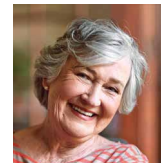


Dienstengids 2023

Kruiswerk
is voor iedereen
ook voor jou!

Meer dan 40 diensten
met voordeel of gratis



Een helpende hand in het nieuwe jaar

Kruiswerk is er voor iedereen. Of je nu behoefte hebt aan een luisterend oor, wat extra ondersteuning kunt gebruiken of lekker een dagje weg wilt. Op al die momenten zijn wij er voor je. Vertel ons wat jij nodig hebt en wij helpen je waar we kunnen.

We beseffen dat het steeds moeilijker wordt om door de bomen het bos nog te zien, als het gaat om de juiste hulp, zorg en ondersteuning. Kruiswerk wil jou hierin graag ondersteunen. Dit doen we onder andere via onze digitale nieuwsbrief. Hierin houden we je op de hoogte van het laatste nieuws, belichten we handige diensten en wijzen wij je op dingen die mogelijk relevant zijn voor jou.

Je kan altijd contact met ons opnemen. Dus heb je een vraag of kom je ergens niet uit? Bel of mail ons. Onze ledenservice denkt graag met je mee.



Chantal



Inger



Lieke

Wanneer schakel je hulp in?

Draag je zorg voor een ander en kan je wel wat extra ondersteuning gebruiken? Wil je langer thuis blijven wonen in jouw eigen huis? Of misschien kom je wel handen tekort om alles draaiende te houden?

Waar kunnen wij je mee helpen?



Zorgeloos thuis:

- ✓ Mantelzorgondersteuning en -cursussen
- ✓ Hulpmiddelen
- ✓ Acute hulp
- ✓ Hulp aan huis



Veilig thuis:

- ✓ Alarmering
- ✓ Thuisscan
- ✓ EHBO- en reanimatiecursussen



Actief leven:

- ✓ Dagjes eropuit
- ✓ Online cursussen
- ✓ Veilig onderweg
- ✓ Gezondheid



In deze dienstengids staan QR-codes.

Dit zijn vierkanten opgebouwd uit zwarte en witte blokjes. Open de camera app van jouw smartphone en richt deze op de QR-code. Je krijgt dan een link in beeld naar de website waar je alle diensten van die categorie kunt bekijken.

Hoe schakel je hulp in?

Wij ondersteunen jou met praktische diensten, informatie en een luisterend oor.



Vind alle informatie op onze website

Kijk op www.kruiswerk.nl

Ga naar een dienst van jouw keuze en vraag hem direct aan.

Verder vind je op onze website:

- ✓ Handige artikelen over bijv. tips tegen woninginbraak;
- ✓ Kruiswerk-leden aan het woord;
- ✓ De digitale Kruiswerk-krant;
- ✓ Agenda met gezondheidschecks, dagtochten, workshops en meer.



Liever persoonlijk contact? Onze ledenservice helpt je graag!

Wil je een dienst aanvragen? Heb je een vraag over jouw lidmaatschap? Of behoefte aan een luisterend oor?

Bel met de ledenservice op
0314 - 357 430
(ma. t/m vrij. van 9:00 tot 13:00 uur)

Of stuur een e-mail naar
info@kruiswerk.nl



Schakel één van onze hulplijnen in

Acute Hulp lijn

Voor als je acuut hulp nodig hebt
088 – 17 17 322
(ma. t/m vrij. van 9:00 tot 17:00 uur)

Gezondheidslijn

Voor vragen en twijfels over jouw gezondheid of die van een gezinslid
088 – 17 17 345 (24/7)

Zorgadvieslijn

Als je vastloopt in 'zorgland'
088 – 17 17 333
(ma. t/m vrij. van 9:00 tot 17:00 uur)

Wil je via onze digitale nieuwsbrief op de hoogte blijven? Meld je aan via www.kruiswerk.nl/nieuwsbrief

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 en Liemers nooit aansprakelijk worden gesteld. Niets uit deze uitgave mag op enkele wijze worden gereproduceerd of vermenigvuldigd zonder voorafgaande toestemming van Kruiswerk Achterhoek en Liemers. Er kunnen aan deze uitgave geen rechten worden ontleend.



