

Op 10 november is het Dag van de Mantelzorg. Een mooi moment om stil te staan bij mensen die, vaak zonder het zo te noemen, dag in, dag uit zorgen voor een ander. Zorgt jouw buurvrouw al jaren liefdevol voor haar man? Brengt je familie je

trouw naar je afspraken? Of kookt je collega wekelijks voor haar moeder? Mantelzorg is er in alle vormen.

Op deze dag verrassen we een aantal van deze stille helden met een bloemetje. Ken jij iemand die altijd

klaarstaat voor een ander? Iemand die het verdient om even in het zonnetje te worden gezet? Nomineer jouw mantelzorgheld!

Nomineren kan tot 5 november via kruiswerk.nl/bloemen



Slimmer voorbereid, zekerder op pad

Met handige hulpmiddelen en slimme technologieën van Kruiswerk en Zlimthuis

Natte bladeren, schemerige trappen, een gladde stoep... In de herfst ligt een valpartij sneller op de loer. Tegelijkertijd brengen kortere dagen ook andere uitdagingen met zich mee: minder zicht, meer binnen zijn, vaker alleen thuis. Dat maakt het najaar hét moment om stil te staan bij veiligheid in én om het huis.



Valpreventie begint hier

Wist je dat één op de drie mensen boven de 65 jaarlijks valt? De impact is vaak groter dan gedacht. Gelukkig kun je veel risico's verkleinen met slimme aanpassingen en goede voorbereiding. Denk aan slimme verlichting bij de deur en in de hal, een wandbeugel bij het toilet, antislipspray in de badkamer of een drempelhulp bij de achterdeur.

Praktisch en slim

Kruiswerk zet zich dagelijks in om leden te ondersteunen. Bijvoorbeeld met Zlimthuis voor veilig en comfortabel wonen. Tijdens onze gratis bijeenkomst 'Zlim & Veilig Thuis' ontdek je praktische oplossingen die écht het verschil maken. Denk aan uitleg over valpreventie, handige hulpmiddelen die je helpen bij het opstaan, douchen of traplopen. Ook krijg je uitleg over onder andere het nieuwste KER-S26 Alarmhorloge, een slimme oplossing voor directe hulp bij nood.

Zeker met KER

Veel mensen vragen zich af: "Waarom zou ik een alarmhorloge nemen? Ik heb toch mijn telefoon?" Het antwoord is simpel: in een noodsituatie is snelheid cruciaal. Het KER-S26 Alarmhorloge werkt met één knop: druk, spreek en je alarmcontacten weten waar je bent en hoe ze je kunnen helpen. Zonder ingewikkelde menu's, zonder zoeken naar je telefoon en altijd bij je om je pols.

Het KER-S26 Alarmhorloge is nu verkrijgbaar bij Kruiswerk in Wehl. Je hoeft zelf niets in te stellen: wij zorgen voor de activatie, leggen alles rustig uit en helpen je stap voor stap op weg. Zo weet je zeker dat het horloge werkt zoals het moet. Een geruststellende gedachte, of je nu thuis bent of onderweg. Je bent altijd met één druk op de knop in verbinding met je alarmcontacten, dat geeft vertrouwen én vrijheid.

Programma bijeenkomst



'Zlim & Veilig Thuis'

27 november

Een praktische en informatieve donderdagochtend waarin we samen kijken naar wat jij kunt doen om veilig, zelfstandig en met vertrouwen thuis te blijven wonen.

10:00 uur - Ontvangst met koffie en thee.

10:25 uur - Welkom.

10:30 uur - Valpreventie

Hoe valpartijen te voorkomen zijn met slimme aanpassingen. Inclusief praktische tips, voorbeelden en ruimte voor vragen.

11:45 uur -

Personenalarmering

Wat is het precies? Hoe werkt het? We leggen het uit én wat Kruiswerk hierin kan betekenen.

12:00 uur - Afronding.

Meer info of aanmelden?

Kijk op kruiswerk.nl/zlim of bel 0314 - 357 430. Locatie: Grand Café Hal 12 in Zevenaar.

