

Blik op licht & zicht



#1

Zien wat helpt om veilig en prettig te leven

Helder zicht op blijven rijden

Autorijden geeft veel mensen vrijheid. Even naar de winkel, een bezoek aan familie of zelfstandig op pad blijven. Om veilig aan het verkeer te kunnen blijven deelnemen, is soms een rijbewijskeuring nodig. Dat kan het geval zijn bij het verlengen van het rijbewijs op latere leeftijd, een medische situatie of het gebruik van bepaalde medicijnen. Dit roept vaak vragen op: wat houdt zo'n keuring in en hoe regel je dit?

Er bestaan verschillende soorten rijbewijskeuringen. Zo is er de 75+-keuring, die nodig is bij het verlengen van het rijbewijs vanaf een bepaalde leeftijd. Ook kan het CBR een medische rijbewijskeuring vragen. Welke keuring van toepassing is, verschilt per persoon en situatie. Tijdens een keuring beoordeelt een arts of iemand veilig kan blijven rijden. Er wordt gekeken naar zaken als zicht, reactievermogen en algemene gezondheid.

Het doel is niet om iemand te beoordelen, maar om duidelijkheid te geven over wat veilig en verantwoord is.

Het regelen van een rijbewijskeuring kan ingewikkeld lijken. Via Kruiswerk is het mogelijk om hierbij ondersteuning te krijgen. Kruiswerk voert de keuring zelf niet uit, maar bemiddelt en zorgt dat iemand bij een passende en betrouwbare aanbieder terecht komt. Dat geeft overzicht en voorkomt onduidelijkheid over formulieren, afspraken en vervolgstappen.



Rijbewijskeuring aan huis

Via Kruiswerk kan je met ledenvoordeel gebruikmaken van een rijbewijskeuring aan huis. De keuring wordt uitgevoerd door een arts in de eigen woonomgeving. Dit is vooral prettig wanneer reizen lastig is of wanneer rust gewenst is.

Meer informatie:
kruiswerk.nl/rijbewijskeuring



Liever persoonlijk contact?
Bel 0314 – 357 430 (maandag t/m vrijdag, 9:00 – 13:00 uur)

Meer licht, scherper zicht, prettiger wonen



Wist je dat

- Je ogen zich langzamer aanpassen aan licht en donker naarmate je ouder wordt?
- Warmer licht in de avond kan helpen om ontspannen tot rust te komen?
- Veel mensen pas merken dat hun zicht verandert bij alledaagse dingen, zoals koken of lezen?
- Kleine aanpassingen in huis vaak meer effect hebben dan verwacht?

Zicht verandert vaak langzaam bij het ouder worden. Lezen kost meer moeite, ogen raken sneller vermoeid en bewegen in het donker kan onzeker aanvoelen. Licht en zicht hebben samen grote invloed op hoe veilig en prettig iemand zich in huis voelt. Wie goed kan zien én het huis goed verlicht, beweegt met meer vertrouwen.

Vooral bij trappen, gangen en overgangen tussen ruimtes helpt licht om beter te zien waar je loopt. Dat geeft rust en zekerheid. Het gaat daarbij niet om meer lampen, maar om licht op de juiste plek en op het juiste moment. Overdag is ander licht nodig dan in de avond.

Aanbod voor leden

Via de dienst Zlimthuis van Kruiswerk is het mogelijk om als lid kosteloos een Thuisscan aan huis te laten doen. Hierbij wordt onder andere gekeken hoe verlichting beter kan worden afgestemd op de woning en het dagelijks gebruik. Kleine aanpassingen kunnen al een groot verschil maken.

Soms ligt de oorzaak van onzeker bewegen niet alleen bij de verlichting, maar bij het zicht zelf. Veranderingen aan de ogen worden vaak pas laat opgemerkt. Via Kruiswerk kan een Opticien aan huis worden aangevraagd. Deze kijkt in de woonomgeving naar het zicht en geeft advies dat past bij het dagelijks leven. Meer info: kruiswerk.nl/opticien

Helder zicht op babbeltrucs Oplichters worden steeds slimmer

Babbeltrucs komen steeds vaker voor. Vooral ouderen worden het doelwit. Oplichters bellen aan en doen zich voor als iemand van de politie, de bank of een bekend bedrijf. Met een geloofwaardig verhaal proberen zij vertrouwen te winnen. Bij een fabeltruc wordt zelfs een noodsituatie verzonnen, bijvoorbeeld over een familielid. Door deze schrikreactie maken mensen sneller beslissingen.

Oplichters spelen bewust in op emoties zoals angst en medelijden. Slachtoffers krijgen weinig tijd om na te denken. Daarom waarschuwt de politie: laat nooit onbekenden binnen en geef geen geld, pin-codes of waardevolle spullen af. Twijfel je? Neem altijd eerst contact op met een familielid of bel de politie. Ook technologie kan helpen om overzicht te houden. Het **KER Alarmhorloge** biedt extra zekerheid. Met één druk op de knop kunnen contactpersonen direct meeluisteren. Zo sta je er niet alleen voor en kan sneller worden ingegrepen wanneer iets niet klopt. Alert blijven, informatie delen en elkaar helpen maakt het voor oplichters moeilijker om toe te slaan.



