

**Volop
voordeel**
voor het hele gezin



kruiswerk

Achterhoek en Liemers

Digitaal gezond met onze cursussen • De zon opzoeken in de winter • Een veilig gevoel door slimme alarmering in huis • Nieuw bij Kruiswerk: Zeker Bewegen • Puzzel mee en win!

Mantelzorg

De zorg voor elkaar

OKTOBER/NOVEMBER 2019 – NR3

Hotel Thuis

Een tijdelijke oplossing
voor als u het even niet
alleen redt

3

Niemand anders kan wat jij doet

Kruiswerk zorgt voor
Mantelzorgers

7

Zlimthuis presenteert Leefsamen

Veilig en persoonlijk
met slimme melders

9



Dag van de
Mantelzorg
10 november
Win

een verwenmoment
Zie pagina 7

Voorwoord

Op 10 november is het de Dag van de Mantelzorg. Een dag om alle mantelzorgers in het zonnetje te zetten. Want soms lijkt de zorg voor een naaste vanzelfsprekend, maar dat is het niet altijd.

Bijna iedereen kent wel een familielid, vriend, buurman of -vrouw of kennis die wat extra hulp kan gebruiken. En ook bijna iedereen heeft wel eens iemand anders een extra handje geholpen. Kleine dingen kunnen al verschil maken: een boodschap doen, de was opvouwen of het gras maaien. Maar er zijn duizenden mensen in Nederland die structureel mantelzorg verlenen. Die dag in, dag uit voor iemand zorgen waarmee ze een persoonlijke band hebben. Ken jij iemand die mantelzorg verleent en die het verdient om in het zonnetje te worden gezet? Wij organiseren een 'verwendag' voor een mantelzorger. Lees meer over deze actie op pagina 7.

Als iemand veel hulp nodig heeft, vergeet je soms jezelf. Het CBS onderzocht dat een op de zeven mantelzorgers zich zwaarbelast vindt. Probeer niet altijd alle ballen in je eentje hoog te houden, er zijn tegenwoordig steeds meer digitale oplossingen die de zorg voor een ander makkelijker maken. Zo biedt Zlimthuis allerlei slimme thuisoplossingen die het gemakkelijker maken om comfortabel en veilig thuis te wonen. En zijn Kruiswerk en Zlimthuis sinds kort onderdeel van het project 'Leefsamen', waarover je meer leest op pagina 9. Ook bieden wij vanuit Kruiswerk verschillende diensten om de mantelzorger te ontlasten, zoals ons nieuwe initiatief: Hotel Thuis. Want samen zorgen we voor elkaar.

Regiomanager Kruiswerk
Achterhoek en Liemers

Jeanette Mertens

Lees meer over wat Kruiswerk voor u als mantelzorger kan betekenen op **pagina 7**

Tip

Terugblik Kidsgames



Kidsgames Braamt 2019: een zonnig succes!

Bijna 1.300 bezoekers kwamen zondag 30 juni naar de Kidsgames 2019 in Braamt! Al voor 10 uur stond er een flinke rij enthousiaste gezinnen voor de ingang. Dit jaar kwamen topkok Pierre Wind en vlogbroers Milan Knol en Enzo Knol langs. Markant Outdoorcentrum stond op z'n kop!



De kinderen konden zich uitleven met mountainbiken, kanovaren, gamen en broodjes bakken bij het vuur. Pierre Wind en Milan Knol gaven workshops. Het concept van de Kidsgames bestaat uit de drie pijlers 'Food', 'Outdoor' en 'Gaming'. Hiermee probeert Kruiswerk ouders op een leuke manier

bewust te maken van de dagelijkse balans die belangrijk, maar soms lastig te behouden is: de balans tussen binnen en/of online spelen en buitenspeel. De Kidsgames is een toegankelijk en laagdrempelig familie-evenement waar elk gezin kan genieten!

Benieuwd wanneer de Kidsgames volgend jaar plaatsvinden? Houd onze **Facebookpagina** @Kidsgamesevent in de gaten!

Terugkijken?

Bekijk de vlog van YouTuber Enzo Knol op kruiswerk.nl/EnzoKnol, de aftermovie op kruiswerk.nl/kidsgames2019 en de foto's op onze **Facebookpagina** @Kidsgamesevent.

www.kidsgames.nl

AGENDA OKT/NOV/DEC

Bekijk alle uitjes, activiteiten en workshops voor leden op www.kruiswerk.nl/agenda

4 oktober 10:00 – 15:00

Gezondheidscheck

Lochem, Sportsience
Gratis voor leden,
€ 19,50 voor niet-leden

11 oktober 11:00 – 16:00

Gezondheidscheck

Ruurlo, Totalfit
Gratis voor leden,
€ 19,50 voor niet-leden

18 oktober 10:00 – 15:00

Gezondheidscheck

Ruurlo, Totalfit
Gratis voor leden,
€ 19,50 voor niet-leden

24 oktober 14:30 – 16:00

Uitvaart Zonder Zorgen

Vorden, Hotel Bakker
Lees meer op pagina 12

24 oktober 19:30 – 21:00

Uitvaart Zonder Zorgen

Heelweg, De Radstake
Lees meer op pagina 12

24 oktober

Valizo Dagtocht Oude Ambachten en Speelgoed Museum

Lees meer op pagina 10

1 november 10:00 – 15:00

Gezondheidscheck

Vorden, Medipoint Thuiszorgwinkel
Gratis voor leden,
€ 19,50 voor niet-leden

8 november 10:00 – 15:00

Gezondheidscheck

Varsseveld, Bewegingscentrum Fit In
Gratis voor leden,
€ 19,50 voor niet-leden

15 november 10:00 – 15:00

Gezondheidscheck

Warmsveld, Heelhuus Gezondh.centrum
Gratis voor leden,
€ 19,50 voor niet-leden

19 november 15:30 – 17:00

Symposium Sravana

'Zolang er leven is, wordt er geleefd'
Doetinchem, Amphion Theater
Meer informatie en kaarten:
www.amphion.nl

20 november

Valizo Dagtocht Magische orchideeën en betoverende vlinders

Lees meer op pagina 10

21 november 15:00 – 16:00

Informatiebijeenkomst zorgverzekeringen

Doetinchem, 't Brewinc,
IJsselkade 17, (1e verdieping)
Lees meer op pagina 5

22 november 10:00 – 15:00

Gezondheidscheck

Lichtenvoorde, Kei-Fit Sportcentrum
Gratis voor leden,
€ 19,50 voor niet-leden

25 november 10:00 – 11:00

Informatiebijeenkomst zorgverzekeringen

Zevenaar, Musiater
Lees meer op pagina 5

29 november 9:00 – 12:00

Gezondheidscheck

's-Heerenberg, Laco Sportcentrum
Gratis voor leden,
€ 19,50 voor niet-leden

4 december 10:00 – 11:00

Informatiebijeenkomst zorgverzekeringen

Ruurlo, Bibliotheek Dorpsstraat 74
Lees meer op pagina 5

4 december 19:30 – 20:30

Informatiebijeenkomst zorgverzekeringen

Winterswijk, Bibliotheek Parallelweg 5
Lees meer op pagina 5

13 december 10:00 – 15:00

Gezondheidscheck

Terborg, Laco Physique
Gratis voor leden,
€ 19,50 voor niet-leden

Wilt u het welzijn van mensen in uw omgeving helpen verbeteren?

Heeft u een paar uur per maand te besteden en wilt u die graag nuttig inzetten? Kruiswerk Achterhoek en Liemers, vangnet en vraagbaak rondom zorg voor 63.000 leden, zoekt per direct een nieuwe penningmeester. Bent u financieel onderlegd en zoekt u een leuke bestuursfunctie?

