



Kruiswerk

Achterhoek / Liemers

JULI/AUG/SEPT 2017 - NR3

NIEUW! Uitleenpunt in Zevenaar

Loophulpmiddelen en meer
via Caleidoz Welzijn



3

Eindelijk een goede anti-slip oplossing

Vermindert het risico op uitglijden
in de badkamer of op de vlonder.
Anneke vertelt over haar ervaring
met deze Zlimthuis-oplossing.



5

Voor de kids: Doe mee en win!

Maak je eigen creatieve caravan en
win een weekend naar Attractie- &
Vakantiepark Slagharen



6

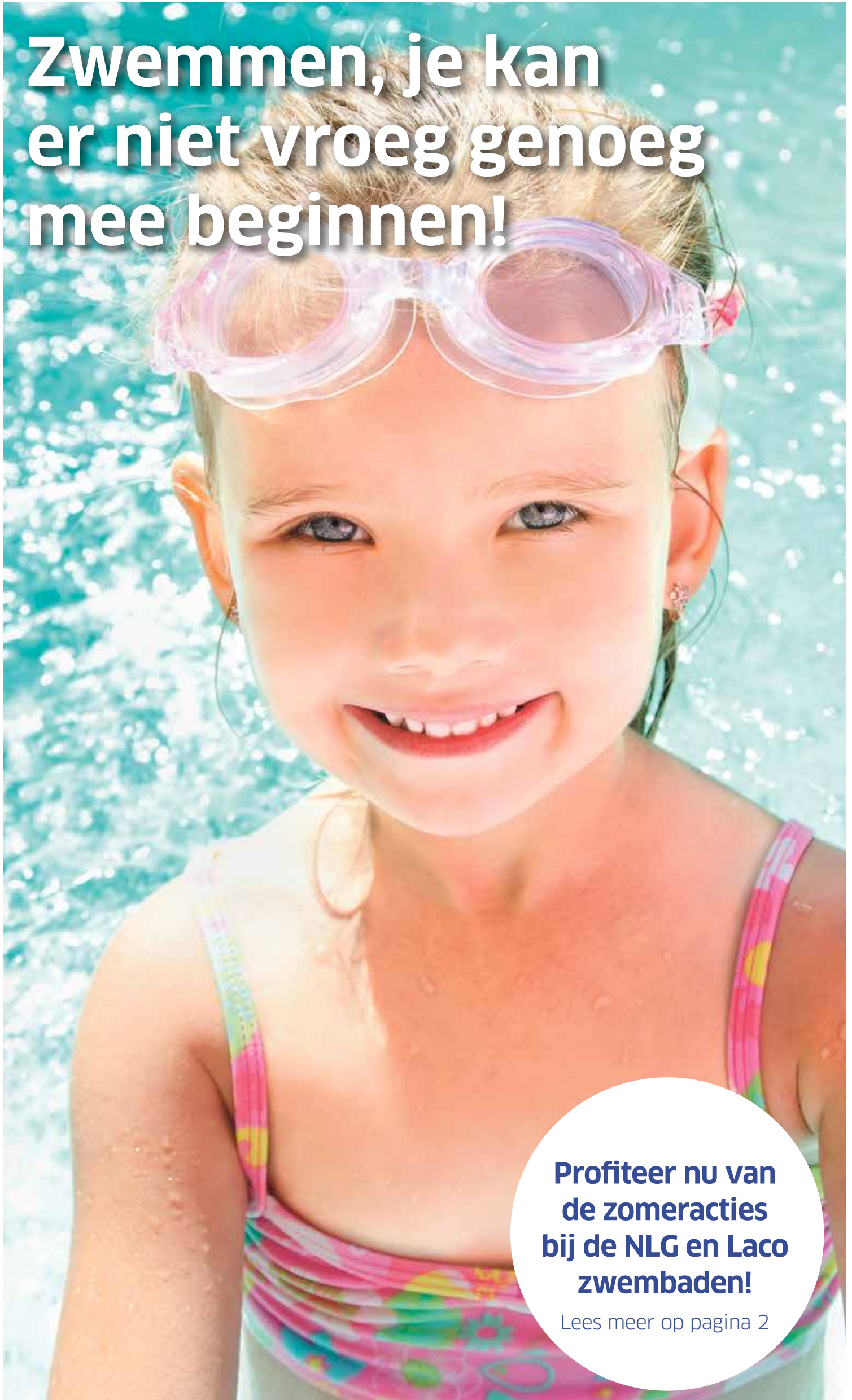
Dagtochten met ledenkorting

Ga in augustus en september
gezellig mee naar de Biesbosch,
Wereldhavendagen of het Veluwemeer.



7

Zwemmen, je kan er niet vroeg genoeg mee beginnen!



**Profiteer nu van
de zomeracties
bij de NLG en Laco
zwembaden!**

Lees meer op pagina 2

Een thuisvakantie in onze regio

In de zomer vind ik het altijd heerlijk om vroeg op te staan. Voordat ik naar kantoor vertrek nog even een wandeling maken of misschien wel even een paar baantjes trekken in het zwembad. De natuur ontwaakt en als er een warme zomerdag voor de boeg staat is de temperatuur in de ochtend heel aangenaam. Ook deze zomer vier ik weer een ‘thuisvakantie’. Maar als je in deze regio woont, is dat vakantiegevoel gemakkelijk op andere manieren te verkrijgen.

“Er valt nog zoveel te ontdekken!”

Het mooie aan de zomer is dat er zoveel activiteiten georganiseerd worden. Er zijn genoeg mogelijkheden om die vakantieriebels op te roepen: pak eens een terrasje in eigen dorp, bezoek een van de leuke evenementen in de regio of neem een duik in een buitenzwembad in de buurt. Wij hebben een greep van alle evenementen in de regio voor jullie op een rijtje gezet. Maar dit is nog lang niet alles. Er valt nog zoveel te ontdekken! Ga eens op zoek naar de mooie plekken van onze regio, wees toerist in eigen land. De zomer is hier bij uitstek het moment voor!

