

Lichaamsfuncties

Gezond / fit / conditie

Zou u graag **weer meer in beweging komen of een sport beoefenen**? Vraag om advies bij een Buurtsportcoach van KijkopWelzijn. buurtsportcoach@kijkopwelzijn.nl
06 - 22 03 68 36.

Zou u **anders willen gaan eten** of heeft u vragen over uw eetpatroon? Neem dan contact op met een diëtist bij u in de buurt. Bijvoorbeeld Ruya IJzer 06 – 22 12 64 07

Heeft u **pijn of klachten of slaapt u slecht**? Praat hierover met uw huisarts.

Bewegen

De **ergotherapeut** adviseert en traint op zo'n manier dat u de dagelijkse activiteiten zoveel mogelijk zelfstandig kan blijven doen. Zij geven **advies over hulpmiddelen**. Zij beheren ook de **Hulpmiddelen Winkel Barendrecht**. De openingstijden van de winkel: maandag, donderdag en vrijdag van 08:30 – 17:00. Zaterdag van 09:30 – 13:30. Ergotherapie Barendrecht
Onderlangs 6a in Barendrecht
www.ergotherapie-barendrecht.nl
0180 – 74 54 39.

Wilt u gebruik gaan maken van een **hulpmiddel**? Kijk eens op www.hulpmiddelenwijzer.nl

Bij een **Thuiszorgwinkel** kunt u advies inwinnen over hulpmiddelen, bijvoorbeeld bij de Vegro bij het Maasstadziekenhuis.

Otolift Trapliften; voor nieuwe trapliften, tweedehands of tijdelijk huren.
www.otolift.nl 085 – 58 09 550.

In sommige gevallen kunt u via de **Wmo** een vergoeding krijgen voor een hulpmiddel.

www.barendrecht.nl

14 0180 – keuzemenu Wmo

Mobiliteit en vervoer

Heeft u een **medische keuring nodig voor het verlengen van uw rijbewijs**? U kunt terecht bij Goedkope Keuringen in de Waterpoort. U dient vooraf een afspraak te maken. www.goedkopekeuringen.nl
085 - 48 83 616

Vrijwillige chauffeurs rijden tegen vergoeding met eigen auto, voor mensen die verminderd mobiel zijn. Het aanvragen van een rit bij ANWB Automaatje graag minstens 2 dagen vooraf. Alle chauffeurs zijn vrijwilliger bij KijkopWelzijn. U kunt bellen op maandag, woensdag en vrijdag van 9 – 12 uur naar 0180 – 62 64 00.

Via de Wmo kunt u een melding indienen of u in aanmerking komt voor een **Wmo Vervoerspas**. Een melding kunt u telefonisch of digitaal doen bij de Gemeente www.barendrecht.nl
14 0180 – keuzemenu Wmo.

Een **gehandicaptenparkeerkaart** geeft de mogelijkheid om te parkeren op gehandicaptenparkeerplaatsen. Een aanvraag kunt u telefonisch of digitaal doen bij de Gemeente www.barendrecht.nl
14 0180.

Wilt u een **scootmobiel huren** of kopen? De scootmobiel kan thuis worden bezorgd.
www.scootmobielaanhuis.nl
0181 – 85 04 39.

In sommige gevallen kunt u via de **Wmo** een indicatie voor een bruikleenproject krijgen.
www.barendrecht.nl
14 0180 – keuzemenu Wmo.

Valys is **taxiervoer buiten de regio** voor reizigers met een mobiliteitsbeperking. U heeft een Valyspas nodig. U komt in aanmerking voor een Valyspas als u minimaal één van de volgende (bewijs)documenten heeft:

- bewijs van de gemeente dat u recht heeft op Wmo-vervoer (bijv. Wmo-regiotaxipas);
- bewijs van de gemeente dat u recht heeft op een Wmo-(rij)hulpmiddel (bijv. Wmo-rolstoel of -scootmobiel);
- gehandicaptenparkeerkaart;
- OV-Begeleiderskaart van Argonaut;
- verklaring van de gemeente dat er noodzaak is voor bovenregionaal vervoer zonder bovenstaande documenten.

www.valys.nl 0900 – 96 30.