Inhoudsopgave

ALGEMEEN

Uitgelichte diensten	5
Kruiswerk Zorgcollectief	26

ZORGELOOS THUIS

Beter Horen	7
Van Boxtel	7
Opticiens aan huis	7
Gezondheidslijn 24/7	8
Huishoudelijke hulp	8
Klusser aan huis	8
Kapper aan huis	9
Pedicure aan huis	9
Tuinman	9
Keukentafelgesprek	10
Financieel adviseur	10
Belastinghulp	10
Acute hulp	11
Maaltijd Thuis	11
Apetito	11
Kraampakket	12



Borstkolf-uitleen	12
Loophulpmiddelen-uitleen	12
Thuiszorgwinkel	13
Mantelzorgmakelaar	13
Mantelzorgondersteuning	13
Mantelzorgcursussen	14
• Medicijngebruik	14
• Mobiliteit	14
• Persoonlijke verzorging	15
• Vergoedingen	15
• Voeding en vocht	15

VEILIG THUIS

EHBO bij volwassenen	17
Reanimatie bij volwassenen	17
Seniorenalarm	17
Zlimthuis	18
Traplift demonstratie	18
Sleutelkluis	19
Woontest	19
Thuisscan	20
Veilig Thuis alarmering	20



ACTIEF LEVEN

Dagtochten	22
Wellness	22
Online cursussen	22
Computerservice aan huis	23
Smartphone en tablet workshop	23
Rijbewijskeuring	23
Kruiswerk pechpas	24
Fietsenmaker aan huis	24
Gezondheidschecks	25
Zorgadvieslijn	25

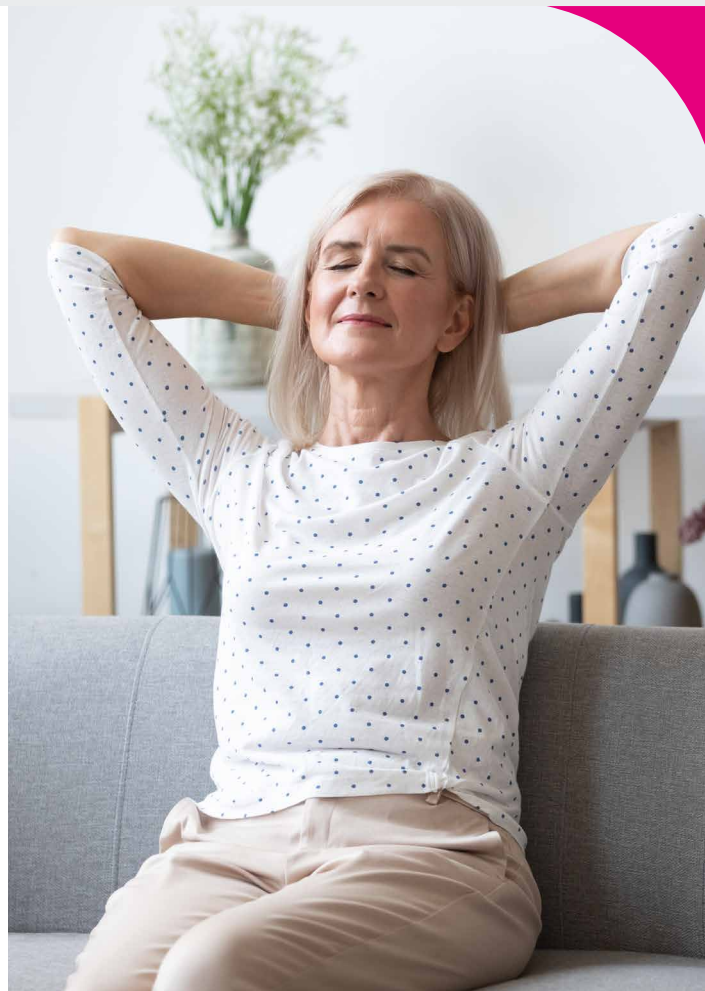
Eventjes op adem komen

Leuke tips voor jou!

Je werkt en misschien heb je ook een gezin. Als je daarnaast voor een ander zorgt kan dat soms zwaar zijn. Je voelt je verantwoordelijk en wilt graag helpen. Om te voorkomen dat de druk op jou te groot wordt, biedt Kruiswerk verschillende diensten aan om jou te ontlasten in de zorgtaken.