Ga direct naar:

Kruiswerk.nl/vacature-penningmeester



hotel thuis

Als u het even niet alleen redt

Zelfstandig thuis wonen kan heel fijn zijn, maar soms red je het even niet helemaal alleen. En dat hoeft ook niet. Moet u bijvoorbeeld thuis herstellen van een behandeling of gaat uw mantelzorger op vakantie, dan heeft Kruiswerk een passende oplossing: Hotel Thuis. Een week lang, twee uur per dag neemt een consulente de nodige zorgtaken over, maakt het huis in orde, haalt boodschappen en verzorgt een warme maaltijd. U hoeft alleen maar de deur open te doen.



Hotel Thuis is een nieuwe, goed doordachte service die voor bijna iedereen voldoet. Dat weten we omdat de dienst is ontwikkeld als antwoord op vragen van onze leden. Jeanette Mertens, regiomanager van Kruiswerk en mede-initiatiefnemer van Hotel Thuis: "Kruiswerk is sinds jaar en dag een vangnet en kompas voor haar leden. Onze consulenten worden geregeld gebeld met vragen als: 'Ik word volgende week geopereerd en ik weet niet of ik mezelf daarna thuis kan redden. Kunnen jullie me helpen?'. Of men geeft aan dat de mantelzorger een paar dagen niet kan komen waardoor praktische basisbehoeften in het gedrang komen. Onze leden verwachten dat wij hen helpen om het leven op dat soort momenten gemakkelijker te maken. Met Hotel Thuis herstelt u thuis, in uw eigen, vertrouwde omgeving. Met goede zorgen en elke dag even een luisterend oor. Want dat is minstens zo belangrijk."

Verlengen en uitbreiden?

Hotel Thuis bestelt u per week. U kunt per week bekijken of u Hotel Thuis wilt verlengen. De service is tevens eenvoudig uit te breiden met bijvoorbeeld personenalarmering, aanpassingen in huis via Zlimthuis, een tuinman of andere relevante diensten van Kruiswerk. Voor een vast bedrag én met ledenkorting. Bekijk op www.kruiswerk.nl/diensten wat wij voor u kunnen doen.

Hotel Thuis voor mantelzorgers

Helpt u dagelijks uw partner of een familielid en komt er een moment waarop u deze taken tijdelijk moet overdragen? Hotel Thuis is ook een oplossing voor mantelzorgers.

Kosten en vergoedingen

De kosten voor het Hotel Thuis basispakket zijn voor de eerste week (7 aaneengesloten dagen/2 uur per dag) € 85,00 per dag incl. BTW (Voor Hotel Thuis Op-Maat krijgt u een offerte).

Let op: u hoeft dit bedrag nooit geheel zelf te betalen:

- De dienstverlening is aftrekbaar van de inkomstenbelasting onder de noemer 'extra gezinshulp'. Dit levert u een korting op tussen de 19% en 52% op;
- Met een PGB-indicatie hoeft u geen btw te betalen;
- Met een aanvullende zorgverzekering van Zilveren Kruis Achmea krijgt u Hotel Thuis – als zijnde 'hulp in huis na ziekenhuisopname' - volledig vergoed;
- Kruiswerk praat momenteel met overige verzekeraars over opname in de zorgverzekeringspakketten.

Willem Veenendaal, adviseur zorgverzekeringen bij Kruiswerk, informeert u graag persoonlijk welke vergoedingen voor u van toepassing zijn. U mailt naar Willem via info@kruiswerk.nl of belt naar 0314 357 430.

Aanvragen

Hotel Thuis is alleen af te nemen door leden van Kruiswerk Achterhoek en Liemers. U bent al lid voor € 19,50 per jaar per huishouden.

U vraagt Hotel Thuis gemakkelijk aan op www.kruiswerk.nl/hotelthuis of bel op werkdagen tussen 09.00 - 13.00 uur 0314 357 430.



Hoe werkt Hotel Thuis?

Vraagt u Hotel Thuis vandaag bij ons aan, dan kunnen we binnen twee dagen starten. Wel zo geruststellend. Houdt u er wel rekening mee dat we in het weekend mogelijk iets meer tijd nodig hebben om alles te regelen. Na de aanvraag neemt een consulent contact met u op om de mogelijkheden en uw behoeften te bespreken. Want die zijn voor iedereen anders. Daarom biedt Hotel Thuis 2 pakketten aan:

Het basispakket

Een Hotel Thuis consulent komt gedurende zeven opeenvolgende dagen (ook in het weekend) dagelijks twee uur bij u langs voor:

- De boodschappen;
- Licht huishoudelijk werk, zoals stofzuigen en afwassen;
- De warme maaltijd;
- Eenmaal de was en strijk;
- Een luisterend oor.

Andere ondersteuning wordt persoonlijk afgestemd, passend binnen de beschikbare uren.

Hotel Thuis Op-Maat

Mocht u belangrijke zaken missen in het basispakket hierboven, kies dan voor Hotel Thuis Op-Maat. U krijgt alles in het basispakket en boekt extra uren bij voor bijvoorbeeld vervoer naar uw arts, apotheek of familie, of het uitlaten van uw hond. Maar ook simpelweg om een wandeling te maken of samen te eten, een gezelschapsspel te spelen of het bespreken van een schema waarmee de consulent u helpt de regie over de dag weer terug te krijgen. Kortom, wat u nodig heeft.



Goed geregeld met Kruiswerk

Meneer In 't Schip:

"Ik was verschrikkelijk blij dat ik weer naar huis mocht na mijn revalidatie. Alleen kon ik nog niet alles. Drempels waren lastig, de trap was een probleem en lang staan was nog pijnlijk. Hotel Thuis heeft het me de eerste weken een stuk makkelijker gemaakt. Mijn bed is naar beneden verplaatst, de thuiszorg kwam voor mijn persoonlijke hulp en over de rest hoefde ik mij geen zorgen te maken. Ik kon mij volledig richten op mijn herstel."



Mevrouw Troost:

"Nadat ik onverwacht eerder het ziekenhuis uit kon, wist ik even niet wat ik moest doen. Mijn conditie was nog niet zo goed. Mijn twee dochters wonen in een andere stad en ik zat niet te wachten op een week lang een logé. Kruiswerk heeft me toen de zorg uit handen genomen. Na een week kon ik zelf weer koken en naar buiten. Alleen de huishoudelijke hulp komt nog elke week langs. Die luxe gun ik mezelf."



KOM ZIEN EN BELEVEN
Health-checks, energietips, veiligheidstips van politie en brandweer, virtuele thuisomgeving, sportieve activiteiten, financieel advies, beautytips, tuintips, en nog veel meer!

Oost West Thuis Best
WOONGEMAK

KOM EN ONTDEK
Alles over duurzaam woongemak in Bronckhorst

KIJK VOOR MEER INFORMATIE OP:
www.bronckhorst.nl

12 oktober
10.30 - 15.00 UUR | **op de gemeentewerf**
ZELHEMSEWEG 27 - HENGEL (GLD)

Gratis toegang

POWERED BY:  gemeente Bronckhorst  Kruiswerk Achterhoek en Liemers  OP morgen

Medipoint aanrader

Wilt u een sta-opstoel uitproberen?
U huurt er al een voor € 32,50 per week!