Meer weten?

Het KER Alarmhorloge is verkrijgbaar vanaf € 14,95 per maand.

Meer informatie:
ker.nl/ker-alarmhorloge



Liever persoonlijk contact?
Bel 0314 – 357 430 (maandag t/m vrijdag, 9:00 – 13:00 uur)



NIEUW MODEL!

Klein lampje groot verschil

's Nachts veilig lopen zonder fel licht?

Deze draadloze sensorlamp gaat automatisch aan als je uit bed stapt en verlicht alleen het looppad. Werkt op batterijen en is overal te plaatsen.

Meer weten, kijk dan op:
zlimthuis.nl/webshop



Ledenprijs
€ 17,50



Wist je dat



- Meer dan 90% van wat je doet in het verkeer, gebeurt met je ogen. Zicht is dus het belangrijkste hulpmiddel achter het stuur.
- In het donker zie je tot wel drie keer minder dan overdag. Daarom is goed zicht extra belangrijk bij avond- en nachtelijk rijden.
- Met toenemende leeftijd heeft het oog meer licht nodig. Dit is normaal en één van de redenen waarom zicht wordt gecontroleerd bij een rijbewijskeuring.
- Een vuile voorruit kan je zicht met 20% verminderen. Even schoonmaken kan dus echt verschil maken.
- Bij een snelheid van 50 km per uur leg je in één seconde bijna 14 meter af.
- Goed zicht helpt om sneller te reageren.
- Vermoeidheid heeft invloed op je ogen. Knipperen gaat langzamer, waardoor je minder scherp ziet.
- Een bril of lenzen die niet goed zijn aangepast, kunnen je reactietijd verlengen. Regelmatig controleren is daarom belangrijk.

Tijdelijk een hulpmiddel nodig?



Bijvoorbeeld krukken, een rollator of een hulpmiddel voor onder de douche? Dan kun je terecht bij het Medipoint-uitleenpunt van Kruiswerk in Wehl. Samen met een Kruiswerk-consulent bespreek je wat je nodig hebt. Je krijgt advies en kunt passende hulpmiddelen lenen.

Gratis lenen

Sommige hulpmiddelen zijn direct beschikbaar. Deze kun je gratis lenen als je lid bent van Kruiswerk, of een medische indicatie hebt. Wil je weten waar alle uitleenpunten zijn en wat er mogelijk is?

Kijk dan op:
kruiswerk.nl/uitleenpunten



Liever persoonlijk contact?
Bel 0314 - 357 430 (maandag t/m vrijdag, 9:00 - 13:00 uur)

Het beste advies begint gewoon thuis Maak het lichter voor jezelf

Veel vragen over wonen, bewegen of ondersteuning ontstaan niet op papier, maar thuis. In de woonkamer, op de trap of 's nachts onderweg naar het toilet. Juist daar merk je wat goed gaat en wat lastiger wordt. Toch voelt het voor veel mensen als een grote stap om ergens advies te gaan vragen. Daarom komen de experts van Kruiswerk en Medipoint experts gewoon aan huis.

Wanneer iemand meekijkt in de thuissituatie, wordt snel duidelijk waar het verschil te maken is. Hoe loop je door het huis? Waar voel je je onzeker? Wat kost ongemerkt extra moeite? Door samen te kijken, ontstaan oplossingen die echt passen bij het dagelijks leven.

Medipoint komt aan huis met praktische kennis. Soms gaat het om beter slapen en kijkt een slaapexpert mee naar bed en matras. Soms om makkelijker zitten en opstaan met een sta-opstoel. Ook bij vragen over mobiliteit, zoals fietsen, een rolstoel, scootmobiel of trapoplossing, komt een gespecialiseerde adviseur langs. Altijd met oog voor comfort en veiligheid.

De Zlimthuis experts, een dienst van Kruiswerk, richten zich op wonen en veiligheid.

Met een Thuisscan aan huis brengen zij in kaart waar risico's zitten en welke kleine aanpassingen het wonen prettiger en veiliger maken. Vaak zijn het juist eenvoudige verbeteringen die veel rust geven.

De Kruiswerk consulenten denken ook mee over het grotere geheel. Ze luisteren, stellen vragen en helpen overzicht te krijgen. Wat speelt er nu? Wat kan later belangrijk worden? Zij kennen de mogelijkheden in de regio en helpen bij het maken van keuzes, bijvoorbeeld in een Hulp & Adviesgesprek of bij het gesprek met de gemeente.

Door expertise naar huis te brengen, wordt ondersteuning duidelijker, lichter en beter passend. Zo wordt het leven stap voor stap makkelijker gemaakt. Ga naar kruiswerk.nl of bel 0314 - 357 430.

Waarom advies aan huis werkt

Thuis vertelt meer dan woorden. Hoe iemand loopt, zit, slaapt of beweegt, zie je pas echt in de eigen omgeving. Door mee te kijken ontstaat advies dat past bij het leven van alledag.