3x slim & zeker

1. Buitenlamp met sensor

Een goed verlichte entree voorkomt struikelen bij de voordeur. Een buitenlamp met bewegingssensor springt automatisch aan zodra je in de buurt bent, veilig en energiezuinig. Bekijk: zlimthuis.nl/buitenverlichting

Ledenprijs: € 45,⁰⁰



2. Kierstandhouder

Zien wie heeft aangebeld zonder de deur helemaal open te zetten? Een kierstandhouder voorkomt dat een deur onverwacht opengaat. Bekijk: zlimthuis.nl/kierstandhouder



Ledenprijs: € 19,⁵⁰

3. Drempelhulp en drempelvervangers

Een drempel lijkt klein, maar kan een groot struikelrisico vormen. Met een drempelhulp ga je soepel met rollator of hulpmiddel over hoogteverschillen in huis of bij de voordeur. Meer weten: info@zlimthuis.nl



Op aanvraag

NIEUW MODEL!



KER-S26

Direct hulp met één druk op de knop. Het lichte en compacte KER-S26 horloge is extra eenvoudig in gebruik en biedt spreek-luisterverbinding en locatiebepaling. Veiligheid en gemak, altijd binnen handbereik.

- ✓ Eén knop voor alarm slaan
- ✓ Compact, licht en comfortabel
- ✓ Duidelijke spreek-luisterverbinding

Ledenabonnement: € 14,⁹⁵ per maand*

* Je betaalt eenmalig € 25,- aansluitkosten. Niet leden: € 199,- voor de S26 + € 19,95 p/m (jaarabonnement).

GRATIS horloge t.w.v. € 120,-



KER-S24

Hulp van naasten binnen handbereik. Met het KER-S24 Alarmhologe ben je altijd verbonden met je alarmcontacten. Dankzij de spreek-luisterverbinding en locatiebepaling weet jouw contactpersoon meteen waar je bent.

- ✓ Direct contact
- ✓ Prettig in gebruik
- ✓ Overzichtelijk scherm

Ledenabonnement: € 14,⁹⁵ per maand*

* Je betaalt eenmalig € 25,- aansluitkosten. Niet leden: € 120,- voor de S24 + € 19,95 p/m (jaarabonnement).



Altijd verbonden, waar je ook bent

Kies het KER Alarmhorloge dat bij je past: de S26 of S24

Wil je jezelf of een naaste extra zekerheid geven? Met de alarmhorloges van KER ben je altijd verbonden met hulp, met één druk op de knop. Beide modellen bieden directe spreek-luisterverbinding, locatiebepaling en valdetectie. Maar welk horloge past het best bij jouw situatie?

	KER-S26	KER-S24
Alarmknop	Voorzijde	Zijkant
Spreek-luisterverbinding	✓	✓
Locatiebepaling	✓	✓
Valdetectie	✓	✓ (gevoelig)
Alarmtegoed inbegrepen	✓	✓
Gebruik in EU	✓	✓
Gratis KER-app & beheer	✓	✓
Model	Compact en modern	Iets groter
Draagcomfort	Licht en comfortabel	Prettig, iets zwaarder
Bediening	Knop	Knop en swipen
Geïntroduceerd	Oktober 2025	2022
Ledenprijs horloge	€ 99,-	Gratis bij een KER jaarabonnement
Ledenabonnement	€ 14,95 p/m	€ 14,95 p/m
Eenmalige kosten	€ 25,-	€ 25,-

Beide modellen zijn verkrijgbaar bij Kruiswerk in Wehl. Wij activeren het horloge voor je, leggen alles rustig uit en zorgen dat je veilig op pad kunt. Meer weten of vergelijken? Kijk op kruiswerk.nl/ker of bel 0314 – 357 430.

VGZ helpt de zorg vernieuwen.

Voor nu en voor morgen.

VGZ helpt de zorg vernieuwen om goede zorg te behouden. We moeten blijven vernieuwen, zodat jij beter én sneller geholpen wordt. Denk bijvoorbeeld aan thuismeten of de patiëntvriendelijke darmecho.

Thuismeten: meer zekerheid en minder vaak naar het ziekenhuis

Als je hartfalen, COPD, astma of een hoge bloeddruk hebt, is je gezondheid erg belangrijk. Weten hoe gezond je bent is daarom heel belangrijk. Thuismeten helpt hierbij. Met thuismeten meet je zelf belangrijke waarden, zoals je bloeddruk, hartslag of gewicht. Zo hoef je minder vaak naar het ziekenhuis. En houd je zelf de controle over je gezondheid.

Petra:
"Thuismeten geeft mij en mijn gezin een veilig gevoel."



Hoe werkt thuismeten?