Mijn sta-opstoel zit perfect
Veilig zitten en opstaan

Omdat de perfecte stoel voor iedereen anders is, organiseren wij de Zitadviesdagen. Hierbij voorzien we u van persoonlijk advies en profiteert u van diverse extra's. Denk aan:

- Extra ruime keuze uit modellen
- Een persoonlijke zitanalyse
- Keuze uit een accessoire, zoals gratis luxe hoodkussen, stoelverwarming t.w.v. € 249,- of draaiplateau voor de helft van de prijs
- Gratis thuisbezorging en installatie

Kom naar de Zitadviesdag

Waar en wanneer:

Zutphen, Den Elterweg 77, zaterdag 5 oktober
Winterswijk, Beatrixpark 1, donderdag 17 oktober

Zorgeloos eropuit? In ons servicecontract zijn onder andere pechhulp en reparaties inbegrepen. Vraag uw adviseur of winkelmedewerker naar de voorwaarden

Scootmobielen
Tot wel 25% korting



Korting tot € 750,-

Rollator Classico
Lichtgewicht en opklapbaar



Van € 229,-
voor € 199,-
voor leden
€ 179,-

Fietstrainer
Herstel uw spierkracht



Van € 39,99
voor € 35,99
voor leden
€ 29,99

Sta-opstoelen
Tot wel 25% korting



Korting tot € 800,-

Kijk op www.medipoint.nl/veilig voor onze totale najaarsactie!

Genoemde acties zijn ledenaanbiedingen. Geldig t/m 15-11-2019. Niet i.c.m. andere actie, korting of waardebon. Vraag overige voorwaarden in de winkel.

Meer informatie of een persoonlijke afspraak? Bel 088 - 10 20 100, kijk op www.medipoint.nl/veilig of vraag het in de winkel: **Winterswijk**, Beatrixpark 1 | **Zutphen**, Den Elterweg 77 | **Vorden**, Raadhuisstraat 1



Zorgverzekeringen

Informatiebijeenkomsten

Gratis!

Ook voor niet-Kruiswerk leden!

Aan het eind van het jaar wordt u weer overspoeld met aanbiedingen van zorgverzekeraars. Door de angst niet goed verzekerd te zijn of niet geaccepteerd te worden, stapt u maar niet over naar een andere verzekeraar. Door niet kritisch naar uw huidige verzekering en situatie te kijken, bent u vaak niet goed verzekerd en is er kans dat u honderden euro's te veel betaalt.

Om dit te voorkomen organiseert Kruiswerk Achterhoek en Liemers een aantal verhelderende informatiebijeenkomsten. Willem Veenendaal, adviseur zorgverzekeringen bij Kruiswerk, praat u bij over de belangrijkste aandachtspunten:

- Belangrijkste wijzigingen in de vergoedingen in 2020;
- Acceptatieplicht en machtigingen;
- Verschillende soorten basis- en aanvullende verzekeringen;
- Het eigen risico en eigen bijdrage;
- Hoe wordt specifieke zorg vergoed, denk hierbij onder andere aan medicijnen, (chronische) fysiotherapie, hoortoestellen en gebitsprothese.

Data en locatie:

21 november 15.00 – 16.00 uur,
Doetinchem, 't Brewink, IJsselkade 17, (1e verdieping)

25 november 10.00 – 11.00 uur,
Zevenaar, Musiater, Bommersheufsestraat 62

4 december 10.00 – 11.00 uur,
Ruurolo, Bibliotheek Dorpsstraat 74

4 december 19.30 – 20.30 uur,
Winterswijk, Bibliotheek, Parallelweg 5



“

Ik ben Willem Veenendaal, adviseur zorgverzekeringen.

Een onderwerp dat grote impact kan hebben op uw gezondheid en portemonnee. Daarom neem ik graag de tijd om u persoonlijk, kundig en volledig te informeren en adviseren. 'Ben ik goed verzekerd? Betaal ik niet te veel? Ik ben al ziek, dus ik word nooit geaccepteerd!' Zomaar wat vragen en onduidelijkheden waar ik u antwoord op kan geven. Daarnaast zet ik mij in voor meer zorg en de beste prijs via Kruiswerk Zorgcollectief. Ik help u graag, geheel gratis en belangeloos!

”

Aanmelden: kruiswerkzorgcollectief.nl/informatiebijeenkomst of telefonisch 0314 – 357430

Nieuw bij Kruiswerk Achterhoek en Liemers:



ZekerBewegen

Jaarlijks belanden meer dan 100.000 ouderen op de eerste hulp door een valpartij in of om de woning. Reden voor Kruiswerk om in samenwerking met Judo Bond Nederland het programma ZekerBewegen aan te bieden.

Het programma, bestaande uit zes lessen, bevat spierversterkende en balans oefeningen om uw bewegingsvrijheid te vergroten en valpartijen te voorkomen. Daarnaast kunt u advies krijgen van onze experts op het gebied van veilig wonen. Aanmelden kan tot 11 oktober. Wees er snel bij; want vol is vol.

Startdata en locatie:

16 oktober 10.00 uur **Wehl**
Budosport Shizentai, Wilhelminastr 12
16 oktober 11.00 uur **Winterswijk**
Budocentrum Winterswijk,
De Huininkmaat 1a
17 oktober, 10.00 uur **Zevenaar**
Fitnesscentrum Zevenaar, Mercurion 5

Kosten

Leden van Kruiswerk €60,- (niet-leden €75,-). Gratis voor verzekerden van VGZ, vergoed vanuit preventiebudget*

* Op voorwaarde dat u aangesloten bent via het Kruiswerk Zorgcollectief en aanvullend verzekerd bent.

Aanmelden: www.kruiswerk.nl/zekerbewegen of telefonisch 0314 – 357430



15% korting

per uur voor u als lid!

Kindercoach via Kruiswerk

Opvoeden en opgroeien is leuk, maar niet altijd makkelijk. Via Kruiswerk krijg je 15% korting per uur op de hulp van een kindercoach.

Een kindercoach zorgt ervoor dat je kind weer lekker in zijn of haar vel zit en kan helpen bij uiteenlopende situaties, zoals leren omgaan met boosheid en angst, verdriet bij scheiding en/of overlijden, faalangst, overprikkeling, stress en beelddenken.

Kindercoaches Gelderland

Kruiswerk werkt samen met Kindercoaches Gelderland, een initiatief van kindercoaches uit Gelderland. Iedere kindercoach heeft zijn eigen expertise en op deze manier bundelen ze hun krachten. De coaches geven workshops, lezingen en thema-avonden, maar ondersteunen ook bij het opvoeden van kinderen als het even moeilijk is.

Aanvragen

Wil je meer informatie over een van de kindercoaches en hun expertises, of een kindercoach aanvragen? Vul dan het aanvraagformulier op www.kruiswerk.nl/kindercoach in en stel je vraag of geef de situatie van jouw kind in het opmerkingenveld weer. Wij nemen zo snel mogelijk contact met je op, om de geschikte coach te vinden. Natuurlijk kan je ons ook altijd bellen.

We zijn bereikbaar op maandag t/m vrijdag tussen 09.00 – 13.00 uur op **0314 – 357 430**.

Ledenvoordeel

Als lid van Kruiswerk krijg je 15% korting per uur bij Kindercoaches Gelderland. De coaches die hierbij zijn aangesloten, hanteren een eigen tarief en variëren tussen de € 60,- en € 65,- per uur.



Boodschappenhulp

Vier manieren om uw boodschappen in huis te halen



Boodschappen doen is voor de één een dagelijkse festiviteit, maar voor de ander iedere keer een ware beproeving. Ook kan het zo zijn dat u helemaal niet (meer) in de mogelijkheid bent zelf uw boodschappen te doen. Gelukkig zijn er tegenwoordig verschillende oplossingen waarvan u gebruik kunt maken om toch verse producten uit de supermarkt te verkrijgen. Hoe haalt u de boodschappen in huis?

1. Zelf boodschappen doen

Veel mensen vinden het heerlijk om zelf hun boodschappen in huis te halen. Door dat u de deur uitgaat, betekent dit ook een rondje wandelen of fietsen. Dat is niet alleen goed voor uw gezondheid, maar het is ook gezellig wanneer u bekenden tegenkomt en even een praatje maakt.