Kun je bijvoorbeeld wel wat ondersteuning gebruiken bij de dagelijkse dingen? Wij helpen je met een maaltijdservice of huishoudelijke hulp. Ook voor activiteiten kun je bij ons terecht. We organiseren regelmatig leuke dagtochten en bieden interessante cursussen aan.

Houd de regie zelf in handen. Voor het afnemen van onze diensten is een indicatie niet noodzakelijk. Blader deze dienstengids eens door en kijk naar de mogelijkheden. Kom je ergens niet uit of heb je vragen? Je kan ons altijd bellen of mailen. Weet dat je er in elk geval niet alleen voor staat.



Zorgeloos thuis



Kijk voor alle diensten voor een zorgeloos thuis op www.kruiswerk.nl/zorgeloos-thuis of bel de ledenservice op 0314 - 357 430.



Beter Horen

Merk je dat je de TV steeds harder zet? Mis je de pakketbezorger omdat je de deurbel niet meer zo goed hoort? Misschien is het dan een goed idee om een afspraak te maken bij een audicien.

Bij Beter Horen kun je terecht voor een gratis diagnose en adviesgesprek aan huis (inclusief uitgebreide hoortest). Bij een nieuw hoortoestel komt de audicien 3x gratis aan huis.

LEDENVOORDEEL

Als lid van Kruiswerk is een **hoortest gratis**. Er is een ruime keuze in gehoortoestellen. Daarnaast krijg je **10% korting** op accessoires en betaal je geen voorrijkosten.

JOUW VOORDEEL **10%** KORTING

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/beter-horen voor meer informatie.



Van Boxtel

Hoor je de deurbel niet meer? Vind je het lastig om een gesprek te volgen omdat je de ander niet meer goed kunt verstaan? Maak dan eens een afspraak bij een audicien.

Bij Van Boxtel kun je terecht voor een gratis hoortest en een adviesgesprek met een gecertificeerde audicien. Ben je niet in de gelegenheid om naar de winkel te komen? De audicien kan ook aan huis komen.

LEDENVOORDEEL

Als lid van Kruiswerk is een vrijblijvende **hoormeting gratis**. Ook mag je gratis een hoortoestel uitproberen. Daarnaast krijg je **15% korting op gehoorbescherming-op-maat**.

JOUW VOORDEEL **15%** KORTING

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/van-boxtel voor meer informatie.



Opticiens aan huis

Zie je alles niet meer zo scherp? Of ben je brildragend en moeten je ogen worden getest? De opticiens van de Nederlandse Huisopticiens helpen jou graag.

Geniet van het gemak van de opticiens aan huis. De opticien test je ogen en heeft zelf zo'n 250 monturen bij zich. Daar zit jouw nieuwe montuur vast en zeker tussen.

LEDENVOORDEEL

Als lid ontvang je een **gratis oogmeting** aan huis (zonder voorrijkosten) en ontvang je **20% korting op monturen en glazen**.

JOUW VOORDEEL **20%** KORTING

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/opticiens voor meer informatie.



Gezondheidslijn 24/7

Heb je zeurende rugklachten en weet je niet wat je moet doen? Heeft je kind vaak een bloedneus en twijfel je of je de huisarts moet bellen? Met dit soort vragen kun je terecht bij de Kruiswerk Gezondheidslijn, 24 uur per dag, 7 dagen per week.

Ons team van ervaren verpleegkundigen helpt je graag verder en laat je weten wanneer je hulp moet zoeken.

LEDENVOORDEEL

De Gezondheidslijn is **gratis** voor leden.

**JOUW
VOORDEEL**

GRATIS

AANVRAGEN

Bel met de Gezondheidslijn via
088 - 17 17 345



Huishoudelijke hulp

Een schoon huis zorgt voor rust. Door omstandigheden kan het zijn dat je geen tijd hebt of zelf niet fysiek in staat bent om te poetsen.

Via Kruiswerk kun je de professionele hulp van Alfassens inschakelen. Is er na een eerste kennismaking een klik? Dan spreken jullie samen af wanneer de hulp bij jou thuis komt.

LEDENVOORDEEL

Je betaalt slechts € 17,65 per uur in plaats van € 18,65. De eerste maand betaal je zelfs € 17,45 per uur.