Persoonlijke verzorging

Heeft u hulp nodig bij **persoonlijke verzorging** (douchen, aankleden medicijnen)? Neem contact op met een thuiszorgorganisatie van uw keuze. Bijv: Aafje Hulpthuis 088 – 82 33 23 3
Laurens 010 - 33 23 000
Agathos 0180 – 70 40 06

Personenalarmering

Wilt u graag **personenalarmering**? U kunt dan 24 uur per dag -bij nood- een meldpost van de thuiszorg bereiken óf iemand uit uw netwerk. Informeer vooraf bij uw zorgverzekeraar over mogelijke vergoeding. Informeer dan in uw netwerk of zij paraat kunnen staan. Of – als u wilt dat de wijkverpleging de melding oppakt - bij Aafje of Laurens (zie hierboven) of de Zorgcentrale 010 – 27 17 525

Fysic biedt **hulpmiddelen** zoals personenalarmering, (telefoons met) een SOS-knop of een elektrische deurbel.

www.fysic.nl 073 – 64 11 655.

Mentaal welbevinden

Zit u **niet lekker in uw vel**? In dat geval kan de huisarts mogelijk iets voor u betekenen.

Een vraag, een probleem of een luisterend oor?

Zit u ergens mee of heeft u behoefte om uw verhaal te doen? Neem dan contact op met KijkopWelzijn of het Wijkteam.

Inlooppreekuur Wijkteam

In Barendrecht zijn diverse wijkteams actief. Als u informatie, advies en/of ondersteuning nodig heeft op het gebied van opvoeden, welzijn, zorg, werk en inkomen kan het wijkteam u ondersteunen. In de wijkteams werken deskundigen op het gebied van onder andere opvoedvragen, ouderenproblematiek, wonen, mantelzorg, werk, eenzaamheid, verslaving, schulden en huiselijk geweld.

Spreekuur Kruidentuin, Kruidentuin 8a:

- dinsdag van 9.00 tot 10.30 uur
- donderdag van 14.00 tot 15.30 uur

U kunt zich melden bij de receptie van het CJG en de wijkteams.

Spreekuur Middeldijkerplein 248

- dinsdag van 13.00 tot 15.00 uur

U kunt zich melden bij de gastvrouw van de bibliotheek en de wijkteams in 't Plein.

KijkopWelzijn is er speciaal voor mantelzorgers én ouderen. U kunt bellen met uw vraag via 0180-691800 of mailen naar info@kijkopwelzijn.nl

Gezondheidssprekuren

Bij deze gesprekken kunt u terecht voor een gesprek met de wijkverpleegkundige of een ouderenadviseur van KijkopWelzijn. Uw bloeddruk en bloedsuiker kunnen worden gemeten. Als u een vraag, een probleem of een luisterend oor wilt, bent u ook van harte welkom.

Het spreekuur is iedere twee weken:

- Locatie Windsingel 164, kantoor van Aafje; iedere 2^e maandag van de maand
- Locatie Bibliotheek 't Plein, Middeldijkerplein 248; iedere laatste donderdag van de maand

Kanker

Kwam u in aanraking met **kanker**? Bij lotgenotengroep 't Anker kunt u hierover delen met anderen. Meer info: KijkopWelzijn 0180-691802.

Rouw en verlies

Belemmert uw rouw of verlies u in het dagelijks leven? In **een gespreksgroep rouw en verlies** is er plek om dit te delen en te verwerken. De gespreksgroep is een initiatief van het wijkteam en KijkopWelzijn. Meer info: ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl 0180-691800

Geheugen en concentratie

Maakt u zich **zorgen om uw geheugen**? Is uw huisarts op de hoogte? De huisarts is de eerste om dit mee te bespreken en kan eventueel doorverwijzen naar een geriater.

Bij **vermoeden van (beginnende) dementie** is het belangrijk uw zorgen te delen met uw omgeving. Vraag aan uw huisarts om een beoordeling van uw klachten.

Indien dementie is vastgesteld kan de huisarts een **casemanager dementie** inschakelen. Een casemanager informeert, adviseert en regelt zaken voor mensen met dementie en hun naasten.