2. Boodschappenservice

Met name grote supermarkketens bieden een zogenaamde boodschappenservice aan. Met deze dienst kunt u de boodschappen tot aan de voordeur of tot in de keuken laten bezorgen. U hoeft de bestelde producten alleen nog maar op te bergen, een oplossing voor velen. Bijvoorbeeld wanneer het weer te slecht is om naar buiten te gaan of als u vanwege een handicap

minder mobiel bent. De boodschappen die u thuisbezorgd wilt hebben kunt u via internet bestellen. Bijvoorbeeld via de website van een supermarkt of een zogenoemde app op uw iPad/tablet of telefoon. Let wel goed op de voorwaarden en kies voor een dienst die aansluit bij uw persoonlijke behoeften.

3. Afhaalpunt

Niet iedereen vindt het een feest om zelf de boodschappen in de winkel bij elkaar te zoeken en de kar door de winkel te duwen. Ook voor deze groep mensen is er een oplossing: het afhaalpunt van de supermarkt. Wanneer u hiervan gebruik maakt worden uw boodschappen verzameld in een doos of krat en kunt u deze zo meenemen. U hoeft alleen de boodschappen thuis nog op te bergen en u bent klaar. Gezellig samen op pad, het sjuuwwerk aan de thuishulp overlaten en tot slot een kopje koffie drinken op uw favoriete plek.

4. Boodschappenhulp van Senior Service

Zoals u kunt lezen zijn er vandaag de dag voldoende opties om uit te kiezen. Laat u de boodschappen thuisbezorgen, haalt u deze op bij een afhaalpunt of doet u dit het liefste zelf? Wanneer u graag zelf de boodschappen doet, maar u hier wat hulp bij

kunt gebruiken, kunt u een beroep doen op een thuishulp van Senior Service. Veel cliënten schakelen onze hulp niet alleen voor de boodschappen in, maar beschouwen deze tijd echt als een middagje buiten de deur. Uw vaste thuishulp komt u op een afgesproken dag en tijdstip ophalen om samen boodschappen te doen. Gezellig samen op pad, het zware werk aan de thuishulp overlaten en tot slot een kopje koffie drinken op uw favoriete plek. Eenmaal thuisgekomen zorgt onze thuishulp dat de boodschappen worden uitgepakt. Heeft u nog een wasje dat opgehangen moet worden? Ook dat doet onze thuishulp graag voor u. Boodschappen doen, samen koken en eten is ook een veelvoorkomende combinatie.

Over Senior Service

Een thuishulp van Senior Service biedt senioren en mantelzorgers binnens- en buitenshuis extra structurele ondersteuning. Bijvoorbeeld met de boodschappen, samen koken of begeleid naar een afspraak in het ziekenhuis.

Als lid van Kruiswerk betaalt u voor de thuishulp van Senior Service geen vaste abonnementskosten à € 9,95 per maand.

Na twee maanden heeft u uw lidmaatschapskosten van € 19,50 per jaar praktisch terugverdiend.

Schakel nu thuishulp van Senior Service in via 0800-1969 of vraag eerst een brochure aan via seniorservice.nl/contact

Hebben wij wel uw juiste gegevens?

Bent u onlangs verhuisd of heeft u een nieuw telefoonnummer of e-mailadres? Dan is het belangrijk dat u dat aan ons doorgeeft, anders kan het zijn dat u belangrijke berichten misloopt zoals de post met uw nieuwe lidmaatschapskaart.

De gemakkelijkste manier om uw gegevens te veranderen, is om naar <https://www.kruiswerk.nl/wijziging> te gaan en daar de gewijzigde gegevens in te vullen. Wij verwerken de wijzigingen dan zo spoedig mogelijk.

2 tips:

- Vul altijd uw naam en lidmaatschapsnummer in;
- Mocht er iets wijzigen in uw bankgegevens, vergeet dan niet de machtiging aan te klikken.

U kunt ons natuurlijk ook bellen via telefoonnummer 0314-357430 of een e-mail sturen naar info@kruiswerk.nl

kruiswerk
Achterhoek en Liemers



8 uur gratis acute zorg

Exclusief voor leden

Kunt u ineens niet meer voor uzelf, uw partner of kinderen zorgen? In zo'n crisissituatie biedt Kruiswerk Achterhoek en Liemers haar leden acute zorg, zoals verpleging, verzorging en huishoudelijke hulp. Gratis.

Kruiswerk Achterhoek en Liemers verleent acute zorg als er sprake is van een directe verstoring of bedreiging van het huiselijke ritme. U kunt 24/7 bellen met Kruiswerk via telefoonnummer 0314-357430. Indien u een wijkverpleegkundige of buurtcoach heeft, kan deze ook een aanvraag voor u indienen. In overleg wordt vervolgens bepaald welke hulp er direct nodig is en wanneer deze geleverd kan worden. We behandelen uw aanvraag binnen 24 uur, ook in het weekend. Zo bent u snel verzekerd van de nodige huishoudelijke hulp, verpleging, verzorging of oppas.

Ledenvoordeel

Acute zorg is een dienst exclusief voor leden van Kruiswerk.

Bent u langer dan één jaar lid? Dan heeft u recht op acht uur gratis acute zorg per kalenderjaar. Als u nog geen jaar lid bent, betaalt u een eigen bijdrage van € 10,- per uur.

Hang dit op uw koelkast:



Voor acute zorg:
Kruiswerk 0314-357430 !

Niemand anders kan wat jij doet



Dus laat Kruiswerk je ondersteunen

Zorginstanties door heel Nederland geven ruimschoots toe niet meer te kunnen functioneren zonder mantelzorgers. Gelukkig zijn heel veel mensen bereid voor een ander te zorgen; een op de drie Nederlanders ouder dan 16 is mantelzorger. Toch ziet slechts een kwart van de mantelzorgers zichzelf als zodanig. Misschien voelt de hulp die je biedt vanzelfsprekend, maar er schuilt een gevaar om mantelzorg als 'gewoon' te beschouwen. Want dat weerhoudt je er misschien van om hulp te vragen wanneer jij die nodig hebt.

Herkenbaar?

Helaas zijn de feiten over mantelzorgers in Nederland allesbehalve geruststellend. In 2015 waren er voor iedere 85-plusser tien potentiële mantelzorgers beschikbaar, verwacht wordt dat dat er in 2040 nog geen vier zijn (bron: RIVM). Daarnaast is de situatie van veel mantelzorgers zorgwekkend:

- Naar schatting zorgen 750.000 mantelzorgers langdurig (langer dan drie maanden) en intensief (meer dan acht uur per week) voor een naaste;
- Vijf op de zes mantelzorgers tussen 18 en 65 jaar heeft naast hun mantelzorg betaald werk;
- Een op de tien mantelzorgers voelt zich zwaarbelast;
- Een op de tien heeft behoefte aan respijtzorg, maar krijgt die niet;
- Een op de drie is niet op de hoogte van ondersteuning waar zij recht op hebben.

Is een van bovenstaande punten op jou van toepassing? Of herkent u een mantelzorger in je omgeving? Vraag dan om ondersteuning. Laat schaamte of plichtsbefes

je niet tegenhouden: gedeelde zorg weegt nu eenmaal minder veel. Wacht daarmee niet totdat het je echt teveel wordt. Want niemand anders kan wat jij doet. Dus moet je zuinig op jezelf zijn.

Laat Kruiswerk helpen

Kruiswerk biedt verschillende diensten die jouw verantwoordelijkheden als mantelzorger tijdelijk of structureel kunnen verlichten en die je als lid met aantrekkelijke kortingen kunt krijgen. Sommige worden ook (gedeeltelijk) vergoed door de zorgverzekering.