Jeanette Mertens
Regiomanager Kruiswerk Achterhoek



Volg ons ook op Facebook:

KRUISWERKACHTERHOEK

AGENDA JUL/AUG/SEP

De leukste uitjes, activiteiten en workshops in de Achterhoek!

9 JULI
11:00 - 19:00 uur
Achterhoek Streekfestival 2017
Openluchttheater, Eibergen

11 JULI
17:00 - 19:00 uur
Gratis workshop ZlimThuis
Thema: Veilig Wonen
Doetinchem, 't Brewinc

18 JULI
17:00 - 19:00 uur
Gratis workshop ZlimThuis
Thema: E-health
Doetinchem, 't Brewinc

18 T/M 21 JULI
46e Fiets4daagse Borculo
Borculo

26 JULI
14:00 - 15:30
Prinsessen en Jonkers
Huis Verwolde, Laren GLD
LEUK VOOR KINDEREN!

1 T/M 4 AUGUSTUS
Fietsvierdaagse De Achterhoek
~~€ 15,-~~ **€ 12,50**
LEES MEER OP PAGINA 6

19 JULI
2 & 16 AUGUSTUS
13:00 - 18:00 uur
Zomerfestival Doetinchem
Meer informatie: jedoethetindoetinchem.nl

19, 22 & 27 JULI
Demodag Scootmobiel
Meer informatie: medipoint.nl/demodagen

20, 21 & 26 JULI
Demodag Gezond Slapen
Meer informatie: medipoint.nl/demodagen

17 AUGUSTUS
08:00 - 16:00 uur
Dagtocht Nationaal Park De Biesbosch
~~€ 47,-~~ **€ 43,-**
LEES MEER OP PAGINA 7

De voordelen van zwemmen

Hoe heerlijk is het om u zo licht als een veer te voelen, wat verkoeling te zoeken of in de ochtenddauw, met de eerste zonnestralen op uw gezicht, baantjes te trekken?

In Nederland, het ultieme waterland, leer je van kleins af aan al zwemmen. Als je een jaar of 4 bent ga je naar zwemles, je haalt je zwemdiploma A en gaat misschien wel verder met diploma B en C. Vaak is het na het behalen van je diploma's wel gedaan met het zwemmen, maar waarom eigenlijk?

Wist je dat zwemmen een van de gezondste bezigheden ter wereld is? Zwemmen is vriendelijk voor het lichaam. In het water voel je je vederlicht doordat je geen last hebt van de zwaartekracht. Je weegt maar 10% van je gewicht buiten het water. De belasting voor uw spieren en gewrichten is hierdoor minimaal, deze sport is dan ook ideaal voor mensen met reuma of spier- en gewrichtsklachten. Je wordt als het ware

gedragen door het water! Maar zwemmen heeft nog veel meer (gezondheids)voordelen.

Doordat je lichaam weinig belast wordt, is de kans op blessures of stijve spieren een stuk kleiner. Bovendien is zwemmen een ontspannende bezigheid voor lichaam en geest. Na een kwartiertje in het water ontspannen al uw spieren zich en mede hierdoor werkt zwemmen ook stressverlagend. Daarnaast is het misschien wel de ultieme full body workout; elke spier in je lichaam wordt namelijk gebruikt. Je verbrandt maar liefst 600 calorieën met een uur baantjes trekken! Het water biedt een hoge weerstand, je moet kracht gebruiken om jezelf te verplaatsen. Hierdoor train je bijna alle spiergroepen en je zult



zien dat je lijf een stuk sterker wordt als je een paar keer per week zwemt.

Bovendien kan je er niet vroeg genoeg mee beginnen! Ook voor kinderen zijn er voordelen van zwemmen. Kinderen op jonge leeftijd kennis laten maken met water voorkomt de ontwikkeling van angst voor water.

LEDENVOORDEEL

Zomer-actie

NLG zwemles-actie:
Goed zwemmen leer je bij de vestigingen van NLG.

Meld jouw kind t/m 31 augustus 2017 aan en profiteer van één maand gratis zwemlessen (bij 1 x per week zwemmen) en betaal géén inschrijfgeld. Aanmelden is mogelijk vanaf 4 jaar, de actie is alleen geldig voor nieuwe aanmeldingen.

Laco buitenabonnement actie:
Wat is er fijner dan zwemmen in de buitenlucht?

Dat kan bij een van onze buitenbaden. Geniet de hele zomer lang van een buitenbadabonnement voor maar € 61,95. Met het Laco buitenbadabonnement ben je ook welkom bij andere Laco buitenbaden. Kijk voor alle locaties op de website van Laco.

Meer info op
www.kruiswerk.nl/zwemmen

19 & 20 AUGUSTUS
Start tussen 9:00 - 12:00
Boerenland wandeltocht
Beltrum
Meer informatie: www.noasman.nl

27 AUGUSTUS
14:00 - 18:00
Sunny Sunday festival
Openluchttheater Lochem

1 SEPTEMBER
09:00 - 12:00 uur
Gezondheidschecks
's-Heerenberg, Laco Sportcentrum

2 SEPTEMBER
08:00 - 19:00 uur
Dagtocht Wereldhavendagen
Rotterdam
~~€ 22,50~~ **€ 18,50**
LEES MEER OP PAGINA 7

8 SEPTEMBER
10:00 - 15:00 uur
Gezondheidschecks
Aalten, Gezondheidscentrum De Nassau

Meer informatie en aanmelden:
www.kruiswerk.nl/evenementen
of bel 0314 357 430

10 SEPTEMBER
De gehele dag
Open Monumentendag
Diverse locaties

20 SEPTEMBER
08:00 - 19:00 uur
Vaartocht Veluwemeer en historisch Elburg
~~€ 36,-~~ **€ 32,-**
LEES MEER OP PAGINA 7

22 SEPTEMBER
10:00 - 15:00 uur
Gezondheidschecks
Borculo, Betula

GEHELE ZOMER
Elke woensdag: 14.00 uur
Rondleiding Hendrickje Stoffels
Meer info: VVV Aalten - Bredevoort - Dinxperlo

GEHELE ZOMER
Elke donderdag: 14.00 uur
Rondleiding Prins Maurits
Meer info: VVV Aalten - Bredevoort - Dinxperlo

: vriendelijk voor het lichaam, gezond en actief!