Op de website **dementie.nl** staan tips en informatie over het leven en omgaan met dementie.

Alle filmpjes die ooit zijn opgenomen door het **Alzheimer Café** zijn te bekijken op www.kijkopwelzijn/dementie

Tijdens een **cursus dementie** bij KijkopWelzijn krijgt u handvaten om beter om te gaan met iemand met dementie in uw omgeving. KijkopWelzijn 0180 – 691 803
Bij de **contactgroep dementie** kunt u uw ervaringen delen in het omgaan met iemand met (beginnende) dementie. De contactgroep komt iedere maand samen, de locatie wisselt tussen Bibliotheek 't Plein en het kantoor van KijkopWelzijn. ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl 0180 - 691 800

Maakt u zich zorgen om iemand in uw buurt met **verward gedrag**? Is er iemand in uw omgeving die misschien psychische hulp nodig heeft? Meld dit dan bij het Advies- en Meldpunt Verward Gedrag. De persoon met verward gedrag kan dan zo snel mogelijk hulp krijgen.

Bel direct **112** bij gevaar of een dringende situatie.

Bel **14 0180** en vraag naar een medewerker van het Advies- en Meldpunt Verward Gedrag.

De medewerkers van het meldpunt werken samen met zorgaanbieders, politie, wijkteams, het Veiligheidshuis en de familie of de omgeving aan een oplossing.

Stichting de Toekomst biedt **dagbesteding en begeleiding aan mensen met psychische en somatische achtergrond en mensen die vergeetachtig zijn.**

info@zorggroepdetoekomst.nl

0180 – 444 230

Voor deelname aan een **dagbesteding voor thuiswonende mensen met dementie** is een Wmo indicatie nodig.

www.barendrecht.nl

14 0180 – keuzemenu Wmo.

Voor **24-uurs verpleeghuiszorg** is een Wlz indicatie nodig. (Wet Langdurige Zorg). Het CIZ (Centrum Indicatiestelling Zorg) onderzoekt of iemand in aanmerking komt voor een indicatie. U betaalt een eigen bijdrage.

www.ciz.nl 088 – 78 91 000.

Zingeving

Nieuwe mensen ontmoeten door vrijwilligerswerk? Kijk eens op de Vrijwilligers Vacaturebank van Barendrecht, een initiatief van KijkopWelzijn.

www.vrijwilligerswerkbarendrecht.nl

0180 – 691 800

Kent u **de Ontmoetingsgids**, uitgegeven door KijkopWelzijn? Hierin vindt u een verzameling van bijna alles wat er voor senioren te doen is in Barendrecht. De Ontmoetingsgids komt 3x per jaar uit. U kunt een Ontmoetingsgids downloaden of ophalen via KijkopWelzijn. Binnenlandse Baan 30. www.kijkopwelzijn.nl Wilt u via e-mail de Ontmoetingsgids ontvangen, mail dan naar info@kijkopwelzijn.nl

Wilt u graag dat iemand met u meedenkt over **een activiteit die bij u past?** Neem dan contact op met een ouderenadviseur van KijkopWelzijn

ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl

0180 – 691 803

Kunt u niet meer zelfstandig ergens naartoe en heeft u behoefte aan dagbesteding?

Informeer dan bij de Wmo of u in aanmerking komt voor **een indicatie dagbesteding.**

www.barendrecht.nl

14 0180 – keuzemenu Wmo.

Heeft u **vragen over het leven en over zingeving?** U kunt terecht bij het Centrum voor Levensvragen Rotterdam en omgeving.

www.centrumlevensvragenrotterdam.nl

06 – 12 00 05 50

Kwaliteit van leven

Wonen

Voor een **sociale huurwoning** (óók voor seniorenwoningen) kunt u zich inschrijven als woningzoekende bij Woonnet Rijnmond.

www.woonnetrijnmond.nl

Wilt u liefst in uw huidige woning blijven en wilt u weten hoe u die zo goed mogelijk kunt inrichten en aanpassen? Informeer dan eens bij een **ergotherapeut.**

