

Blik op kruiswerk

Kom buurten bij ons uitleenpunt in Wehl!

Tijdelijk een hulpmiddel nodig?

Een rolstoel, krukken of douchebrak leen je eenvoudig bij het uitleenpunt van Kruiswerk in Wehl. Met een medische indicatie zijn veel hulpmiddelen gratis. Leden kunnen loophulpmiddelen tot drie maanden kosteloos

gebruiken.

Loop gerust binnen en ontdek de mogelijkheden. Je vindt ons op Beatrixplein 1 in Wehl, met gratis parkeergelegenheid. Meer weten? Kijk op kruiswerk.nl/uitleenpunt of bel 0314 - 357 430 (ma t/m vr 9:00 - 13:00 uur).



Die ene klus die er al een tijdje ligt Met hulp van de klusser is het zo geregeld

Die ene kamer die nog behangen moet worden, een schutting die aan vervanging toe is, of een laminaatvloer die gelegd moet worden – sommige klussen blijven maar liggen. Gebruik je voorjaarskriebels en ga over tot actie!

ge samenwerking, noemt ze het. Het contact heeft ze vanaf het begin als prettig ervaren: 'Na de aanvraag werden we snel gebeld en vervolgens kwamen de klussers kijken. Het klikte. Manja en Ingrid waren vriendelijk, sociaal en betrokken.'

Op je gemak

Femke is meer dan tevreden over het uitgevoerde werk: 'Er werd heel netjes en vakbekwaam gewerkt. Voor een schappelijke prijs, zeker met de ledenkorting.' Voor een volgende klus vraagt ze Onze Klusvrouw zeker weer: 'Soms is het ongemakkelijk in huis als er onbekende mensen bezig zijn bij je huis. Bij dit klusteam voelde ik me op mijn gemak. Manja en Ingrid denken mee en zetten graag een stapje extra.'

Betrouwbare klushulp

Krijg je ook zin je klusproject op te pakken? Kruiswerk werkt samen met twee ervaren

klusbedrijven: Maartens Klussenservice en Onze Klusvrouw. Maartens Klussenservice is gespecialiseerd in schilderwerk, vloeren leggen, timmerwerk en meubels monteren.



Er werd heel netjes en vakbekwaam gewerkt, voor een schappelijke prijs.

Onze Klusvrouw richt zich naast algemene klussen ook op het levensloopbestendig maken van woningen. Manja en Ingrid helpen met behangen, schilderen, vloeren leggen, isoleren en klein timmerwerk. Als lid van Kruiswerk profiteer je van korting op het uurtarief én lagere voorrijkosten. Kijk voor meer informatie en het aanvragen van een klusser op kruiswerk.nl/klusser-aan-huis of bel met de ledenservice: 0314 - 357 430.

Via de dienst Klusser aan huis van Kruiswerk schakel je eenvoudig een betrouwbare vakman of vakvrouw in, mét ledenkorting. Maar hoe bevalt deze service in de praktijk? We spraken met Femke Heijs Makkus over haar ervaring.

Zelf meegewerkt (maar dat hoeft natuurlijk niet!)

'Manja en Ingrid van Onze Klusvrouw zijn in tussen voor twee projecten bij ons geweest,' vertelt Femke: 'Ze egaliseerden de vloer in onze bijkeuken, die was verzakt, en ze hebben schrootjes vervangen. We hebben nu een mooi afgewerkte, glad behangen wand.' Het was voor Femke logisch een klusser te vragen: 'We konden het niet zelf. We zijn wel handig, maar niet handig genoeg en ik moest geopeerd worden. Mijn man heeft zelf meegewerkt, dat verliep in goed overleg.' Een pretti-

Speciaal voor leden

Als lid van Kruiswerk profiteer je van aantrekkelijke kortingen bij onze kluspartners:

Maartens Klussenservice

- ✓ Schilderen & behangen: € 40,- per uur (niet-leden € 42,-)
- ✓ Overige klussen: € 46,- per uur (niet-leden € 48,-)
- ✓ Voorrijkosten: € 30,- (niet-leden € 33,-)

Onze Klusvrouw

- ✓ Algemene klussen: € 52,50 per uur (normaal € 56,-)
- ✓ Voorrijkosten Achterhoek: € 27,50

Klusser aan huis

Ledenkorting op het uurtarief



Poetsen als een pro slimme schoonmaaktips

Een blinkend schoon huis begint bij de juiste aanpak. Maar hoe pak je hardnekkig vuil het beste aan? En welke schoonmaakgewoonten maken écht verschil?