Als lid van Kruiswerk krijgt u korting of extra voordeel bij de zwembaden van Laco en NLG.

Wilt u graag onder begeleiding zwemmen met uw kind? Dan zijn er speciaal voor u baby-, peuter- en kleuterzwemlessen in de diverse zwembaden van NLG en Laco. Maar natuurlijk is het ook gewoon heerlijk om samen te ravotten en wat verkoeling op te zoeken tijdens de zomerdagen. In onze regio zijn er prachtige binnen- en buitenbaden gelegen.

Voor de mensen die niet alleen maar baantjes willen trekken worden er ook diverse activiteiten in de zwembaden georganiseerd. Neem bijvoorbeeld eens deel aan een lesje AquaSpinning of AquaJogging bij een van de mooie baden van NLG en Laco.

Meer informatie:
www.kruiswerk.nl/zwemmen

VOORDELEN LACO:

- ✓ **1 maand gratis sporten bij een nieuw lidmaatschap van 6 maanden**
- ✓ **2 maanden gratis sporten bij een nieuw lidmaatschap van 12 maanden**
- ✓ **1 maand gratis sporten bij verlenging van een bestaand abonnement met 12 maanden**
- ✓ **1 maand gratis knuffelzwemmen na het behalen van de eerste knuffel**

Locaties Laco

- Zwembad Oude IJsselstreek, Terborg
- Sportcentrum 's Heerenberg, 's Heerenberg.

VOORDELEN NLG:

- ✓ **Geen inschrijfgeld voor zwemlessen**
- ✓ **1 + 1 gratis sauna dagentree bij Wellness Center de Bronsbergen**
U betaalt € 27,50 i.p.v. € 55,- voor twee personen.
- ✓ **All-in jaarabonnement van 14 maanden voor de prijs van 12 maanden**

Locaties NLG

- 't Walfort, Aalten
- Het Blauwe Meer, Dinxperlo
- 't Spilbroek, Neede
- 't Vinkennest, Eibergen
- NLG IJsselweide, Ulfte
- de Brink, Zelhem
- De Boskuul, Lobith
- Wellness Center de Bronsbergen, Zutphen

KIJK BIJ DE ZOMERACTIE VOOR MEER KORTING.

Caleidoz Welzijn: uitleenpunt



NIEUW!

Bij Caleidoz Welzijn in Zevenaar kunt u als lid van Kruiswerk gratis eenvoudige loop-hulpmiddelen, zoals krukken, een looprek of rollator lenen én retourneren.

“Uitleen onderbrengen bij welzijn is voor Caleidoz een kans om bewoners beter te informeren over de diensten die welzijn biedt. Wij zijn goed bereikbaar voor inwoners. Daarnaast geeft het medewerkers van de balie gelegenheid om werkervaring op te doen,” vertelt Hanneke

Klievink, manager van Caleidoz Welzijn.

Wilt u ook gratis loophulp-middelen lenen, neem dan uw Kruiswerk ledenpas mee. Wilt u een gratis borstkolf huren of het kraampakket afhalen? Dan bent u van harte welkom in één

van de Medipoint thuiszorg-winkels in Doetinchem, Vorden, Winterswijk en Zutphen.

Uitleenpunt
Medipoint | Caleidoz Welzijn
Steenhuizen 6, Zevenaar

Openingstijden:
Maandag, woensdag en donderdag: 10:00 tot 12:00 uur

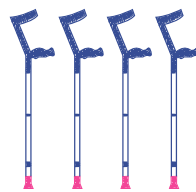
LEDENVOORDEEL
Gratis uitleen loophulp-middelen

Heel veel voordeel met het Kruiswerk lidmaatschap

Slechts € 19,50 per jaar voor het hele gezin

- 24/7 gratis medisch advies in binnen- en buitenland
- Exclusieve ledenkorting op ruim 50 handige diensten
- Dé perfecte aanvulling op uw zorgverzekering
- Nu een **HEMA-KAART T.W.V. € 10,-** als welkomstcadeau

U profiteert bijvoorbeeld van:



Gratis uitleen krukken en rollator



Gratis gezondheidscheck t.w.v. € 19,50



Gratis acht uur acute zorg



Gratis ondersteuning keukentafelgesprek

Word ook lid!

Vul de bon in op achterkant van deze krant en het is geregeld!

Doe mee met de Zlimthuis Workshops

Zlimthuis verzorgt ook in de zomermaanden twee workshops op het gebied van Veilig Wonen en e-Health.

De workshops zijn interactief en speciaal ontwikkeld om u op een praktische en prettige manier te informeren. Door een Zlimthuis workshop te volgen laat u zich goed informeren over (toekomstige) verbeterpunten in uw woning. U kunt zich voor een workshop aanmelden in het Zlimthuis Beleefhuis in Doetinchem.

Tijdens de workshop maakt de Zlimthuis expert u op plezierige wijze wegwijs in de wereld van slimme oplossingen voor thuis. U leert producten en diensten kennen uit onze Beleefwoning waardoor u zelf,



of degene waar u voor zorgt, langer veilig thuis kan blijven wonen. De workshops bieden slimme oplossingen voor lastige vragen over veiligheid en comfort in en om de woning. Voor nu en voor later. Voor uzelf of wellicht samen met familie, vrienden en burens die vragen hebben over prettig en veilig wonen. Wat uw vraag of zorg ook is, Zlimthuis helpt u hierbij.