Ergotherapeuten kunnen meedenken over hulpmiddelen, veiligheid en langer thuis wonen. Ergotherapie Barendrecht:

www.ergotherapie-barendrecht.nl

0180 – 74 54 39

Voelt u zich onveilig in uw buurt? Of ervaart u **woonoverlast?** Bewoners van Barendrecht kunnen bij woonoverlast bellen naar de Advieslijn Woonoverlast Barendrecht (AWB). Bereikbaar maandag t/m vrijdag van 13.00 uur tot 17.00 uur. De adviseurs geven advies, een luisterend oor of een verwijzing naar bijv. buurtbemiddeling.

www.awbarendrecht.nl

088 – 37 77 600

Wilt u contact met een **wijkagent**, dan kunt u contact zoeken via 0900 – 88 44

Financiën

De Gemeente biedt een overzicht van mogelijke **financiële ondersteuning** via www.barendrecht.nl/direct-regelen/ondersteuning-werk-en-inkomen/
Meer info: 14 0180

Er zijn in Barendrecht diverse **tegemoetkomingen voor mensen met een minimum inkomen, die de pensioengerechtigde leeftijd hebben, chronisch ziek of gehandicapt zijn**. De Vraagwijzer van KijkopWelzijn kan u verder helpen: **Inloopspreekuur Vraagwijzer**
Maandag en dinsdag
Bibliotheek 't Plein van 13 – 15 uur.
Woensdag
Bibliotheek 't Kruispunt 10 - 12 uur.
Donderdag
Wijkteam, Kruidentuin 8a 14 – 16 uur.

Met een minimum inkomen en onvoldoende eigen vermogen, kunt u mogelijk in aanmerking komen voor **kwijtschelding** van de gemeentelijke belastingen en/of aanslagen voor de waterschapheffingen. Lees uw post goed door. Twijfelt u? Neem uw post mee naar het inloopspreekuur van de Vraagwijzer.

Bij de **Belastingdienst toeslagen** kunt u een aanvraag indienen voor zorgtoeslag en/of huurtoeslag. www.belastingdienst.nl 0800 – 05 43.

Nadenken over later

Het ACP-wensenboekje 'In gesprek over de dag van morgen' is een boekje dat je helpt om **na te denken over wat je belangrijk vindt en daarover in gesprek te gaan met naasten of een zorgverlener**. Het biedt een handvat om je wensen en voorkeuren duidelijk(er) te krijgen. Het boekje is te downloaden via www.gene-ro.com Of mail om het tegen betaling te bestellen d.timmers@samergo.nl

In een **levenstestament** regelt u zaken voor tijdens uw leven, voor het geval u zelf (tijdelijk) geen beslissingen meer kunt nemen. Neem contact op met een notaris. Deze kan u ook informeren over het **testament**.

Weet u wat uw **uitvaartwensen** zijn? Praat er over met de mensen om u heen. Of leg ze vast voor later. Zo weten uw dierbaren uw persoonlijke wensen voor de uitvaart. Dat is fijn voor alle betrokkenen.

Juridisch advies

Het Juridisch loket geeft gratis **advies bij juridische vragen**, geschillen en conflicten. www.juridischloket.nl 0900 – 80 20.

Wilt u **informatie of advies over wetten, regelingen en voorzieningen**? Bijvoorbeeld over inkomen, voorzieningen en toeslagen. Neem dan contact op met de Sociaal Raadslieden Barendrecht sociaal.raadslieden@desocialebasis.nl
088 12 37 011 of 06 25 34 63 71
De spreekuren zijn op dinsdag van 09.00 tot 12.00 uur op het volgende adres:
Bureau Sociaal Raadslieden
Kruidentuin 8a
2991 RK Barendrecht

Dagelijks functioneren

Boodschappen en maaltijden

De AH en de Jumbo in Barendrecht hebben een **boodschappen bezorgdienst**. Jumbo en AH bezorgen vanaf € 50,-. De AH Compact app werkt vanaf € 35,-. Picnic (vanaf € 40,-) bezorgt ook in Barendrecht.