Hotel Thuis

Hotel Thuis geeft je dagelijks maar niet 24/7 mantelzorg en heb je een vakantie gepland? Of moet je worden geopereerd en zoek je een tijdelijke oplossing tot je hersteld bent? Hotel Thuis kan uitkomst bieden. Een thuishulp komt een week lang twee uur per dag langs en zorgt voor de boodschappen, warme maaltijden, kleine zorghandelingen en lichte huishoudelijke taken. Alles in goed overleg en verlengbaar op aanvraag. Blader terug naar pagina 3 of kijk op www.hotelthuis.nl

Zlimthuis

Zlimthuis heeft als doel om mensen langer zelfstandig, veilig en comfortabel thuis te laten wonen. Menselijke technologie kan daarbij helpen. Zo presenteren wij 'Zlim Noaberschap' met Leefsamen; automatische personenalarmering in de woning die de je alarmeert wanneer er iets mis lijkt te zijn met degene waar jij voor zorgt. Alles op je smartphone. De persoon in kwestie kan zoveel contactpersonen opgeven als hij/zij wil en met de Leefsamen-app kan je samen met de hele familie een oogje in het zeil houden. Blader door naar pagina 9 of kijk op www.zlimthuis.nl/noaberschap2

Acute zorg

Je zorgt 24/7 voor je kind, echtgenoot of ouder en bent gewend alles strak te plannen. Maar sommige dingen laten zich niet plannen. Mocht je onverwacht je taken als mantelzorger niet kunnen uitvoeren, dan heb je als lid van Kruiswerk recht op 8 uur

acute zorg per jaar. Gratis (na een jaar lidmaatschap). Of het nu gaat om verpleging, verzorging, huishoudelijke hulp of een combinatie: Kruiswerk behandelt je aanvraag binnen 24 uur, ook als het weekend is.

Lees hiernaast meer of kijk op www.kruiswerk.nl/acute-zorg

10 november Dag van de Mantelzorg Win en word thuis in de watten gelegd

Op de Dag van de Mantelzorg draait Kruiswerk in samenwerking met partner Mobella de rollen om. Ken of ben jij een mantelzorger die wel een verwenmoment kan gebruiken? Geef diegene of jezelf dan op door je verhaal met ons te delen. Onder de deelnemers verloten we een ontspannen verwendag voor een mantelzorger en twee bekenden naar keuze:

- De kapper knipt en föhnt jullie haar;
- De pedicure verwent jullie voeten en lakt de nagels;
- De schoonheidsspecialiste geeft jullie een gezichtsmassage en reiniging;
- Inclusief een lekkere lunch!

Bij het opgeven vragen wij je het verhaal van jouw mantelzorger of van jezelf, met ons te delen. Alle verhalen worden door ons vertrouwelijk behandeld en hebben een tweeledig doel: 1. verifiëren dat we een mantelzorger verwennen 2. de behoeften van mantelzorgers in de Achterhoek en Liemers beter te begrijpen. Het verhaal wordt niet gepubliceerd, tenzij je daar nadrukkelijk toestemming voor geeft als wij daarover contact met je opnemen.



De winnaar gaat ermee akkoord dat op deze dag foto's worden gemaakt die gebruikt kunnen worden voor on- en offline marketingactiviteiten van Kruiswerk en Mobella.

Kijk op www.kruiswerk.nl/zorgenvoormantelzorgers voor alle diensten die voor mantelzorgers een verschil kunnen maken.

DayClock biedt structuur, oriëntatie en verbinding

Dayclock 10 inch inclusief agenda, spraakfunctie en 6 maanden abonnement *

* Na 6 maanden betaalt u € 3 per maand, u wordt hierover automatisch geïnformeerd.

€ 249,-



Exclusief voor
Kruiswerk-leden

gratis
luke lijst voor
Dayclock

(Zie foto hiernaast, t.w.v. € 25)

Kees is Zlimthuis Expert. Zijn moeder woont alleen en hij merkte dat ze dingetjes begon te vergeten. "Mijn moeder begon steeds meer moeite te krijgen met haar planning. Ze miste een stukje tijdsbesef. Ze vergat afspraken en werd hierdoor onzeker", vertelt Kees. "Als kinderen begonnen wij ons steeds meer zorgen te maken. Omdat ik vanuit mijn werk bij Zlimthuis al meerdere malen positieve ervaringen had met DayClock, hebben we besloten om deze voor mijn moeder in te zetten."

De DayClock is een praktische oplossing die het nuttige met het aangename verenigt. Het biedt belangrijke klokfuncties (analoog, digitaal, dag en dagdeel),

maar ook de mogelijkheid om berichten, agenda-afspraken en foto's te plaatsen die digitaal via de bijbehorende app kunnen worden verstuurd. "Naast dat het mijn moeder helpt met haar dagstructuur, vindt ze de DayClock ook heel gezellig. Wij kunnen haar berichtjes en foto's sturen; zo wens ik haar iedere avond welterusten. Dit heb ik zo geprogrammeerd." Hierdoor wordt de grip op de tijd (en op het leven) vergroot en is zij tevens onderdeel van de digitale wereld. "Je had haar reactie moeten horen toen ik haar laatst een mooie vakantiefoto uit Oostenrijk stuurde. Dat was zo mooi."

De DayClock is ook zeer gebruiksvriendelijk, zo geeft Kees aan; "Het fijne is dat ze er zelf niet mee hoeft te communiceren, ze hoeft alleen maar te genieten van de berichten

en foto's die we haar sturen. En door de agenda-functie heeft ze ook nog eens de juiste dagstructuur. En doordat hij naast haar stoel staat waar ze veel zit, ziet ze nieuwe meldingen en foto's altijd heel snel". Kees denkt dat de DayClock voor veel mensen een oplossing kan zijn: "Eenzaamheid, verzorging en steeds meer mensen met geheugenproblemen vragen om innovatieve producten. Behalve voor zelfstandig wonenden zoals mijn moeder is de DayClock ook zeer geschikt voor innovatieve zorginstellingen. Het apparaat zorgt voor structuur en verbinding voor cliënten en hun familie en ondersteunt de zorgprofessionals."

Keuze uit de kleuren wit, zwart, titanium en goud. Voer bij uw bestelling in onze webshop de kortingscode **dayclock10** in.

Lijst voor niet-leden van € 25
nu voor € 10,00
Kortingscode: **dayclock10**

Meer informatie?
Kom langs in het Beleeftuis in Doetinchem (Jsselkade 17) voor een demonstratie of kijk op zlimthuis.nl/dayclocks

Actieproducten

Bekijk alle aanbiedingen op
www.zlimthuis.nl/webshop-kw

Puck Keysafe

Voor personen-
alarmering of
bij zorg aan huis.

- + Gepatenteerde codeverdwijn-techniek
- + Valt automatisch in het slot bij terug plaatsen
- + Veilige montage d.m.v. heavy duty muurankers, Montageservice: € 39,-
- + Na openen verdwijnt de code

www.zlimthuis.nl/19kw31
Kortingscode: **puck**

€ 139,⁹⁵

(Prijs niet-leden: € 169,95)



Klik aan klik uit

Kunt u moeilijk bij de schakelaar? Met deze set bedient u voortaan uw lampen met een praktische afstandsbediening.

- + Inclusief 3 stekkers
- + Met 1 druk op de knop tegelijk de lampen uitdoen
- + Eenvoudige installatie
- + Maximale belasting; 2300W

www.zlimthuis.nl/19kw32
Kortingscode: **klikaanklikuit**

€ 24,⁹⁵

(Prijs niet-leden: € 29,95)



Mobiele telefoon

Met alarmknop en gps! Gebruiksvriendelijk, eenvoudig bellen en geeft een veilig gevoel.

- + D.m.v. SOS noodknop direct alarmeren met 1 druk op de knop
- + Verstuur vervolgens berichten met uw locatie
- + Voorzien van extra grote toetsen, gps-tracker en camera
- + Sim-lock vrij

www.zlimthuis.nl/19kw33
Kortingscode: **telefoon**

€ 79,⁹⁵

(Prijs niet-leden: € 89,95)



Hoe bestelt u de producten van uw keuze?