**JOUW
VOORDEEL**

**KORTING OP
UURTARIEF**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/huishoudelijkehulp voor meer informatie.



Klusser aan huis

Heb jij twee linkerhanden? Voor alle kleine klussen in en om het huis, schakel je vanaf nu voordelig een klusser aan huis in.

Een lamp ophangen, een IKEA-meubel monteren, behangen, schilderen of de woning in oorspronkelijke staat opleveren: de klusser pakt het aan!

LEDENVOORDEEL

Als lid betaal je voor een klusser € 35,- per uur (niet-leden € 37,50), exclusief btw.

- Schilderen en behangen **exclusief 9% btw**;
- Overige klussen **exclusief 21% btw**;
- Voorrijkosten zijn € 23,-.

**JOUW
VOORDEEL**

**KORTING
OP UURTARIEF**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/klusser voor meer informatie.



Kapper aan huis

Als je haar maar goed zit. Wanneer je er verzorgd uitziet, voel je je beter. Een bezoekje aan de kapper helpt hierbij.

Lukt het niet meer om naar de salon te gaan? Dan komen de kappers van Mobella naar jou toe. Doordat zij niet aan kantoor-tijden gebonden zijn, kun je ook een afspraak maken voor een avond of in het weekend.

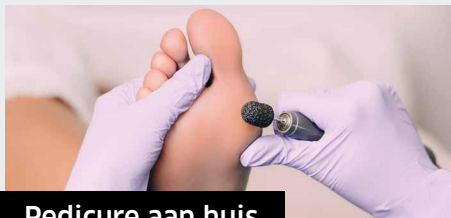
LEDENVOORDEEL

Knippen kost € 19,50 (in plaats van € 20,50). Een combinatie van knippen en föhnen is € 28,50 (in plaats van € 29,50).

**JOUW
VOORDEEL** **ALTIJD
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/kapper voor meer informatie en de tarievenlijst.



Pedicure aan huis

Ervaar het gemak van een pedicure aan huis. Heb je last van voetklachten of wil je deze juist voorkomen? De pedicures van Mobella helpen je.

De thuispedicures voeren dezelfde behandelingen uit als in een salon. Heb je last van reuma of diabetes? Ook dan kun je bij ze terecht.

LEDENVOORDEEL

Als lid betaal je € 37,50 voor een basis-behandeling. Voor een medische pedicure betaal je € 39,80.

**JOUW
VOORDEEL** **4 EURO KORTING
(MINIMAAL)**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/pedicure voor meer informatie.



Tuinman

Heb je een mooie tuin maar zelf geen tijd meer om deze te onderhouden? Of misschien wordt het je fysiek wel te zwaar? Schakel dan de hulp in van de tuinmannen van De Groenmakers.

Of je nou een nieuwe schutting, bestrating, gazon of border wil: de tuinmannen kunnen je overal bij helpen. Wanneer je de tuinmannen aanvraagt krijg je altijd een tuinmannen-duo.

LEDENVOORDEEL

Leden betalen **€ 85,- per uur voor twee tuinmannen** in plaats van € 100,-. De voorrijkosten zijn € 15,-. Eventuele overige kosten worden per offerte aangeboden.

**JOUW
VOORDEEL** **15 EURO
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/tuinman voor meer informatie.



Keukentafelgesprek

Heb jij behoefte aan extra zorg? Dan komt de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) al snel om de hoek kijken.

De gemeente voert de Wmo uit. Samen met jou kijken ze naar jouw zorgvraag en een bijbehorende oplossing in een keukentafelgesprek. Ga goed voorbereid het gesprek in en kies voor gratis onafhankelijke ondersteuning via Kruiswerk.

LEDENVOORDEEL

Gratis ondersteuning bij het keukentafelgesprek, telefonisch advies en informatie op het gebied van zorg.

JOUW VOORDEEL GRATIS ONDERSTEUNING

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/keukentafelgesprek voor meer informatie.



Financieel adviseur

Neem je veel zorg af? Door bijvoorbeeld een chronische ziekte of beperking? Dan brengt dit veel extra zorgkosten met zich mee. Je komt wellicht in aanmerking voor verschillende tegemoetkomingen.

De adviseurs van Rowen Advies informeren je graag over de mogelijkheden van bijvoorbeeld persoonsgebonden budget (pgb) en de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo).

LEDENVOORDEEL

Je krijgt **€ 10,- korting** op het aanvragen of wijzigen van toeslagen en **€ 20,- korting** per uur op de overige dienstverlening. Bekijk de tarieven op de website.