Maaltijdservices

Er zijn er velen. Hieronder enkele opties. Aafje en Laurens bieden korting bij enkele van onderstaande aanbieders.

www.apetito.nl 0800 – 02 32 975

www.maaltijdthuis.nl 088 – 810 10 10

www.uitgekookt.nl 085 – 04 06 065

www.thuisgekookt.nl 085 – 06 08 768

www.versaantafel.nl 085 - 401 64 44

Op dinsdagmiddag en op donderdagmiddag kunt u voor een **warme middagmaaltijd** aansluiten bij een Tafeltje - een groep mensen die wekelijks samen eet. De Tafeltjes zijn een initiatief van KijkopWelzijn.

Dinsdag Tafeltje SMAAK, Arnhemseweg.

Donderdag Tafeltje bij Aksent, Bachlaan

Van 12:30 – 14:00 uur. Kosten € 7,50 pp.

Aanmelden: KijkopWelzijn 0180 – 691 800

Voor een **gezamenlijke lunch én gezelligheid** kunt u aansluiten bij een Kom erbij Club, een initiatief van KijkopWelzijn. Maandag bij het Inge de Bruijn Zwembad. Woensdag bij Aksent aan de Bachlaan. Aanmelden via KijkopWelzijn: 0180-691802

Bij het SociaalHart kunt u 3 dagen per week een **warme avondmaaltijd** eten in gezelschap. Aanmelden: 06-27873650

Heeft u **tijdelijk voedselhulp** nodig omdat u moeilijk rond komt? Benader dan de Voedselbank Barendrecht.

06 – 815 121 38 of 06 – 182 033 69

intake@voedselbankbarendrecht.nl

vermeldt uw naam, adres en telefoonnummer.

Huishouden

Voor het aanvragen van **huishoudelijke hulp** kunt u een melding doen bij de Wmo.

www.barendrecht.nl

14 0180 – keuzemenu Wmo.

Uiteraard kunt u ook op zoek gaan naar een **particuliere huishoudelijke hulp**.

Zou u graag uw wasgoed laten **wassen en strijken**? Dat kan via de Wasserette van dagbesteding van Aksent. Wassen en drogen kost 8 euro. Strijken 4 euro per wasmand. Meer info: 06 – 54 96 33 09

Voor mensen die géén klusjesman kunnen betalen en ook geen vrienden of familie hebben die kunnen helpen is er een **vrijwillig klusmaatje** bij KijkopWelzijn. Meer info: 0180 – 691 800.

Speciaal getrainde vrijwilligers van **het Opruimgezelschap** van Stichting Present kunnen u ondersteunen bij het opruimen van uw zolder of berging. Meer info via Desirée de Bruin 06 -11 33 38 30.

Tuin

Voor mensen die géén tuinman kunnen betalen en ook geen vrienden of familie hebben die kunnen helpen is er een **vrijwillig tuinmaatje** bij KijkopWelzijn. 0180 – 691 800.

Heeft u **klussen in uw woning of tuin** die u niet meer overziet én heeft u geen netwerk en geen financiële middelen? Vraag dan aan een ouderenwerker van KijkopWelzijn of u mogelijk hulp kunt krijgen van Stichting Present. De vrijwilligers helpen bijvoorbeeld bij het leggen van een vloer, bij behangen en schilderen of het snoeien van een overwoekerde tuin.

Hebt u wel de beschikking over een klein budget én een klus in de tuin, dan kunt u ook Pameijer Groenservice benaderen. Zij hanteren een uurtarief van €65,- ex 21% btw per ploeg plus de afvoerkosten van €52,- ex de btw. Een ploeg is een begeleider met ongeveer 4 mensen.

<https://groenservice.pameijer.nl/>

06-13397906

Mantelzorg

Zorgt u voor een partner of familielid? Heeft u behoefte aan een gesprek? Dan kunt u kosteloos contact opnemen met de **mantelzorgondersteuners van KijkopWelzijn** 0180 – 691 801.

MantelzorgNL is de landelijke vereniging die opkomt **voor iedereen die zorgt voor een naaste**. www.mantelzorg.nl

Veel zorgverzekeraars vergoeden **vervangende mantelzorg** vanuit de aanvullende verzekering. Iedere verzekeraar werkt met verschillende voorwaarden. Informeer bij uw verzekering.

