoten. Het zijn huisgenoten die veel liefde brengen en zeer dierbaar zijn. Maar er kan een kink in de kabel komen. Ze kunnen ziek worden of zelfs een ongeluk krijgen. Ook kan het zijn dat door omstandigheden u niet meer voor het dier kan zorgen.

11.1 SPOEDEISENDE HULP

Bel 114 Als het huisdier in nood is bel op dit nummer de dierenambulance. Ook als u op straat of in het veld een gewond dier aantreft kunt u deze dienst bellen. Ambulancemedewerkers komen dan om voor het gewonde of zieke dier zorg te dragen.

11.2 QUIDEM CARUS – FINANCIËLE ONDERSTEUNING BIJ HOGE DIERENARTSKOSTEN

Als je huisdier onverwacht medische hulp nodig heeft en je hebt weinig inkomsten of weinig te besteden, dan kunnen de kosten van de dierenarts snel oplopen. Misschien kan dan de Stichting Waarborgfonds Quidem Carus in de kosten bijdragen. Samen met een dierenarts kijkt u of een vergoeding namens dit fonds mogelijk is, zij leveren dan onder voorwaarden een financiële bijdrage. Het geld wordt rechtstreeks aan de dierenarts overgemaakt.

Voor concrete vragen: 030-241 57 61 of

info@dier.nu. Website: **www.quidemcarus.nl**

11.3 UITLAATMOGELIJKHEDEN VOOR DE HOND

Ontstaat er een situatie dat de hond niet kan worden uitgelaten, vraag dan hulp aan Culemborgers Helpen Elkaar (zie 3.4.3) of Team van de Buurt (zie 3.4.1). Er zijn ook verschillende uitlaatcentrales in Culemborg die u kunt bellen. Daar zijn wel kosten aan verbonden. De kosten voor één hond zullen tussen de € 10,- en € 20,- per wandeling.

Informatie over hondenuitlaatcentra in Culemborg kunt u vinden op internet.



12. Verwijzingen

12.1 LEGENDA GEBRUIKTE AFKORTINGEN

AOW	- Algemene Ouderdomswet
CAK	- Centraal Administratie Kantoor
CBR	- Centraal Bureau Rijvaardigheidsbewijzen
CIZ	- Centrum Indicatiestelling Zorg
COPD	- Chronische Obstructieve Long ziekten
DigiD	- DiGitale iDentiteit
HAP	- HuisArtsenPost
KBO	- Katholiek Bond van Ouderen
OV	- Openbaar Vervoer
PCOB	- Protestants Christelijke Ouderen Bond
PGB	- Persoons Gebonden Budget
POH	- Praktijk Ondersteuner Huisartsen
ROC	- Regionaal Opleidingen Centrum
SSCC	- Stichting Senioren Collectief Culemborg
STMR	- Stichting Thuiszorg en Maatschappelijk Werk Rivierenland
VPTZ	- Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg
Wlz	- Wet Langdurige Zorg
Wmo	- Wet Maatschappelijke Ondersteuning
Zvw	- Zorg VerzekeringsWet

12.1 TELEFOONNUMMERS

NOODNUMMERS:

- 112 ambulance, politie en brandweer**
- 113 luisterlijn psychische nood**
- 114 dierenambulance**

Advisom	06-43 86 30 71
ANBO belastingsservice	0348-46 66 91
Avantizorg	085-888 16 35
Barbara Polikliniek/ bloedprikken	0344-67 47 44
Betuwezorg	088-800 99 99
Bibliotheek Rivierenland	0344-63 99 40
Boogh	085-401 47 95
Brandweer geen spoed	088-457 52 00
Buurtbemiddeling	0345-52 22 00
Centrum voor Levensvragen	085-400 00 21
Curadomi Thuiszorg	0345-70 40 02
De Betuwe Thuiszorg	0800-773 34 44
De Dijk Bij	06-87 92 29 00
Dienstfabriek	06-51 99 90 90
ElkWelzijn	0345-51 52 27
Flatexpress	06-20 21 47 33
Formulierenbrigade	06-31 63 26 73
Gemeente Culemborg	0345-47 77 00
Gemeente Wmo-loket	0345-47 77 00
Goedkope Rijbewijskeuringen	085-488 36 16
Hospice Nocturne	0345-51 44 61
Huis van de Buurt	0345-47 04 70

Huisartsenpost Tiel	0900-706 05 04
KBO-PCOB	0345-53 12 08
Klaartje aanvragen	0345-51 83 00
Korrelatie luisterlijn	0900-14 50
Leerhuis, Het	06-10 08 71 61
Luisterlijn, De	088-076 70 00
Medipartners- rijbewijskeuringen	071-572 84 34
Openbaar Vervoer inlichtingen	038-454 01 30
Odensehuis	06-50 59 33 33
Politie bij geen spoed	0900-88 44
Quidem Carus	030-251 57 61
Regioapotheek Rivierenland	0900-600 66 66
Santé partners/STMR	0900-84 33
Schuldhulpmaatje	0345-23 90 00
Senioren Collectief Culemborg	0345-51 48 79
Sensor luisterlijn	0900-07 67
Sociaal Wijkteam	088-001 77 55
Team van de Buurt	0800-773 34 44
Telefooncirkel	06-20 71 80 53
Terminale thuiszorg	06-29 48 22 33
Toeslagen Service Punt	06-31 63 26 73
Trium notarissen	0345-54 77 66
Valys vervoer	0900-96 30
Vegro Zorgwinkel	0900-288 77 66
Veilig Thuis	0800-20 00
Versis regiotaxi	088-655 77 50
Wetswinkel	0345-56 87 20
WMO-gemeente	0345-47 77 00
Zonnebloem De	0345-70 70 42
Zorgcentra De Betuwe	0800-773 34 44

COLOFON

Uitgave: ElkWelzijn en Stichting Senioren Collectief Culemborg

Juni 2022

Stichting Senioren Collectief Culemborg

Lindeboom 13, Culemborg

0345-51 48 79

sscc.secretariaat@gmail.com

www.seniorencollectiefculemborg.nl

ElkWelzijn

Meerlaan 22, Culemborg

0345-51 52 27

info@elkwelzijn.nl

www.elkwelzijn.nl

Fotografie: pexels.com, Karin van de Kar, Milou Oomens

Vormgeving: Elke-Anouk Verbakel





**Dit is een uitgave van:
ElkWelzijn en Stichting Senioren Collectief Culemborg
Juni 2022**