Direct resultaat

Binnen 2 uur bent u volledig op de hoogte van de mogelijk-

heden op het gebied van Veilig Wonen of e-Health. Tijdens al onze workshops informeert de Zlimthuis expert u over passende slimme oplossingen voor uw woonomgeving of die van uw ouders, veiligheid en gezondheid. U ontvangt een checklist om uw eigen woning te doorlopen op (brand)veiligheid. Zo kunt u de tips en ideeën thuis direct zelf (laten) uitvoeren. Neem gerust contact met ons op om een workshop bij te wonen.

Workshop e-Health



De technologie staat voor niets. En domotica en e-Health gaan tegenwoordig hand in hand. Door de combinatie van technologie en slimme diensten en producten verhoogt u eenvoudig de kwaliteit van uw gezondheid. Zlimthuis heeft de kennis in huis om u langer zelfstandig en vooral gezond thuis te kunnen laten wonen. Deze kennis delen we graag met u middels de workshop e-Health. De workshop wordt op locatie in ons Beleefhuis gegeven door onze Zlimthuis expert. Tijdens een 2 uur durende sessie krijgt u specifieke en duidelijke voorbeelden van e-Health oplossingen in en om het huis.

Datum: 18 juli 2017
Tijd: 17:00 - 19:00 uur
Locatie: Doetinchem - Zlimthuis Beleefhuis

Na afloop van de workshop:

- weet u welke technische innovaties er in de zorg zijn;
- bent u op de hoogte van alle hedendaagse e-Health technieken die hierin toegepast kunnen worden;
- weet u welke rol het internet en applicaties hierin spelen;
- heeft u een rondleiding gekregen door het Zlimthuis Beleefhuis.

Aanmelden gratis workshop

Bent u geïnteresseerd geraakt en wilt u zich aanmelden voor een Zlimthuis e-Health workshop? Of wilt u eens dat iemand met een objectieve blik uw woning doorloopt op punten als domotica, of (brand)veiligheid? Neem dan contact met ons op. **Ga naar www.zlimthuis.nl**



Workshop Veilig Wonen



Vallen is de meest voorkomende oorzaak van letsel bij personen op leeftijd. Kunt u zich voorstellen dat bijna de helft van alle ouderen die door een val op de eerste hulp terecht komt, in de eigen vertrouwde woonomgeving is gevallen? Dit kunt u gemakkelijk en eenvoudig voorkomen. Zlimthuis ondersteunt u met het zelf veiliger maken van uw woning. We informeren u graag over alle mogelijkheden tijdens onze workshop Veilig Wonen. U kunt ook een volledige scan van uw woning te krijgen: de Zlimthuis scan. Deze is voor leden gratis.

Datum: 11 juli 2017
Tijd: 17:00 - 19:00 uur
Locatie: Doetinchem - Zlimthuis Beleefhuis

Na afloop van de workshop:

- heeft u geleerd met welke slimme oplossingen u een veilige en comfortabele woonomgeving kunt creëren;
- weet u welke slimme oplossingen er zijn om uw leven thuis gemakkelijker te maken;
- bent u in staat deze slimme oplossingen toe te passen;
- heeft u een rondleiding gekregen door het Zlimthuis Beleefhuis.

Aanmelden gratis workshop

Bent u geïnteresseerd geraakt en wilt u zich aanmelden voor een workshop Veilig Wonen? Of wilt u eens dat iemand met een objectieve blik uw woning doorloopt op andere onderwerpen zoals woningaanpassingen, (brand)-veiligheid, of e-Health? **Ga naar www.zlimthuis.nl**



Douchen, he

Jaarlijks belanden meer dan 24.000 mensen in het ziekenhuis door een val vanwege uitglijden. Gladde vloeren als gevolg van vochtigheid in badkamer zijn een belangrijke oorzaak van dit soort ongevallen.

Niet veel mensen weten dit, toch zijn er hele goede en eenvoudige antislip-oplossingen tegen gladde (tegel)vloeren, houten (tuin)vloenders, trappen en andere oppervlaktes. "Vooral na het douchen was onze tegelvloer erg glad. Je schuiftelt dan wat door de badkamer en dat gaf mij elke keer weer een angstig gevoel," vertelt Anneke van Zanden.

Anneke: "Nadat ik met mijn man een gratis workshop had gevolgd bij het Zlimthuis Beleefhuis van Kruiswerk, drong het tot mij door dat zij mij vast ook konden helpen met dit badkamerprobleem. Van de expert kreeg ik gelijken demonstratie van de meest eenvoudige oplossing: een behandelspray voor de tegels. Ik dacht eerst nog wel wat kritisch; dat kan toch de oplossing toch niet zijn?"

De expert bij u thuis

Toch besloten Anneke en haar man om aan Zlimthuis te vragen om de badkamer te behandelen. Een week later kwam de expert bij hun thuis. "En opeens zagen we hoe onze tegels van de gladde badkamervloer werden behandeld en veranderden in een veilige anti-slipvloer. Het ging zo vlot! Het aanbrengen van de antislip behandeling was zo gedaan en je kan na een paar minuten alweer in de badkamer."

Na een paar weken gebruik is Anneke nog steeds erg tevreden over de anti-slip laag: "Wat een geweldige ervaring om te douchen op een veilige, niet gladde vloer. De gehele badkamer is slipvrij zodat wij ons goed, op blote



"De anti-slip-behandeling ging vlot en ik voel me nu veilig".



"Veiligheid in je badkamer is heel belangrijk".

voeten, kunnen verplaatsen in onze natte ruimte. Het lukt mij zelfs om staand mijn voeten af te drogen zonder het gevoel van gladheid. Voor de vloerbehandeling deed ik dat zittend op de wc. We zijn erg tevreden over het resultaat en blij met deze veilige oplossing."

24.000 mensen belanden jaarlijks in het ziekenhuis door een val vanwege uitglijden.