Digitaal vaardig

De bibliotheek biedt **gratis cursussen** aan voor wie handiger wil worden met een computer, laptop of tablet. Deze cursussen heten Klik & Tik en Digisterker.

U kunt zich aanmelden voor een cursus of meer informatie krijgen via het Taalpunt: taalpuntbarendrecht@bibliotheekaanzet.nl 088-2425050

Het Taalpunt heeft ook twee spreekuren:

- Dinsdag 14-16uur, 't Plein, Middeldijkerplein 248
- Woensdag 10-12uur, 't Kruispunt, Middenbaan 111

Wilt u **gebruik maken van een computer, iets printen of internetten**? Dat kan allemaal in de bibliotheek.

Er is een **digitaal inloopsprekuur** in de bibliotheek voor al uw vragen over uw mobiele telefoon, laptop, tablet, e-reader of het internet. U kunt gewoon binnenlopen.

- dinsdag in 't Plein, Middeldijkerplein 248 13:30 – 16uur
- woensdag in 't Kruispunt van 10-12:30.

Heeft u vragen over uw computer, e-reader, mobiel of het internet? Komt u er digitaal niet helemaal uit? De ervaren medewerkers van de Digihulplijn helpen u graag. Bel op maandag t/m vrijdag tussen 08.00 – 22.00 uur en zaterdag tussen 09.00 – 18.00 uur. Mailen of Whatsappen kan ook. www.digihulp.nl 0800 – 15 08

Heeft u hulp nodig bij aanvragen bij de digitale overheid of uitleg bij brieven van de gemeente of overheid? **Het Informatiepunt Digitale Overheid** helpt u graag.

- Woensdag 10-12 't Plein, Middeldijkerplein 248
- Dinsdag 10-12 't Kruispunt, Middenbaan 111

SeniorWeb maakt u **stap voor stap** **wegwijs in de wereld van computers**. Ontdek de duidelijke uitleg en praktische tips.
www.seniorweb.nl 030 – 27 69 965.

Voor het regelen van overheidszaken via internet heeft u een **DigiD** nodig. Aanvragen kan via www.digid.nl

De ouderenbonden KBO/PCOB Belastingservice kan u helpen u met het **invullen van uw belastingaangifte**. Vooraf dient u lid te worden.
Bert van Dongen (KBO)
bert-van.dongen@wxs.nl 06 41283043
Rob Schenk (PCOB)
Robsche47@hotmail.com 0180 616324

Met duidelijke informatie en handige hulpmiddelen kunt u zelfstandig -of samen met iemand anders- **uw bankzaken blijven doen**. Informeer bij uw bank.

Met een **bankvolmacht** geeft u iemand toestemming om bij- en afschrijvingen van uw rekening te bekijken en/of geld over te maken. Informeer bij uw bank.

Thuiservice van de bibliotheek is **een haal- en brengservice van boeken** door een vrijwilliger. Voor iedereen die niet meer zelfstandig naar de bibliotheek kan komen. Meer info: 0182 – 64 05 72.

www.regelhulp.nl is een **digitale wegwijzer van de Rijksoverheid** over zorg en ondersteuning.

Meedoen

Wilt u graag **meer onder de mensen komen** of heeft u **behoefte aan contact** en komt u er zelf niet uit? Neem dan contact op een ouderenadviseur van KijkopWelzijn
ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl
0180 – 691 803

De Zonnebloem is er **voor iedereen met een lichamelijke handicap**. Zij organiseren uitjes en er zijn ook vrijwilligers die als bezoekmaatje bij u aan huis kunnen komen.
www.zonnebloem.nl/barendrecht
0180 – 622 126

Houdt u van **culturele uitstapjes** maar lukt dat niet meer goed zelfstandig? Samen met een vrijwilliger van Vier het Leven kunt u naar een theater of museum. U wordt thuis opgehaald en sluit aan bij andere deelnemers. www.4hetleven.nl
035 – 52 45 156.