JOUW VOORDEEL 10 EURO MINIMAAL

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/financieel-adviseur voor meer informatie.



Belastinghulp

De jaarlijkse belastingaangifte kan best ingewikkeld zijn. Heb je hulp nodig bij het invullen van jouw belastingaangifte of bij het aanvragen van toeslagen? De adviseurs van Rowen Advies helpen je graag!

De adviseurs kunnen je ook adviseren op het gebied van schenkingen, erfbelasting en de administratie bij bewindvoering.

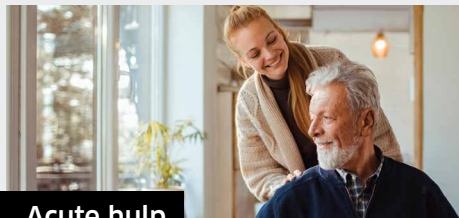
LEDENVOORDEEL

Als lid betaal je € 85,- voor hulp bij de inkomstenbelasting aangifte. Dit is een korting van wel **€ 25,-** op een enkele belastingaangifte. Per aanvraag betaal je € 15,- voorrijkosten.

JOUW VOORDEEL 25 EURO GEMIDDELD

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/belastinghulp voor meer informatie.



Acute hulp

Soms gebeurt er iets onverwachts. Is je partner gevallen of moet je met spoed opgenomen worden in het ziekenhuis? In zo'n geval kun je gebruikmaken van de Acute hulp van Kruiswerk.

Een hulp van Alfasens komt jou helpen om het huishouden draaiende te houden. In overleg wordt er gekeken welke hulp er nodig is en wanneer deze geleverd wordt.

LEDENVOORDEEL

Ben je langer dan één jaar lid van Kruiswerk? Dan kan je per kalenderjaar gebruikmaken van **8 uur gratis Acute hulp**. Ben je korter dan één jaar lid? Dan betaal je € 15,- per uur voor maximaal 8 uur Acute hulp per jaar.

**JOUW
VOORDEEL** **8 UUR
GRATIS HULP**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/acute-hulp voor meer informatie.



Maaltijd Thuis

Ben je niet zo handig in de keuken of heb je gewoon geen tijd om te koken? Met de maaltijden van Maaltijd Thuis zet je in een handomdraai een heerlijk verse en gezonde maaltijd op tafel.

Bij Maaltijd Thuis heb je elke week keuze uit een ruim aanbod van heerlijke gerechten. Daarbij houden ze rekening met dieetwensen zoals: zoutarm, lactose beperkt, glutenvrij en vegetarisch.

LEDENVOORDEEL

Leden betalen geen bezorgkosten.

**JOUW
VOORDEEL** **GRATIS
BEZORGING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/maaltijdthuis voor meer informatie.



Apetito

Apetito bezorgt heerlijke vriesverse maaltijden aan huis. Bestellen is heel eenvoudig en een vast vertrouwd gezicht levert de maaltijden persoonlijk bij jou af.

Kies uit meer dan 130 maaltijden waarbij rekening gehouden kan worden met diëten zoals: glutenvrij, eiwitrijk, halal, natriumarm of gepureerde maaltijden.

LEDENVOORDEEL

Leden krijgen **10% korting**. Alle nieuwe klanten bestellen eenmalig een proefpakket met 5 heerlijke vriesverse maaltijden voor maar € 19,95.

**JOUW
VOORDEEL** **10%
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/apetito voor meer informatie.



Kraampakket

Is er een kleintje op komst? Dan ontvang je als lid van Kruiswerk een gratis kraampakket t.w.v. € 31,99 bij de Medipoint Thuiszorgwinkel.

Hierin vind je allerlei handige dingen die je nodig hebt na jouw bevalling. Van matras-beschermers tot kraamverband. Zo ben jij goed voorbereid.

LEDENVOORDEEL

Wanneer jouw zorgverzekeraar het **kraampakket** niet vergoedt, krijg je het als lid van Kruiswerk alsnog **gratis**.



medipoint

JOUW
VOORDEEL

GRATIS

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/kraampakket voor meer informatie.



Borstkolf-uitleen

Een borstkolf kan vlak na de geboorte van je kindje handig zijn om te helpen de borstvoeding op gang te brengen.