We delen zes handige tips.

1 Doe snel-poets-rondjes

Stel een vast schoonmaakmoment in en wijk hier niet vanaf. Een 'snel-poets-rondje' werkt goed: besteed per ruimte een paar minuten aan de grootste boosdoener. In de keuken is dat het aanrecht en de gootsteen, in de badkamer de wastafel en in de wc de pot en bril.

2 Ventileren, altijd en overal

Een frisse leefomgeving begint bij ventilatie. Zet af en toe een raampje open om vocht en schimmel te voorkomen. Extra luchten na douchen, koken of een feestje helpt om een gezonde atmosfeer te behouden.

3 Gebruik de juiste schoonmaakmiddelen

Schoonmaakmiddelen zijn niet uitwisselbaar: gebruik een ontvetter in de keuken en een ontkalker in de badkamer. Gebruik de kleurcodes van de microvezeldoekjes: geel voor de keuken, blauw voor interieur, roze voor sanitair en groen voor desinfectie.

4 Automatiseer je schoonmaakgewoonten

Een schone vaatdoek elke dag, direct na het eten de afwas doen en 's avonds even snel opruimen: door deze gewoonten in je routine op te nemen, blijft je huis zonder veel moeite netjes en fris.

5 Laat de schoonmaakmiddelen hun werk doen

Schoonmaakmiddelen hebben tijd nodig om vuil los te weken. Spuiter ontvetter of ontkalker op en laat het enkele minuten intrekken voordat je gaat schrobben. Zo wordt schoonmaken makkelijker én effectiever.

6 Begin klein, maar begin

Grote schoonmaakklus? Begin gewoon ergens, alles helpt. Focus eerst op de meest zichtbare plekken, zoals aanrecht, wastafel of eettafel. Kleine successen motiveren om door te gaan!

Wil je meer tips over de grote voorjaarsschoonmaak? Neem een kijkje op kruiswerk.nl/schoonmaken



Extra hulp in huis?

Ledenkorting op huishoudelijke hulp



Uitgepoetst?

Ga naar de sauna. Tweede persoon GRATIS





Een verzorgde tuin zonder zorgen

Een mooie, verzorgde tuin is een fijne plek om van te genieten. Maar regelmatig tuinonderhoud kost tijd en energie. Wat als het snoeien, maaien en schoffelen te zwaar wordt? Dan biedt Kruiswerk een praktische oplossing: een tuinman.

Meer genieten, minder moeite

Voor veel mensen is de tuin een plek van rust en ontspanning. Maar als het onderhoud een last wordt, kan dat genieten in de weg staan. 'We zien dat sommige mensen steeds minder in hun tuin komen, omdat het werk te zwaar wordt,' vertelt een tuinman van WM

Groenservice. 'Dat is jammer, want met een beetje hulp kan iemand weer volop van zijn tuin genieten.'

Tuinplezier zonder zorgen

Een goed onderhouden tuin is niet alleen mooier, maar ook veiliger. Gladde bladeren,

uitstekende tegels en overhangende takken kunnen (struikel)gevaar opleveren. Met een beetje onderhoud blijft je tuin een fijne en veilige plek, zonder dat je zelf zwaar werk hoeft te doen. Ook als je groene vingers hebt maar sommige klussen niet meer lukken, kan een tuinman precies datgene oppakken wat voor jou te veel wordt.

Professionele hulp voor elk soort tuinwerk

Kruiswerk werkt samen met drie betrouwbare partners: **WM Groenservice** – Voor regulier onderhoud zoals snoeien, maaien en onkruid verwijderen. Periodieke afspraken mogelijk. **Donkergroen - De Groenmakers BV** – Gespecialiseerd in grotere klussen zoals bestrating, schuttingen en tuinrenovaties. **Groenonderhoud Schaper** – Voor totaalonderhoud en seizoensbeurten, van heggen knippen tot het aanleggen van bloembakken.

TIP

▶ Snoei en plant op het juiste moment om je tuin gezond te houden.

▶ Kies voor onderhoudsvriendelijke planten en bodembedekkers om onkruidgroei te verminderen.

▶ Plaats een regenton of tuinslang om water geven makkelijker te maken.

▶ Een tuinman kan helpen bij regelmatig onderhoud of een eenmalige opknabbeurt.

Hoe werkt het?

De tuinservice is beschikbaar in de Achterhoek en Liemers. Na een aanvraag kijken we met jou welke partner het beste aansluit bij jouw wensen. Meer weten of direct een tuinman aanvragen? Bel 0314 - 357 430 (ma t/m vr van 9:00 - 13:00) of mail naar info@kruiswerk.nl.