Geen valpartijen en kalk meer

Zlimthuis expert Martijn Engelen geeft aan dat relatief veel klantvragen gaan over veiligheid in de badkamer. "Van een bad waar mensen nauwelijks meer uitkomen tot deze vraag over gladde tegels, alle vragen proberen we te beantwoorden. We nemen de tijd voor iedereen en als mensen het willen komen we thuis om te kijken welke oplossing past. Geen mens en huis is immers gelijk!" Martijn geeft ook aan dat de

eerlijk! Totdat je valt...



familie Van Zanden niet alleen geholpen is met de anti-slip oplossing. "Een bijkomend voordeel is, dat de donkere tegels in de badkamer nu mooi egaal opdrogen. Een aanrader want kalkaanslag en kringen zijn niet meer zichtbaar."

Voorkom ook problemen

voortijdig en zorg dat uw vloer, vlinder of trap veilig is. Zlimthuis heeft voor praktisch elke situatie een passende anti-slipoplossing. U kunt vrijblijvend een Thuisaanvragen of kom gerust eens langs in het Beleefhuis. Bellen voor vrijblijvend advies is uiteraard ook mogelijk.

Het Beleefhuis

IJsselkade 17, Doetinchem
(Brewinc gebouw
- 2^{de} verdieping)
Tel. 0314 357 005

Open:

van maandag t/m vrijdag
09:00 - 12:00 uur of
op afspraak.

Ook in de tuin

Heeft u keramische tegels in de tuin liggen? U heeft inmiddels vast gemerkt dat deze tegels na een regenbui erg glad zijn. Kinderen en volwassen mensen gaan hier zo door onderuit. Via Zlimthuis kunt u ook de keramische tuintegels, maar ook tuinvlonders laten behandelen met een antislipoplossing. Een aanrader!



Zelf doen: Antislip Tegelspray

ZLIM OPGELOST MET DE ANTI-SLIP TEGELSPRAY: SPRAYEN, SPOELN EN KLAAR!

Deze Antislip Tegelspray maakt het mogelijk om zelf heel eenvoudig een keramische tegelvloer anti-slip te maken. Spray, spoel en klaar. De Tegelspray is verkrijgbaar in 100 ml en 500 ml. Met de 100 ml verpakking kunt u circa 1-2 m² (alleen douchegedeelte of toilet) behandelen. Met de 500 ml verpakking circa 6-8 m² (complete badkamer).

- zelf eenvoudig aan te brengen;
- direct beloopbaar;
- jarenlange werking;
- tast uw vloertegels niet aan;
- hygiënisch (bacterieremmend);
- onzichtbare antislipbehandeling.

Laten doen: professionele vloerbehandeling

ZLIM OPGELOST! ALS U GRAAG DE VLOER WILT LATEN BEHANDELEN, DAN KAN DAT OOK.

U betaalt € 395,- tot 10m² en daarna € 19,95 per m².

Dit is inclusief:

- dieptereiniging;
- anti-slipbehandeling door een gespecialiseerd applicateur;
- neutraliseren en gebruiksklaar opleveren;
- stroefheidsmeting met garantiecertificaat;
- voorrijkosten en BTW.

100 ml.
€ 29,95
500 ml.
€ 75,-



Te koop in het Zlimthuis Beleefhuis in 't Brewinc in Doetinchem of bestel telefonisch via 0314 357 005 (verzendkosten € 6,95).

 **zlimthuis**

Steunkousenservice Betsy



Heeft u moeite met het aan- en uittrekken van uw steunkousen? Of is uw hulp of mantelzorger met vakantie? Betsy helpt u graag! De diensten van Betsy zijn gratis en het werkt heel eenvoudig:

- U bepaalt zelf waar en wanneer uw steunkousen aan of uit worden getrokken.
- Betsy komt op vaste tijden of op afroep; 24 uur per dag en 7 dagen in de week.
- Binnen 20 minuten staat Betsy al voor uw deur.

Met de hulp van Betsy blijft u zelfstandig en onafhankelijk.

LEDENVORDEEL
Gratis

De steunkousenservice wordt vergoed door de zorgverzekeraar.

Meer info:
kruiswerk.nl/dienstenoverzicht

Apetito Maaltijdzorg



Wie voor een ander zorgt, is zo nu en dan hard aan vakantie toe. Maar hoe moet het dan met degene voor wie u zorgt? Apetito neemt graag de zorg voor een verantwoorde maaltijd uit handen, dat is voor u toch al een zorg minder!

Vakantie actie!

Bestel nu het proefpakket van Apetito met 5 maaltijden voor maar € 19,95 en krijg een assortiment met 12 bekertjes gratis. Vermeld hiervoor actiecode 18 1707 8244 bij uw bestelling.

Blijvend voordeel voor ú!

Bent u lid van Kruiswerk? Dan krijgt u altijd 10% korting op uw maaltijdbestellingen bij Apetito.

LEDENVORDEEL
Gratis ijs

Meer weten of bestellen?

Bel ons op tel:
0800 - 023 29 75 (gratis)
of kijk op kruiswerk.nl/apetito

Knutselwedstrijd: Maak je eigen caravan

Het is weer zomer en veel mensen gaan op vakantie. Bijvoorbeeld met een tent, in een vakantiehuisje, sta-caravan of met de caravan. Of je blijft thuis en gaat hier in Nederland leuke dingen doen.

Hoe dan ook, waar dan ook, wij dagen jou uit om na te denken over caravans. Je weet wel van die saaie witte huizen die achter de auto's rijden. Ze kunnen vast leuker, gekker, kleurrijker, ronder, vierkanter, sneller of wat dan ook!

Wat moet je doen?

Ben je 12 jaar of jonger? Maak dan een tekening, een strip, een schilderij of een collage; wat jij maar wilt. Of ga naar kruiswerk.nl/actie en gebruik de kleurplaat van onze Kruiswerk caravan om in te kleuren of er iets heel bijzonders van te maken.