Ook als je zelf even op pad wilt is het handig om wat melk af te kolven. Door eerst een kolf uit te proberen kan je kijken of het bij je past, voordat je er zelf eentje koopt.

LEDENVOORDEEL

Leen via Medipoint een **borstkolf één week gratis**. Ook ontvang je 10% korting op de aanschaf van een afkolfsetje en 15% korting op een Medela- of Ardo-pakket.



medipoint

JOUW
VOORDEEL

**1 WEEK
GRATIS**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/borstkolf voor meer informatie.



Loophulpmiddelen-uitleen

Kruiswerk werkt samen met Medipoint. Als lid kan je voor maximaal 3 maanden gratis diverse basis loophulpmiddelen lenen bij Medipoint.

Als het medisch noodzakelijk is kan, in overleg, de gratis uitleentermijn verlengd worden.

LEDENVOORDEEL

Leen diverse **loophulpmiddelen gratis** voor maximaal 3 maanden. Ook krijg je **10% korting** op het koopassortiment (niet in combinatie met andere acties en/of kortingen).



medipoint

JOUW
VOORDEEL

GRATIS

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/loophulpmiddelen voor meer informatie.



Thuiszorgwinkel

Kruiswerk werkt samen met Medipoint. Zij zijn een grote aanbieder van zorg- en welzijnsproducten in Nederland.

Medipoint opereert landelijk en heeft 50 fysieke winkels door heel Nederland. In de regio Achterhoek en Liemers kan je terecht in Doetinchem, Vorden, Winterswijk en Zutphen.

LEDENVOORDEEL

Als lid van Kruiswerk kan je bij hen terecht voor het lenen van een selectie aan **gratis loophulpmiddelen** (maximaal 3 maanden) en krijg je **10% korting** op het koop-assortiment.



**JOUW
VOORDEEL** GRATIS
BEZORGING

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/loophulpmiddelen voor meer informatie.



Mantelzorgmakelaar

Zorg voor een ander organiseren is soms best een ingewikkelde klus.

Hoe vind je de weg in het doolhof van organisaties en regelingen? Voor welke zorg kom je in aanmerking? Een mantelzorgmakelaar helpt je met het regelen en vinden van de beste zorg en ondersteuning op maat.

LEDENVOORDEEL

Onze ledenservice luistert naar jouw verhaal, denkt mee en verwijst je indien nodig door naar een mantelzorgmakelaar.

**JOUW
VOORDEEL** GRATIS
INTAKE GESPREK

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/mantelzorgmakelaar voor informatie.



Mantelzorgondersteuning

Zorg jij ook vaak voor een ander? Het is fijn als je dag en nacht klaar wilt staan. Dit is (helaas) niet altijd mogelijk.

Om te voorkomen dat de druk op jou te groot wordt, biedt Kruiswerk verschillende diensten aan huis om jou te ontlasten in de zorgtaken.

LEDENVOORDEEL

Wij ondersteunen je onder andere door het aanbieden van mantelzorgcursussen met korting, zodat jij met de juiste kennis klaar kunt staan voor een ander. We bieden jou een luisterend oor en verwijzen indien nodig door naar een mantelzorgmakelaar. Daarnaast hebben we handige diensten voor jou en degene voor wie je zorgt.

**JOUW
VOORDEEL** EXTRA
ONDERSTEUNING

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/mantelzorgondersteuning voor informatie.



Mantelzorgcursussen

Als je zorgt voor een ander, wil je dit natuurlijk zo goed mogelijk doen. Met liefde kom je een heel eind, maar het is niet genoeg. Je hebt ook de juiste kennis nodig. Daarom biedt Livis een complete online cursusreeks aan onder de noemer 'Zorg voor wie je lief is'. Zo leer jij hoe je op een veilige manier kunt zorgen voor een ander.

Bekijk hiernaast het aanbod.



MANTELZORGCURSUS

Medicijngebruik

Veel mensen gebruiken medicijnen. Om hier goed mee om te kunnen gaan is het belangrijk dat je op de hoogte bent van de belangrijkste informatie. Welke soorten zijn er en wat is de beste manier om ze te bewaren? Hoe kun je iemand op een veilige manier helpen met het slikken van medicijnen? In deze cursus van Livis krijg je het antwoord op al deze vragen.