Bel ons op **088 1717 370** of bestel ze snel in onze webshop: www.zlimthuis.nl/webshop-kw. Alle prijzen zijn exclusief € 6,95 verzendkosten, tenzij lid en bij besteding vanaf € 50,- (kortingscode 'Kruiswerk'). Acties gelden t/m 31 oktober 2019, niet in combinatie met andere acties. Kortingscodes ingeven in winkelmand. Ons Beleeftuis vindt u op de tweede verdieping van het Brewinc aan de Jsselkade 17 in Doetinchem en is op werkdagen geopend van 09:00 - 12:00 uur.

Zlim Naoberschap met

Leefsamen

Automatische personenalarmering



Winnaar Gouden
Rookmelder 2019

BRANDWEER Leefsamen Achterhoek

Deze actie
geldt tot
31-10-2019

+

Veilig en persoonlijk
Automatisch: u hoeft niets te doen
U kiest welke personen worden gealarmeerd



€ 390,-
€ 199,-
incl. installatie en
12 maanden
abonnement *

U wilt zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Maar wel met een veilig en rustig gevoel.

En u wilt dat uw omgeving zich ook geen zorgen om u hoeft te maken. Dan biedt 'Leefsamen' de oplossing voor u.

Zlimthuis en Kruiswerk Achterhoek en Liemers zijn onderdeel van dit project in de veiligheidsregio Noord- en Oost-Gelderland.

Door het succes van het project kan deze slimme oplossing nu aan iedereen in de Achterhoek en de Liemers aangeboden worden.

Hoe het werkt

U ontvangt van Leefsamen een pakket met slimme melders: twee rookmelders, twee deur- / raamsensoren, een paniekknop en een inactiviteitsmelder. Via het internet staan de melders in contact met Leefsamen. Registreren de melders rook, langere tijd geen beweging of een geopende deur wanneer u hoort te slapen of op vakantie bent, dat gaat er direct een alarm naar de contactpersonen die u kiest. Als u wilt kan

het Leefsamen-systeem eerst naar uw woning bellen om valse meldingen aan uw naasten te voorkomen. Reageert u niet, dan krijgen uw contactpersonen het alarm automatisch op hun mobiele telefoon. U kunt er ook voor kiezen om in plaats van een contactpersoon de alarmcentrale in te schakelen. Zo biedt Leefsamen u én uw naasten een veilig gevoel terwijl u uw leven leidt zoals u

Slimme alarmering in huis

Nu van € 390,- voor € 199,- inclusief installatie!

* Bent u lid van Kruiswerk Achterhoek en Liemers dan is tevens **twalf maanden abonnement inbegrepen**. Bent u geen lid? Dan ontvangt u het abonnement voor zes maanden. Daarna betaalt u maar € 7,50 per maand.

Liever alarmopvolging via een alarmcentrale?

Hiervoor geldt een meerprijs van slechts € 7,50 per maand. Daarnaast betaalt u € 50,- per opvolging.

Meer informatie en bestellen?

Bestel het eenvoudig in onze webshop www.zlimthuis.nl/nooberschap2, bel naar **088 1717 370** of kom langs in ons **Beleeftuis** ('t Brewinc, Jsselkade 17 in Doetinchem). Daar kunt u deze slimme alarmering ook zien en ervaren.



Meld u eenvoudig aan via deze bon!

Voorletters: Achternaam:

Adres:

Postcode: Woonplaats:

E-mailadres: (Mag van u zelf of van uw contactpersoon)

Telefoonnummer:

Telefoonnummer 1e contactpersoon:

Lidnummer Kruiswerk Achterhoek en Liemers (i.v.t.)

Handtekening:

Kruis aan wat van toepassing is:

- ☐ **Ja**, ik meld me bij deze aan voor de automatische personenalarmering van Leefsamen. Leefsamen levert mij voor de prijs van € 199,- het pakket met slimme melders en paniekknop en zes maanden alarmopvolging. Daarna betaal ik € 7,50 per maand. Leefsamen neemt contact met mij op voor de installatie. Kies voor een van de volgende opties:*
- ☐ **Ja**, ik meld me tevens aan als lid van Kruiswerk Achterhoek en Liemers en krijg geen zes maar twaalf maanden alarmopvolging bij het Leefsamen-pakket. Ik betaal € 199,- en € 19,50 voor het lidmaatschap van Kruiswerk. Kruiswerk neemt hierover contact met mij op.
- ☐ **Ja**, ik ben al lid van Kruiswerk en krijg niet zes maar twaalf maanden het Leefsamen-pakket in huis.*
- ☐ **Ja**, ik wil alarmopvolging via de centrale en betaal € 7,50 extra per maand.

VK419K3

Stuur deze bon op naar: Zlimthuis, Antwoordnummer 3, 7000 VB Doetinchem (postzegel niet nodig) en alles wordt voor u geregeld!

Eropuit met Valizo!

Deze dagtochten worden u aangeboden door Groengrijs i.s.m. Kruiswerk



€41,50
ledenprijs
€37,50

Oude Ambachten & Speelgoedmuseum

Rijd mee met de Groengrijs bus naar Terschuur (nabij Barneveld) voor een bezoek aan het Oude Ambachten & Speelgoed Museum. Haal uw hart op bij het zien van de vele nostalgische verzamelingen die dit museum rijk is. Dit is geen traditioneel museum, hier waant u zich terug in vervlogen tijden. U maakt een feest van herkenning mee!

- ✓ Vervoer per comfortabele touringcar;
- ✓ Ontvangst met koffie/thee met gebak;
- ✓ Ruim tijd voor museumbezoek;
- ✓ Smakelijke lunch met kroket;
- ✓ Bus en museum zijn toegankelijk voor rollatorgebruikers

Datum: donderdag 24 oktober

Opstappen:

Zelhem, parkeerplaats aan de Stikkenweg hoek Doetinchemseweg, 08.30 uur, retour 17.00 uur.
Doetinchem, busstation Hamburgerbroeklaan, 09.00 uur, retour 16.30 uur (extra gratis parkeerplaats achter het belastingkantoor).
Zevenaar, Doesburgseweg 43A, parkeerplaats bij AC-restaurant, 09.30 uur, retour 16.00 uur.

Prijs: € 37,50 (niet-leden € 41,50)
Opgeven: valizo.nl/ambachten-2019-kw of bel 0314-357430



€49,50
ledenprijs
€44,-

De Orchideeënhoeve in Luttelgeest

Magisch en betoverend: de kassen van de Orchideeënhoeve in Luttelgeest zullen u versteld doen staan. In dit beroemde complex zijn behalve orchideeën exotische flora en fauna te bewonderen, waaronder tropische vissen, een apenrots, ara's, een vliederkas, een flamingo-kolonie en een adembenemende zwevende tuin. We verwelkomen u met koffie/thee en gebak en een heerlijke lunch. Bij vertrek om 15.30 uur krijgt u een orchidee mee naar huis!

- ✓ Vervoer per gezellige touringcar
- ✓ Entree tot de kassen van de Orchideeënhoeve
- ✓ Koffie/thee met gebak
- ✓ Smakelijke lunch met kroket
- ✓ Dieetwensen bij aanmelding doorgeven
- ✓ Orchidee cadeau

Datum: woensdag 20 november

Opstappen:

Zelhem, parkeerplaats aan de Stikkenweg hoek Doetinchemseweg, 08.30 uur, retour 17.40 uur.
Doetinchem, busstation Hamburgerbroeklaan, 08.20 uur, retour 17.25 uur (extra gratis parkeerplaats achter het belastingkantoor).
Zutphen, achterzijde NS-station, 09.05 uur, retour 16.40 uur.
Zutphen, bij de toegang tot parkeerplaats Polplein, 09.15 uur, retour 16.45 uur.