Met een beetje hulp blijft je tuin een plek om van te genieten, zonder dat het een last wordt.

Speciaal voor leden

Als lid van Kruiswerk profiteer je van aantrekkelijke kortingen bij onze tuinpartners:

WM Groenservice

- ✓ Uurtarief: € 50,- per uur (i.p.v. € 60,-)
- ✓ Periodiek onderhoud: € 45,- per uur (i.p.v. € 60,-) minimaal één keer per twee maanden
- ✓ Voorrijkosten: € 25,- (inclusief afvoer tuinafval)

Donkergroen - De Groenmakers BV

- ✓ Uurtarief: € 95,- per uur voor een tuinmannen-duo (i.p.v. € 120,-)
- ✓ Starttarief: € 425,- (inclusief voorrijkosten)

Groenonderhoud Schaper

- ✓ Uurtarief: € 45,- per uur (niet-leden € 48,-)
- ✓ Voorrijkosten: € 0,30 per km vanaf Zevenaar

Hulp in je tuin?

Ledenkorting op de tuinman



Maak je huis en jezelf veilig

Veiligheid begint thuis

Een veilig en comfortabel huis begint bij slimme oplossingen. Of je nu je woning beter wilt beveiligen, makkelijker wilt tuinieren of frisse lucht wilt binnenlaten zonder zorgen – deze handige producten maken het nét een stukje fijner!

Zie wie er aanbelt - ook op afstand!

Met deze videointercom weet je altijd wie er voor de deur staat, dag en nacht. Praten kan via de display, die je in huis plaatst. Aansluiten? Met bedrading of batterijen, net wat uitkomt.



Ledenprijs: € 189,⁵⁰

Niet-leden: € 199,95

Veilig sleutels opbergen

De Keyguard XL is zwaar inbraakwerend en biedt ruimte voor meerdere sleutels. Geschikt voor binnen en buiten, met stevige montage op beton of steen. Ideaal ook voor mantelzorgers of bij thuiszorg.



Ledenprijs: € 84,⁵⁰

Niet-leden: € 109,-

Comfortabel tuinieren zonder moeite

Minder kracht in je handen? De ergonomische kleine tuinschep maakt tuinieren makkelijker en comfortabeler.

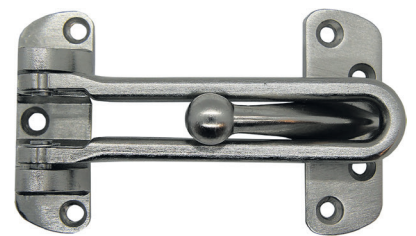


Ledenprijs: € 27,⁹⁵

Niet-leden: € 29,95

Frisse lucht, veilig gevoel

Deze kierstandhouder laat frisse lucht binnen zonder dat je deur of raam volledig opent. De stevige beugel voorkomt ongewenst openen en je draait hem eenvoudig opzij wanneer nodig.



Ledenprijs: € 19,⁵⁰

Niet-leden: € 21,50



Bestel deze en andere producten met ledenvoordeel eenvoudig in de webshop van Zlimthuis: zlimthuis.nl/webshop

Samen zorgen we voor een thuis waar je kunt ontspannen en genieten

Kijk voor meer informatie en handige producten op zlimthuis.nl of bel onze advieslijn: 088 - 17 17 370



Mobiliteit Mantelzorgcursus

Mantelzorgen voor iemand met verminderde mobiliteit brengt uitdagingen met zich mee. Hoe help je veilig bij opstaan, lopen of het gebruik van een rolstoel? De online cursus 'Zorg voor wie je lief is | Mobiliteit' van Livis geeft praktische tips en inzichten in slechts één uur.

Leer over de risico's, handige hulpmiddelen en de beste manieren om te ondersteunen – allemaal op je eigen tempo. Leden van Kruiswerk volgen de cursus voor slechts € 7,50.

Zorg met vertrouwen en gemak. Meld je aan op kruiswerk.nl/mobiliteit

Dankzij de cursus weet jij beter hoe je iemand helpt die zelf niet meer zo mobiel is. Prettig voor jou en voor degene voor wie je zorgt.