- Maximaal A3-formaat
- Mail je tekening naar info@kruiswerk.nl. Of stuur je knutselwerk via de post naar: Kruiswerk caravan knutselwedstrijd, IJsseldijk 17, 7001 AN in Doetinchem.
- Vergeet niet je naam, leeftijd, adres, e-mail en telefoonnummer te vermelden.

Insturen voor:
woensdag 27 augustus 2017

Wat kan je winnen?

De hoofdprijs is een weekend naar Attractie- & Vakantiepark Slagharen, inclusief verblijf, ontbijt en toegang tot het park. De tweede en derde prijs krijgen een familiekaart (2 volwassenen + 2 kinderen) tot dit attractiepark. Leuk met je familie of vrienden!

Kijk op www.kruiswerk.nl/actie om inspiratie op te doen voor je knutselwerk!



Win een weekend
in Attractie- &
Vakantiepark Slagharen.



Workshop: Fiets apps!

Geen gedeelte van Nederland dat zo mooi is als de Achterhoek. Met veel leuke fietsroutes en pleisterplaatsen. Veel ouderen hebben een E-bike of nog een gewone fiets en toeren zo nu en dan wat rond. Met de smartphone in de zak gaan ze op pad! Maar die smartphone kan u veel meer plezier leveren dan u misschien zelf weet.

In samenwerking met iPad4Senior organiseren we een workshop waarin u alles te weten komt over het gebruik van apps voor fietsroutes, het opzoeken van allerlei leuke plaatsen, restaurants en cafés. Maar ook bespreken we hoe u even snel een leuke foto naar familieleden kan sturen en uw kinderen kan laten weten waar u bent. We oefenen in de praktijk door een wandeling te maken waarbij u de route moet uitzoeken en een aantal leuke dingen onderweg moet opzoeken. Handig, toch? En niet alleen voor de zomer! We organiseren de workshops in Silvolde, Winterswijk, Ruurlo, Gorssel en Duiven. De workshop duurt ongeveer 2,5 uur.

Aanmelden en meer informatie over de workshoplocaties en data:
www.kruiswerk.nl/fietsapp.

Kosten: € 15,00.

MIS HET NIET!

Overstappen van een individuele naar een collectieve polis bij dezelfde verzekeraar kan vaak het hele jaar door!



Als u een polis heeft zonder collectieve korting dan kunt u vaak het hele jaar door instappen naar een collectief. Kruiswerk Achterhoek heeft een Zorgcollectief waar u zich bij aan kunt aansluiten. Het is vaak mogelijk om bij dezelfde verzekeraar over te stappen van een individuele polis naar een collectieve polis. Dit kan echter alleen via een tussenpersoon, zoals een vereniging of belangenorganisatie. U kunt bellen met Marcel Bruins, manager van ons Zorgcollectief. Hij kan dan samen met u kijken of er collectieve afspraken zijn gemaakt met dezelfde verzekeraar als waar u al een zorgverzekering heeft lopen. De kans dat uw verzekeraar er bij zit is groot. Het loont zeker de moeite, want de korting kan al oplopen tot ruim 100 euro per jaar, per polis.

Wilt meer informatie of instappen? Neem contact op via tel. 088 1717310 of kruiswerk.nl/dienstenoverzicht

Voordelen collectieve zorgverzekeringen:

- ✓ **Tot 10% korting op uw premie**
- ✓ **Ook voor uw partner en kinderen**
- ✓ **Vaak uitgebreidere vergoedingen**
- ✓ **Gratis persoonlijk advies**
- ✓ **Gratis overstaphulp**

zorgcollectief
past altijd bij u



Fietsvierdaagse 'De Achterhoek': Fietst u gezellig mee?

Van dinsdag 1 tot en met vrijdag 4 augustus vindt de 24e editie van Fietsvierdaagse 'De Achterhoek' plaats in het Gelderse Laren. Leden krijgen € 2,50 korting op het inschrijfgeld én Kruiswerk verzorgt de gratis bandenplakservice. Dat belooft een zorgeloze fietstocht!

Tijdens Fietsvierdaagse 'De Achterhoek' maakt u kennis met al het moois van de Achterhoek. Zo fietst u langs kastelen, molens, bossen en prachtige landerijen. Stap onderweg rustig even af om alle bezienswaardigheden van dichtbij te bekijken. U kunt iedere dag uit diverse routes kiezen van ca. 30 (gezinsroute), 45 en 60 kilometer. Liever 1, 2 of 3 dagen meefietsen? Ook dat kan.

Het thema van dit jaar is: "samen". Want samen is veel leuker dan alleen! Na een dag fietsen kunt u even heerlijk bijkomen in de tent en vrijblijvend deelnemen aan een activiteit, samen met uw medefietsers!

Meetingpoint

Bent u alleenstaand, wilt u heel graag meedoen met de fietsvierdaagse, maar fietst u liever niet alleen? Dan is er speciaal voor u het Fiets Meetingpoint! Op dinsdagochtend 1 augustus tussen 9:00 en 10:00 kunnen alleenstaande fietsers elkaar ontmoeten om samen de fietsvierdaagse te fietsen. Zo kunt u met gelijkgestemden deelnemen aan de vierdaagse en wellicht houdt u er nog leuke contacten aan over.

Fietsen is gezond en zorgt voor ontspanning. Als trotse hoofdsponsor bieden wij al onze leden daarom € 2,50 korting op het inschrijfgeld, ook na 31 juni, en verzorgen we deze week de gratis bandenplakservice. Tijdens de vierdaagse rijden er twee Kruiswerkteams met fietsmakers rond, die u gratis weer op weg helpen bij een lekke band of andere kleinigheid.