Prijs: € 44,- (niet-leden € 49,50)
Opgeven: valizo.nl/orchideeën-kw-3 of bel 0314-357430

Valizo winterreis

Algarve – Portugal

Reis inclusief: (bij pakketreis incl. vluchten)

- Retourvlucht Faro
- Luchthavenbelastingen en brandstof toeslag
- Retourtransfer per taxi/taxibus/minibus
- Verblijf o.b.v. de gekozen kamer en verzorging
- Assistentie van onze lokale agent

*Prijs afhankelijk van reistijd en -duur



5 dagen
vanaf
€ 318,-
per persoon*



Hoe fijn is het om tijdens het natte en koude najaar nog heel even de zon op te zoeken? Dat kan met deze mooie reis naar Portugal; het zonnige Lagos in de Algarve.

U verblijft in een sfeervolle hotelkamer of appartement in een vakantiehuis in koloniale stijl. Het verblijf heeft een kleine tuin met zwembad en het heerlijke zandstrand van Lagos ligt op ongeveer 300 meter. 's Avonds is het in het restaurant en de bar een gezellige drukte. Van november tot en met maart wordt het zwembad verwarmd.

Meer informatie: www.valizo.nl/package/winterzon

Digitaal zeker met onze digitale cursussen



'Eindhoven en Utrecht gaan experimenteren met een paspoort via de smartphone.' Contant betalen staat steeds vaker ter discussie, betalen doet u straks met uw smartwatch of telefoon. Wilt u met de overheid communiceren, dan kan dat alleen nog maar via de website en 'mijn-overheid'. Nog daar gelaten de verontrustende berichten over inbraken in uw digitale toestellen.

Het is duidelijk: de vernieuwingen in de digitale wereld vragen van ouderen om bij te blijven, of u nou wilt of niet. Gelukkig hoeft u dat niet in uw eentje te doen. Natuurlijk kunt u de hulp van familieleden, vrienden, burens of kennissen inroepen. Maar Kruiswerk biedt u ondersteuning met verschillende cursussen of individuele begeleiding om wat meer digitaal vaardig te worden.

De smartphonecursus of -workshops

Veel ouderen beschikken al over een smartphone: een slimme telefoon waarmee u veel kunt doen. Naast een basiscursus over gebruik van dit soort telefoons bieden we ook thema-workshops aan. Bijvoorbeeld: het nieuwe betalen, hoe betaalt u bij de supermarkt met uw telefoon zonder bankpas. Of de workshop 'Wandelen met de smartphone', waarin u leert hoe u navigatie-apps gebruikt als u even de weg kwijt bent. In de basiscursus wordt u geleerd hoe u de belangrijkste functies kunt instellen en gebruiken en staat WhatsApp centraal. Bij het plaatsen van nieuwe apps wordt aandacht geschonken aan apps die u, en eventuele mantelzorgers, van dienst kunnen zijn.

De tabletcursus

Staat u voor de keus om een laptop te vervangen door een tablet, dan vraagt dit om een omschakeling in denken om plezier te leren krijgen in het gebruik van de tablet. Bij deze cursus komen de basisfuncties aan de orde: het gebruiken van apps en internet met behulp van Google of andere zoekmachines.

Windows 10

Bijna alle bekende versies van Windows worden niet meer ondersteund. In 2020 verdwijnt ook de hulp en vernieuwing van Windows 7. U kunt er niet meer om heen. De overstap naar Windows 10 gaat niet zomaar. Het werken met nieuwe schermen, apps, gebruikers accounts e.d. vraagt om het bijwerken van de kennis van dit systeem. Kruiswerk biedt de verschillende cursussen aan in de Achterhoek en de Liemers, soms in samenwerking met lokale bibliotheken.



Opgeven en meer informatie over al deze workshops en cursussen: ga naar www.kruiswerk.nl/cursus

Vrijwillige terminale zorg in het hospice en thuis

Sravana

Als het einde nadert en tijd steeds kostbaarder wordt, is kwaliteit van leven niet langer alleen te bereiken met medicatie en techniek. Dan worden aandacht en liefde minstens zo belangrijk.

Familie en naasten willen vaak zelf de zorg voor hun stervende geliefde op zich nemen; tot het laatste moment. Maar de zorg kan zwaar worden, zeker als het langer duurt. Dan kan een beroep worden gedaan op geschoolde vrijwilligers in de terminale (thuis)zorg.

"Wij begrijpen heel goed dat het moeilijk is om aan te kloppen bij een organisatie voor vrijwillige terminale zorg in de laatste fase van het leven. Het kan voor familie en naasten voelen als een tekortkoming", weten de medewerkers van de vrijwillige terminale zorginstaties. "Maar als de vrijwilliger er eenmaal is en de familie kan met een gerust hart de zorg even overdragen, dan blijkt al snel hoe waardevol het is. Onze vrijwilligers nemen niet de regie over, onze vrijwilligers ondersteunen en geven de familie bijvoorbeeld de mogelijkheid om 's nachts te slapen zodat ze overdag voldoende energie hebben om de zorg weer op zich te nemen. Wij horen regelmatig: Het was zo fijn dat de vrijwilliger er was."



'Het was zo fijn dat de vrijwilliger er was'

Niet altijd is het wenselijk of mogelijk om thuis te sterven. Dan kan een Hospice een goede optie zijn. In een Hospice is het bijna net als thuis, met het verschil dat er in het Hospice 24 uur per dag zorg beschikbaar is terwijl er thuis vaak niet op ieder moment van de dag een beroep op iemand kan worden gedaan.

Het is waardevol om de laatste fase van het leven op een waardige manier af te sluiten. De liefdevolle ondersteuning van geschoolde vrijwilligers, kan dit mede mogelijk maken. Thuis of in het hospice.

Informatie over vrijwillige terminale thuiszorg in uw buurt, vindt u op internet www.vptz.nl
Informatie over een Hospice in uw buurt vindt u door te zoeken op Hospice + plaatsnaam.

Symposium

Twintig jaar Sravana Zolang er leven is, wordt er geleefd

Stichting Sravana is een van de aanbieders van vrijwillige terminale ondersteuning. Sravana doet dit in het hospice en bij de mensen thuis.

Op dinsdag 19 november van 15.30 tot 17.00 uur viert Sravana haar twintigjarig bestaan met een symposium in Schouwborg Amphion in Doetinchem. Het symposium staat onder leiding van Wouke van Scherrenburg.

Spreekers:

- René ten Bos: hoogleraar filosofie aan de Radboud Universiteit in Nijmegen en Denker des Vaderlands van april 2017 tot april 2019;
- Sander de Hosson: longarts met de specialisaties longkanker en palliatieve zorg en schrijver van o.a. Het Slotcouplet;
- Agathe Oude Veldhuis: concern controller kwaliteit en veiligheid bij Sensire.

Kaarten:

Via schouwborg Amphion
www.amphion.nl
Kosten: € 12,50 p.p.
(inclusief koffie/thee bij ontvangst en een hapje en drankje na afloop).

Puzzel mee en win een Fysic seniorentelefoon met alarmknop en GPS t.w.v. € 89,95!