Met thuismeten meet je zelf thuis je waarden. Zoals je gewicht, hartslag en bloeddruk. Je krijgt hiervoor apparaten mee naar huis. Deze waarden zet je in een app. Je verpleegkundige of arts kijkt dan op afstand met je mee. Gaat het niet goed? Dan nemen ze contact met je op. En bespreken jullie samen wat er nodig is. Door thuismeten hoef je dus minder vaak naar het ziekenhuis.



Benieuwd hoe VGZ de zorg voor jou vernieuwt?
Ga naar vgz.nl/zorgvernieuwing
of scan de QR code

Snel geholpen met de patiëntvriendelijke darmecho

Een inwendig darmonderzoek kan ongemakkelijk en vervelend zijn. Gelukkig is er nu een patiëntvriendelijke darmecho. Voor mensen met een chronische darmontsteking. Met een echo worden de darmen onderzocht. Hierdoor is een inwendig onderzoek niet meer nodig. Door deze zorgvernieuwing is de behandeling fijner. En er is een kortere wachttijd.

Nichol over zijn ervaring met de darmecho

Nichol heeft chronische darmontsteking. De darmecho vind hij prettig. En maakt een groot verschil. Hierdoor hoeft hij geen inwendig onderzoek meer te laten doen.

Nichol:
"Een darmecho is veel minder ingrijpend en zorgt voor minder wachttijd."



Samen voorop met

kruiswerk

Veilig de trap op en af

Voor ouderen is het veilig gebruik van de trap niet altijd vanzelfsprekend. Er zijn diverse oplossingen op de markt die variëren van eenvoudig tot ingrijpend:

Anti-slipstrips

Eenvoudig aan te brengen voor meer grip op de treden en om uitglijden te voorkomen.

Markeringstape

Glow in the dark tape om treden beter zichtbaar te maken, wat struikelgevaar vermindert.

Extra trapleuning

Aan beide zijden van de trap voor extra houvast en stabiliteit.

Trapspilbeugel

Een handig hulpmiddel dat extra stabiliteit biedt tijdens het traplopen.

Trapblokken

Tusseliggende treden die de hoogte van elke stap halveren, waardoor traplopen minder belastend is voor knieën en spieren.

Trapassistent

Een innovatieve handgreep die langs een rail aan de muur beweegt voor extra ondersteuning bij het traplopen.

Traplift

Een permanente oplossing waarbij een stoel langs een rail wordt bevestigd om veilig zittend de trap op en af te gaan.

Gratis
traplift demo
bij Kruiswerk
in Wehl

Wil je weten of een traplift iets is voor jou is?

Maak een afspraak voor een traplift-demonstratie bij Kruiswerk in Wehl.
Bel om een afspraak te maken met onze ledenservice op 0314 - 357 430. Bereikbaar op maandag tot en met vrijdag van 9:00 tot 13:00 uur. Mailen kan ook: info@zlimthuis.nl.



Leden
10% korting
op aanschaf
Otolift

zlimthuis



Meld je nu aan!

Dagtocht kerstmarkt Schulze-Beikel

Op donderdag 11 en vrijdag 12 december organiseren we samen met GroenGrijs een sfeervolle dagtocht naar de kerstmarkt bij Schulze-Beikel in Duitsland. Laat je onderdompelen in de warme kerstsfeer, met volop licht, geurige lekkernijen en traditionele producten. De kerstmarkt is gevestigd op een erf met boerderijwinkels en ambachtelijke stands – een perfecte plek om inspiratie op te doen of iets moois mee naar huis te nemen.

Deelname aan deze kerstbelevens is € 25,-. Dit bedrag is inclusief busvervoer en entree. Koffie, thee, lekkers en lunch zijn niet inbe-

grepen. Aanmelden kan eenvoudig via onze ledenservice: bel 0314 – 357 430 (op werkdagen bereikbaar van 9:00 tot 13:00 uur). De opstaplocaties vind je op onze website.

Let op!

Aanmelden voor deze kerstbelevens is verplicht – de ervaring leert dat de belangstelling groot is, dus wacht niet te lang. Vergeet op de dag van vertrek ook niet om je identiteitsbewijs of paspoort mee te nemen, want die heb je nodig voor de grensovergang. Meer informatie over de dagtocht zie kruiswerk.nl/kerstmarkt



Zorg voor een ander, zorg ook voor jezelf Praktische steun en financiële rust voor mantelzorgers

Mantelzorgers verdienen erkenning én ondersteuning. Want zorgen voor een ander is waardevol, maar vaak ook intensief. Daarom organiseert Kruiswerk een speciale informatiebijeenkomst: “Zorg voor een ander, zorg ook voor jezelf.” Een middag vol herkenning, concrete handvatten en praktische informatie voor wie zorgt en regelt – én af en toe zelf door de bomen het bos niet meer ziet.