Online inschrijven voor de fietsvierdaagse kan nog tot 31 juni, daarna alleen nog bij de inschrijfstand in Laren. Meer informatie op de website: www.fietsvierdaagse.net

Fietsmaker

Onze fietsmaker komt gratis bij u thuis voor onderhoud en/of reparatie aan uw (elektrische) fiets of rollator. Een onderhoudsbeurt bestaat onder andere uit het controleren en bijstellen van versnellingen, remmen, verlichting, en het smeren van delen.

kruiswerk.nl/fietsmaker

LEDENVORDEEL
€ 20,- korting



Een dagje eropuit met Valizo!



Nationaal Park de Biesbosch



Geniet van de rijke historie en het natuurschoon van dit unieke natuurgebied.

- Bezoek aan Biesbosch Museum
- Rondvaart door het natuurgebied
- ‘Beverlunch’ tijdens de rondvaart

Datum: donderdag 17 augustus

Opstappen: Doetinchem

Prijs: € 43,- (niet-leden € 47,-)

Inclusief: vervoer naar Biesbosch Museumeiland, Werkendam, toegang Biesbosch Museum, vervoer naar vertrekpunt rondvaart Drimmelen, vaartocht en lunch met Rondvaartbedrijf ‘Zilvermeeuw’

Meer informatie en opgeven:

www.kruiswerk.nl/valizo of bel 0314 357 430.

LEDENVOORDEEL
~~€ 47,-~~
€ 43,-

De Wereldhaven-dagen 2017



U komt ogen en oren te kort op het grootste maritieme festival van Nederland.

- Incl. vervoer
- Bezoek spectaculaire demonstraties op het water
- Bewonder Shanty koren uit de hele wereld

Datum: zaterdag 2 september

Opstappen: Doetinchem en Winterswijk

Prijs: € 18,50 (niet-leden € 22,50)

Inclusief: vervoer naar Rotterdam

Meer informatie en opgeven:

www.kruiswerk.nl/valizo of bel 0314 357 430.

LEDENVOORDEEL
~~€ 22,50~~
€ 18,50

Veluwemeer en historisch Elburg



Ontdek het historische vissers-plaatsje Elburg en de prachtige natuur van de Veluwe.

- Vaartocht Veluwemeer inclusief lunch
- Rondleiding met gids door Elburg
- Spot vogels op het Veluwemeer

Datum: woensdag 20 september

Opstappen: Doetinchem en Zutphen

Prijs: € 32,- (niet-leden € 36,-)

Inclusief: vervoer naar Elburg, vaartocht en lunch met Rederij Randmeer, rondleiding met gids door Elburg.

Meer informatie en opgeven:

www.kruiswerk.nl/valizo of bel 0314 357 430.

LEDENVOORDEEL
~~€ 36,-~~
€ 32,-

Kruiswerk aanrader DEMODAG SCOOTMOBIEL IN DE SENSIRE | MEDIPOINT THUISZORGWINKELS

Kom proefrijden op onze scootmobielen!

Gaat fietsen of autorijden niet meer zo makkelijk, maar wilt u er nog wel zelfstandig op uit kunnen? Met een scootmobiel kunt u zowel korte als lange afstanden blijven afleggen. Deze zomer ontvangt u flinke korting op diverse scootmobiel modellen bij Medipoint.

Ontdek op de **DEMODAG SCOOTMOBIEL** wat een scootmobiel voor u kan betekenen en welk model bij u past. Krijg persoonlijk advies van onze specialisten en profiteer van diverse gratis extra's bij aankoop.

Waar en wanneer:

Zutphen	Den Elterweg 77 (ziekenhuis)	Woensdag 19 juli 2017
Winterswijk	Beatrixpark 1 (ziekenhuis)	Zaterdag 22 juli 2017
Vorden	Raadhuisstraat 1	Donderdag 27 juli 2017

Meer informatie over de demodag of direct inschrijven:

Bel 088 - 10 20 100, ga naar www.medipoint.nl/demodagen of vraag het in de winkel.

Gratis onderhoudscontract bij aanschaf op de demodag!*

* Dit onderhoudscontract geldt gedurende het eerste jaar na aankoop. Verlengen is mogelijk. Vraag voor de overige actievoorwaarden in de winkel.



LEDENVOORDEEL
Tot 25% korting op alle scootmobielen



Rollator Modelito Classic

Lichtgewicht en stabiel

Leden: € 149,- Niet-leden: € 189,-

LEDENVOORDEEL
€ 40,- korting



Rollator Travixx

Lichtgewicht en exclusief design

Leden: € 239,- Niet-leden: € 299,-

LEDENVOORDEEL
€ 60,- korting

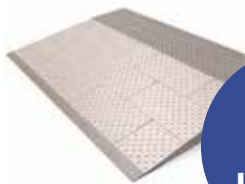


Rolstoel G-Lite Pro

Lichtgewicht en opvouwbaar

Leden: € 399,- Niet-leden: € 499,-

LEDENVOORDEEL
€ 100,- korting



Drempelhulp

In alle situaties geschikt

Leden: vanaf € 27,99 Niet-leden: vanaf € 34,99

LEDENVOORDEEL
Vanaf € 7,- korting

Kijk voor alle actieproducten op www.medipoint.nl/zomeractie



Profiteer mee met de Kruiswerk ledenpas!

Als lid van Kruiswerk bent u altijd verzekerd van hulp en ondersteuning, zo lang of kort als nodig is. Heel handig als u zwanger bent, kleine kinderen heeft, zorg draagt voor een ander of zelf zo nu en dan een helpende hand kunt gebruiken.

Word ook lid van Kruiswerk

- Voor iedereen in de **Achterhoek en de Liemers**
- Slechts € 19,50 per jaar voor het hele gezin**
- Kies uw eigen welkomstcadeau**

Word nu lid en kies een HEMA-cadeaukaart t.w.v. € 10,- cadeau!

Vul de bon hieronder in of ga naar kruiswerk.nl/aanmelden.

OP DE HOOGTE BLIJVEN VAN LEDENACTIES?