Vakantie met begeleiding Hand in Hand Reizen biedt dag- en meerdaagse reizen aan
www.handinhandreizen.nl
info@handinhandreizen.nl
06 – 55 59 86 73

Naast belangenbehartiging organiseren de **ouderenbonden** activiteiten en bieden bepaalde diensten aan.
KBO 06 – 23 35 28 25
PCOB pcob.barendrecht@gmail.com

Kerken en geloofsgemeenschappen organiseren bijeenkomsten en activiteiten. Informeer naar de mogelijkheden.

Behoeft om met iemand te praten? U kunt dag en nacht met de Luisterlijn bellen. Voor mensen die behoefte hebben aan een vertrouwelijk gesprek. Chatten kan ook.
www.deluisterlijn.nl 0900 – 0767.

Komt u niet meer zo makkelijk buitenshuis en heeft u behoefte aan contact? Misschien is **een vrijwilliger aan huis** iets voor u? Voor de gezelligheid, om een praatje te maken, kopje koffie te drinken, om een wandeling te maken. De volgende twee organisaties hebben bezoeken vrijwilligers.

KijkopWelzijn: 0180 – 691 800

Zonnebloem Barendrecht: 0180 – 622 126

Met de voordeelpas van AllemaalAafje krijgt u als lid **korting** op verschillende diensten, toegang tot exclusieve evenementen, speciale aanbiedingen en meer. www.allemaalaafje.nl

Heeft u behoefte aan **persoonlijke begeleiding** in de vorm van een betaald maatje? Mogelijk komt u via Wmo in aanmerking.

www.barendrecht.nl

14 0180 – keuzemenu Wmo.

Veel inwoners redden zichzelf prima of krijgen hulp van mensen uit hun omgeving. Andere hebben hierbij hulp nodig. U kunt bij de Wmo **verzoek om hulp** indienen. Er wordt altijd eerst gekeken naar wat u zelf kunt, of wat mensen in uw omgeving of organisaties in Barendrecht voor u kunnen betekenen. www.barendrecht.nl

14 0180 – keuzemenu Wmo.

Particuliere zorgbureau's

Diverse particuliere zorgbureau's

www.handeninhuis.nl 030 - 659 09 70

www.homeinstead.nl 010 - 45 21 752

<https://hups.nl> 010 – 26 14 153

www.saaraanhuis.nl 0348 – 22 00 15

www.seniorservice.nl 06 – 21 70 84 00

www.zorgmaatjeaanhuis.nl 06-193638825

www.zorgmies.nl 0172 – 78 75 60

Tot slot / andere vragen

Voor al uw **vragen over zorg, wonen, welzijn, inkomen**, een brief die u niet begrijpt etc. kunt u terecht bij het inloopspreekuur van de Vraagwijzer van KijkopWelzijn. U heeft geen afspraak nodig.

Website Wie Wat Waar

De Gemeente heeft informatie verzameld op de website

<https://wiewatwaarbarendrecht.nl/>

Inloopspreekuur Vraagwijzer

Maandag en dinsdag

Bibliotheek 't Plein van 13 – 15 uur.

Woensdag

Bibliotheek 't Kruispunt 10 - 12 uur.

Donderdag

Wijkteam, Kruidentuin 8a 14 – 16 uur.

De **ouderenadviseur van KijkopWelzijn** informeert en adviseert senioren kosteloos bij allerlei vragen. **Meer info:**

ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl

0180 – 691 803

Heeft u een andere vraag?

KijkopWelzijn

info@kijkopwelzijn.nl

www.kijkopwelzijn.nl

0180-691800

Vanaf hier schaduwdocument

De onderstaande organisaties kan naartoe doorverwezen worden door ons.

De vrijwilligers SHB én de professional van KijkopWelzijn maken de inschatting of dat nodig is.

ALLEEN ALS HET NODIG IS. ER IS SOWIESO BEPERKT PLEK EN SCREENING VOORAF.

- Opruimgezelschap
- Hulp van Present in tuin of bij klus
- Kruidenierkoerier (*helaas kunnen we op dit moment geen nieuwe mensen aannemen, tot nader bericht vanuit de Gemeente, juli 2024*)
- Levensverhaal