€ 7,50
voor leden



AGENDA

Donderdag 20 maart

Driewiel-fietsontdekking Doetinchem
11:30 - 14:30 uur
SaZa Topsportal, Sportweg 1,
7006 GJ Doetinchem

Dinsdag 25 maart

Valpreventie cursus Terborg
Tien groepslessen
Informatie en aanmelden: Azora
Advies- en behandelcentrum

Dinsdag 1 april

Gezondheidscheck Gendringen
10:00 - 17:00 uur
Kei-Fit, Waalstraat 1, 7081 AJ Gendringen

Meer activiteiten?

Bekijk ook onze andere uitjes



In de Achterhoek en de Liemers de zorg voor elkaar

Ouderen en mantelzorgers verdienen onze hulp en ondersteuning. Om dit mogelijk te maken, vragen wij jou om onze missie te steunen. Deze is eenvoudig en krachtig: we willen een veilige en zorgeloze omgeving thuis creëren en behouden waarin ouderen het goed hebben en mantelzorgers de steun krijgen die ze nodig hebben. Met meer leden in de Achterhoek en de Liemers kunnen we meer doen! Ga naar kruiswerk.nl/lid-woorden of gebruik de bon.



Word nu lid van Kruiswerk!

Vul het formulier in of meld je gemakkelijk online aan via kruiswerk.nl/aanmelden

Ja, ik word lid van Kruiswerk* en profiteer voor maar € 24,50 per kalenderjaar van alle voordelen. Lid worden doe je voor jezelf en je gezin of om Kruiswerk te steunen.

Slechts
€ 24,50
per jaar

Voorletters: Voornaam:

Achternaam:

Aanhef: Meneer Mevrouw Anders Geboortedatum:

Adres: Huisnummer: Toevoeging:

Postcode: Woonplaats:

E-mailadres:

Telefoonnummer: Mobiel nummer:

IBAN bankrekeningnummer: Datum:

Handtekening:

Ik ontvang graag de digitale nieuwsbrief van Kruiswerk (indien jouw e-mailadres bij ons bekend is).

Stuur deze bon op naar:
Kruiswerk Achterhoek en Liemers Antwoordnummer 3, 7000 VB Doetinchem (postzegel niet nodig).

*Ondertekende verleent hierbij, tot wederopzegging, de machtiging aan Kruiswerk Achterhoek en Liemers per kalenderjaar een bedrag van € 24,50 af te schrijven. Ik ga akkoord met de algemene voorwaarden (na te lezen op kruiswerk.nl/algemene-voorwaarden) en geef toestemming aan Vereniging Kruiswerk Achterhoek en Liemers om de bovenstaande gegevens te gebruiken voor haar diensten, tenminste de ledenadministratie. Voor meer informatie over inzage of wijziging van jouw gegevens en hoe wij met deze gegevens omgaan, lees onze privacy policy op de.kruiswerk.nl.

kruiswerk



Is een sta-opstoel iets voor jou?

Bellen, lezen, online winkelen, televisie kijken. Ongemerkt zit je meer dan je denkt. Krijg je weleens een slapend gevoel in je benen? Lang zitten kan dit soort ongemak geven en zelfs zorgen voor een minder goede doorbloeding. Het is daarom belangrijk om regelmatig even op te staan en te wisselen van zithouding.

Een sta-opstoel ondersteunt je hierbij. Je krijgt met name hulp bij het opstaan en gaan zitten. Een sta-opstoel is elektrisch verstelbaar en bedien je met een afstandsbediening. De stoel beweegt mee en helpt je om gemakkelijker in beweging te blijven. Hij maakt zitten comfortabeler, je ontspant en je staat gemakkelijker op. Dankzij elektrische ondersteuning, aangedreven door één of meer motoren, is de stoel helemaal naar wens in te stellen. Hoe meer motoren, hoe meer functies de stoel heeft.

Bij Medipoint vind je verschillende modellen. Probeer ze uit in de winkel of plan een afspraak bij jou thuis. De deskundige medewerkers helpen je graag bij het kiezen van een stoel die bij jou past. Meld je aan voor zitadvies en profiteer nu van kortingen tot maar liefst € 1.350,-. Zie medipoint.nl/stoelen

Sta-op Check:

- Wiebelig bij opstaan
- Steun nodig bij opstaan
- Zware of tintelende benen
- Vocht in enkels
- Vermijden van lage/zachte stoelen
- Onzeker over evenwicht
- Zuchten, puffen of steunen bij opstaan

Is jouw antwoord 'ja' bij een of meer vragen?

Jouw lichaam geeft aan dat het tijd kan zijn is voor een beetje hulp. Gun jezelf meer gemak met een sta-opstoel!

Sta-opstoelen actie

Ledenkorting tot € 1.350,-