Volg ons ook op Facebook: [@kruiswerkachterhoek](https://www.facebook.com/kruiswerkachterhoek)

Schrijf u in voor onze digitale nieuwsbrief via kruiswerk.nl/nieuwsbrief

PUZZEL MEE EN WIN TWEE BESTSELLERS T.W.V. € 32,50

Voor deze zomer hebben wij twee puzzels voor u. Om kans te maken op het boekenpakket hoeft u alleen de oplossing van de kruiswoordpuzzel in te sturen.

Los de Kruiswoordpuzzel op en stuur de oplossing met uw naam, adres, telefoonnummer en lidnummer voor 1 september naar: Kruiswerk Achterhoek o.v.v. 'puzzel', Postbus 143, 7000 AC in Doetinchem, of geef uw oplossing online door via www.kruiswerk.nl/puzzel. We nemen persoonlijk contact op met de winnaar.

3		7					4	
1	6						7	
			7	9				
6	5	3					8	
		8	1					
	2		8		3		5	
4					5	6		9
				1				4
			2			5		

	1	2	3		4	5	6	7	8	9		10	
	11				12							13	14
15		16		17				18				19	
20	21				22		23						
24				25					26	27		28	
29					30	31		32					
33				34				35				36	37
38			39				40					41	
	42	43				44				45			
46								47	48		49		
					50		51			52			
53	54		55	56					57				
58			59			60		61		62		63	
	64												

14	48	16	59	41	35	44	9	21	30
----	----	----	----	----	----	----	---	----	----

Horizontaal

1 Financiële medewerker van Kruiswerk die u helpt bij het berekenen en aanvragen van tegemoetkomingen, zoals pgb – **11** Honderd vierkante meter – **12** Vlezige vrucht – **13** Europees kampioenschap (afk.) **16** Bijbelse vrouw – **18** Speler – **20** Niet schikkend – **24** Amerikaanse geheime dienst (afk.) – **25** Voormalige partner – **26** Deel van een fietswiel – **29** Lichaamsdeel – **30** Plaats van samenkomst – **33** Ik (Lat.) **34** Bovenafsluiting – **35** Vlezig lichaamsdeel – **36** Oude lengtemaat **38** Moeder – **39** Geldkoffer – **40** Ogenblik – **41** Schaakniveau – **42** Casinospel – **45** Riviermodder – **46** Oorspronkelijke bewoner van Nieuw-Zeeland – **47** Koolstofmonoxide – **49** Dakplaat – **50** Franse kaas – **53** Maritieme firma – **57** In werking – **58** Amerikaanse ziekenhuisserie (1994-2009) – **59** Dupe – **62** Politieke partij – **64** Die komt uw rijwiel, scooter of rollator onderhouden of repareren bij u thuis, met een flinke korting indien u lid bent van Kruiswerk.

Verticaal

1 Deel van de week (afk.) – **2** Keukenkruid – **3** Auteur (1923-2006) **4** Bloedgroep – **5** Informele afscheidsroep – **6** Land van Trump **7** Bankrekeningnummer – **8** Droog (Fr.) – **9** Europeaan – **10** Mantetjeshond – **14** Staphulpmiddel dat u als lid tot **26** weken kunt lenen – **15** Gemeente in de Achterhoek – **17** Biersoort – **19** Bezieling, vuur – **21** Rivier in Canada en de VS met beroemde watervallen **22** Vervoering – **23** Gemeente in Gelderland – **26** Draaischijf **27** Jonge hond – **28** Werkplaats – **31** Rooms-katholiek (afk.) **32** Kledingstuk – **34** Spaanse schilder (1904-1989) – **37** Plaats in de Liemers – **39** Onderdeel van het kunstijsschaatsen – **40** Wedstrijd in Assen – **41** Misère – **43** Plaats – **44** Uiting van berusting – **46** Museum in Gorssel – **48** Grootmoeder – **50** Belasting – **51** Bruine zeevis – **52** Verdediger (Eng.) – **54** Boerenplaats – **55** Gemeente in Gelderland **56** Rijtoer – **60** Fries water – **61** Terameter (afk.) – **63** Slee.

Ja, ik word ook lid van Kruiswerk Achterhoek*

Voorletter(s):

Achternaam:

M/V

Adres:

Postcode:

Woonplaats:

E-mailadres:

Geboortedatum:

Telefoonnummer:

IBAN/ rekeningnummer:

☐ Ja, bij deze verleen ik de machtiging aan Kruiswerk Achterhoek om jaarlijks € 19,50 t.b.v. het lidmaatschap af te schrijven.

Zorgverzekeraar:

Polisnummer:

☐ Ja, ik wil graag gebruikmaken van de collectieve korting op mijn zorgverzekering.**

☐ Ja, ik ontvang graag de digitale nieuwsbrief van Kruiswerk Achterhoek.

Handtekening:

Datum:

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

**Het hele jaar instappen is alleen mogelijk bij Menzis, ONVZ en Zilveren Kruis.

Slechts
€ 19,50
per jaar, per
huishouden

Kruis hier uw welkomstcadeau aan:

☐ Wasbaar
hoofdkussen
t.w.v. € 14,95

☐ Routeboek +
knooppunt wijzer
t.w.v. € 12,95

☐ HEMA Cadeaubon
t.w.v. € 10,-

Stuur deze bon naar: Kruiswerk Achterhoek, Antwoordnummer 3, 7000 VB Doetinchem. Een postzegel is niet nodig.
Wilt u zich digitaal aanmelden? Ga dan naar www.kruiswerk.nl/aanmelden en vul uw gegevens in.

AQ3

Hoewel bij het samenstellen van deze uitgave de grootst mogelijke zorgvuldigheid is betracht, is het mogelijk dat de geboden informatie onjuistheden en/of onvolledigheden bevat. Voor kennelijke prijs- en typefouten kan Kruiswerk Achterhoek nooit aansprakelijk worden gesteld.