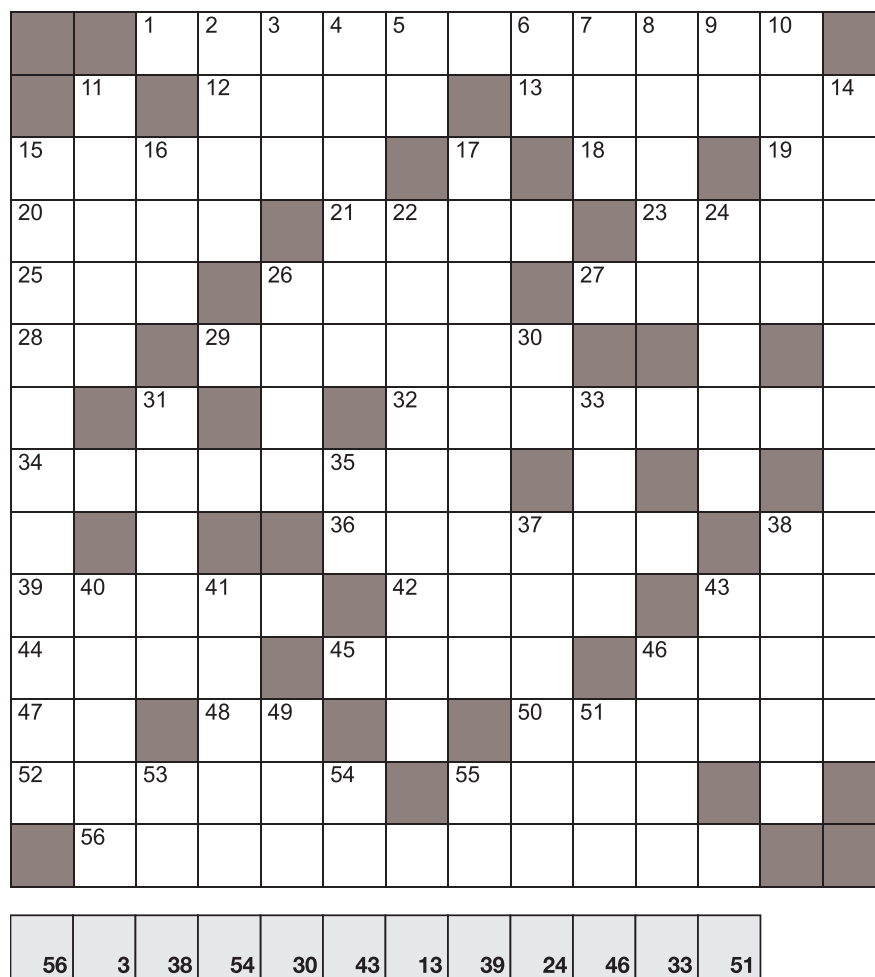


Los de kruiswoordpuzzel op en stuur de oplossing met uw naam, adres, telefoonnummer en eventueel uw lidnummer (ook niet-leden mogen hier gebruik van maken) voor 31 oktober naar:

Kruiswerk Achterhoek o.v.v. 'puzzel'
Postbus 143
7000 AC Doetinchem.

Of geef uw oplossing online door via **www.kruiswerk.nl/puzzel**.

We nemen persoonlijk contact op met de winnaar.



Horizontaal

1 Dit krijgen kersverse ouders gratis via Kruiswerk
12 Lid van een oud volk **13** Lentevogel **15** Deel van een tekst **18** Hoofdstuk (afk.) **19** Lidwoord **20** Britse ontdekkingsreiziger (1728-1779) **21** Online praatje **23** Is nu 1 met de AVRO **25** Persoonlijk vnv. **26** Pausennaam **27** Stad die zichzelf promoot als de poort van Limburg **28** Tangens (afk.) **29** Europese vrouw **32** Waddenbewoner **34** Vaste portie **36** Eendenbek **38** Windrichting (afk.) **39** Gestapeld **42** Stel **43** Open plek in een bos **44** Europese taal **45** Door Wim Sonneveld bezongen woongemeenschap **46** Deel van een rok **47** Bazige vrouw **48** Wedstrijd voor motoren in Assen **50** Droevig **52** Stukje gekookte spaghetti **55** Gaaf (Eng.) **56** Nederlandse naam van Achter-Zuwwent.

Verticaal

2 Gladde vloer voor rolschaatsen **3** Plaats in Overijssel **4** Boom uit de mimosafamilie **5** Moeder **6** Betaald-voetbalclub uit Alkmaar **7** Killowattuur (Eng. afk.) **8** Volksgroep in India **9** Oude lengtemaat **10** Oud Engels koningshuis **11** Landbouwwerktuig **14** Sinds 2016 qua oppervlakte de kleinste gemeente van Nederland, in de Liemers **15** Nedersaksische streektaal **16** Elektrisch geladen deeltje **17** Gemeente in Zuid-Holland **22** Muziekfestival in Ulft (op 2 en 3 augustus 2019) **24** Oud muntstuk **26** Beloning **30** Voormalige partner **31** Schattig dierengezicht **33** Wild zwijn **35** Rund **37** Militair signaal **38** Toegewijd maar moeizaam **40** Religieuze liedvorm **41** Chemische verbinding **43** Watering **46** Vereniging **49** Vlekkenwater **51** Personage **53** Dierengeluid **54** Voorzetsel **55** Centrale verwarming (afk.).

Met al ons voordeel heeft u de lidmaatschapskosten er al snel uit.

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



Ja, ik word lid van Kruiswerk*

Voorletters:

Achternaam:

Geboortedatum:

Telefoonnummer:

M / V

Adres:

Postcode:

Woonplaats:

E-mailadres:

IBAN bankrekeningnummer:

Datum:

Handtekening:

Lid worden?
 Kies voor gemak
 kies Kruiswerk!

☐ Ja, bij deze verleen ik tot wederopzegging de machtiging aan Kruiswerk jaarlijks een bedrag van € 19,50 af te schrijven t.b.v. het lidmaatschap. En ik 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 wijzigingen van uw gegevens en hoe wij met uw gegevens omgaan, lees onze privacy policy op de Kruiswerk website.

☐ Ja, ik wil graag gebruikmaken van de premiekorting op de zorgverzekering (Alleen mogelijk bij VGZ, Zilveren Kruis en Menzis)

☐ VGZ ☐ Zilveren Kruis ☐ Menzis Polisnummer:

☐ Ik ontvang graag de digitale nieuwsbrief van Kruiswerk

Kies hier uw welkomstcadeau**

☐ Hema kadokaart (t.w.v. € 5,-)



☐ Uitwasbaar hoofd-kussen (t.w.v. € 14,95)



☐ Ik wens geen welkomstcadeau te ontvangen

*Ik ga akkoord met de algemene voorwaarden van Kruiswerk Achterhoek en Liemers, zoals te lezen op kruiswerk.nl/algemene-voorwaarden.

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

Informatiebijeenkomst

Uitvaart Ontzorgd



Er is onlangs veel aandacht geweest in de media over uitvaartverzekeringen en wat er uitgekeerd wordt als het eenmaal zover is.

Bij veel mensen is hier nog veel onduidelijkheid over. Hoe, maar ook met wie regel ik alles? Moet ik alles uitbesteden of kan ik zelf ook zaken regelen? Kortom, vragen die wellicht ook bij u leven.

Kruiswerk organiseert de Uitvaart Ontzorgd informatiebijeenkomst. Deze informatiebijeenkomst biedt u op een luchtige en laagdrempelige wijze meer inzicht in alle mogelijkheden.

Johan Verhofstadt zal namens Uitvaart Ontzorgd vertellen over de vele mooie mogelijkheden om een persoonlijk en eigentijds afscheid te organiseren waarbij u de regie houdt en het budget bepaakt. Er is daarnaast veel ruimte voor het stellen van vragen. Er is ook een notaris aanwezig die u meer vertelt over erfrecht, zodat u een compleet plaatje krijgt van de diverse mogelijkheden na het overlijden van uw dierbare.

Wij nodigen u graag uit om u te informeren dat het ook anders kan. Neemt u gerust ook familie of vrienden mee die geïnteresseerd zijn in deze informele en informatieve bijeenkomst op

donderdag 31 oktober: 14.30 - 16.00 uur **Vorden**, Hotel Bakker en 19.30 - 21.00 uur **Heelweg**, De Radstake.

Meer informatie en aanmelden via kruiswerk.nl/uitvaartontzorgd of telefonisch **0314 - 357430**

Deelname is gratis.

De bijeenkomst is vooral bedoeld voor mensen die niet in de uitvaartbranche werkzaam zijn.



Uitvaart ontzorgd