De middag begint om 13:30 uur met een kop koffie en een moment van ontmoeting. Om 14:00 uur opent de bijeenkomst met een korte introductie, waarna twee sprekers het woord nemen.

Eerst vertelt de mantelzorgmakelaar over haar werk: wat doet zij precies, hoe ontzorgt zij mantelzorgers, en welke tips heeft zij voor het behouden van overzicht? Ook deelt zij voorbeelden uit de praktijk en is er ruimte voor vragen.

Na een korte koffiepauze volgt de lezing van Zicht op Geld. Zij geven helder inzicht in wat er financieel op je afkomt bij een verpleeghuisopname van je partner of ouder. Je hoort waar je vooraf al rekening mee kunt houden en hoe Zicht op Geld je kan begeleiden en ontzorgen. Zo voorkom je financiële verrassingen op een later moment. Ook in deze lezing worden praktijkvoorbeelden en praktische tips gedeeld. Uiteraard is er ruimte voor vragen.

Programma

13:30 uur - Inloop met koffie en thee

14:00 uur - Welkom en introductie

14:15 uur - Lezing mantelzorgmakelaar "Regelhulp met hart voor zorg"

14:55 uur - Pauze

15:05 uur - Lezing Zicht op Geld "Financieel ontzorgd bij verpleeghuisopname"

16:00 uur - Afsluiting

De bijeenkomst vindt plaats op **woensdag 12 november** bij Kruiswerk, Beatrixplein 1 in Wehl. Deelname is gratis, maar **aanmelden is verplicht**. Wil je erbij zijn? Bel dan met onze ledenservice via 0314 – 357 430. Je bent van harte welkom!



Kom naar de Gezondheidscheck

Op dinsdag 18 november organiseert Kruiswerk een Gezondheidscheck in Varsseveld. Tussen 10:00 en 17:00 uur ben je welkom bij Vital, Doetinchemseweg 53. De check is bedoeld voor iedereen die graag wil weten hoe het staat met zijn of haar gezondheid.

Op maandag 24 november is er een tweede mogelijkheid in Vorden, bij Medipoint, Raadhuisstraat 1. Ook daar ben je welkom tussen 10:00 en 17:00 uur.

Tijdens de afspraak meten we onder andere je bloeddruk, gewicht, knijpkracht en balans. Er is ruimte om vragen te stellen en je krijgt praktische tips mee. Zo krijg je op een laagdrempelige manier inzicht in je algehele gezondheid.

De Gezondheidscheck is gratis voor leden van Kruiswerk. **Aanmelden is verplicht** en kan via info@kruiswerk.nl of telefonisch via 0314 - 357 430 (op werkdagen van 9:00 tot 13:00 uur). Meer informatie: kruiswerk.nl/gezondheidschecks



Hier kun je op rekenen

- ✓ **Hulpmiddelen**
Kostenloos gebruik van hulpmiddelen, zoals krukken.
- ✓ **Acute hulp**
Kostenloos acute hulp voor ondersteuning in probleemsituaties. En nog veel meer...
- ✓ **Bemiddeling naar betrouwbare dienstverleners**
Een uitgebreid servicepakket met bemiddeling voor praktische dienstverlening aan huis.

Gratis experts aan huis op het gebied van veilig en zorgeloos wonen t.w.v. € 189,-.

Word lid van Kruiswerk

Als je lid wordt van Kruiswerk, word je onderdeel van de grootste ledenvereniging van de Achterhoek en Liemers. Met ruim 60.000 leden kunnen we namelijk ontzettend veel doen – voor jou persoonlijk én voor elkaar. Een lidmaatschap kost € 26,50 per kalenderjaar en geldt voor je hele huishouden. Word je nu lid? Dan krijg je de laatste twee maanden van 2025 er gratis bij. Je profiteert dus direct van alle voordelen én bent meteen lid voor heel 2026. Aanmelden is eenvoudig: ga naar kruiswerk.nl/lid, scan de QR-code of bel ons op 0314 – 357 430.