De cursus is online te volgen en bestaat uit ongeveer één uur theorie. In deze theorie komen de onderwerpen medicijnen in het lichaam, medicijnen toedienen en veilig medicijngebruik aan bod.

LEDENVOORDEEL

Je ontvangt **€ 5,- korting** en betaalt slechts € 7,50 (niet-leden € 12,50).

**JOUW
VOORDEEL** **5 EURO
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/mantelzorg-cursus-medicijngebruik voor meer informatie.

MANTELZORGCURSUS

Mobiliteit

Mobiliteit is de mogelijkheid om je te kunnen verplaatsen binnen en buiten het huis. Dit is niet voor iedereen even vanzelfsprekend. Wat zijn de gevolgen als iemand zichzelf niet makkelijk kan verplaatsen? Welke hulpmiddelen zijn er en wat kun je doen om iemand te ondersteunen? In deze cursus van Livis leer je hoe je op een veilige manier iemand kan helpen die minder mobiel is.

De cursus is online te volgen en bestaat uit één uur theorie. In deze theorie komen onderwerpen zoals risico's, middelen en de rolstoel aan bod.

LEDENVOORDEEL

Je ontvangt **€ 5,- korting** en betaalt slechts € 7,50 (niet-leden € 12,50).

**JOUW
VOORDEEL** **5 EURO
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/mantelzorg-cursus-mobiliteit voor meer informatie.

Persoonlijke verzorging

Bij persoonlijke verzorging gaat het om de verzorging van jezelf. Niet iedereen kan dit zelfstandig. Soms heeft iemand hier hulp bij nodig. Wil je weten waar je op moet letten als je iemand helpt met douchen? In deze cursus van Livis leer je meer over de veelvoorkomende zorgzaken rondom de persoonlijke verzorging van een ander.

De cursus is online te volgen en bestaat uit ongeveer één uur theorie. In deze theorie komen de onderwerpen: wassen, mondverzorging en toiletgang aan bod.

LEDENVOORDEEL

Je ontvangt **€ 5,- korting** en betaalt slechts € 7,50 (niet-leden € 12,50).

**JOUW
VOORDEEL** **5 EURO
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/mantelzorg-cursus-persoonlijke-verzorging voor meer informatie.

Vergoedingen

Wetten en regels over vergoedingen zijn niet altijd makkelijk. Welke vergoedingen zijn er voor de zorgvrager en welke vergoedingen zijn er eigenlijk voor jou? In deze cursus van Livis leer je met welke financiële gevolgen je te maken kunt krijgen en waar je aanspraak op kunt maken.

De cursus is online te volgen en bestaat uit ongeveer één uur theorie. In deze theorie komen de wetten en regels over vergoedingen aan bod.

LEDENVOORDEEL

Je ontvangt **€ 5,- korting** en betaalt slechts € 7,50 (niet-leden € 12,50).

**JOUW
VOORDEEL** **5 EURO
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/mantelzorg-cursus-vergoedingen voor meer informatie.

Voeding en vocht

Gezonde voeding en voldoende vocht is belangrijk. Maar waarom eigenlijk? Wat doe je als iemand die je lief is niet meer goed kan of wil eten of drinken? Hoe kun je iemand helpen om toch gezonde voeding en voldoende vocht binnen te krijgen? Welke hulpmiddelen zorgen ervoor dat iemand makkelijker kan eten en drinken? In deze cursus van Livis leer je meer over het belang van de juiste voeding en genoeg drinken.

De cursus is online te volgen en bestaat uit ongeveer één uur theorie. In deze theorie wordt aandacht besteed aan de oorzaken en gevolgen van te veel én te weinig eten en drinken.

LEDENVOORDEEL

Je ontvangt **€ 5,- korting** en betaalt slechts € 7,50 (niet-leden € 12,50).

**JOUW
VOORDEEL** **5 EURO
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/mantelzorg-cursus-voeding-en-vocht voor meer informatie.

Veilig thuis



Kijk voor alle diensten voor een veilig thuis op www.kruiswerk.nl/veilig-thuis of bel de ledenservice op 0314 - 357 430.



EHBO bij volwassenen

De meeste ongelukken gebeuren in en rondom het huis. Als je weet hoe je in een crisissituatie moet handelen ben je vaak rustiger. Dat is niet alleen handig voor jezelf, je kunt er ook het verschil mee maken voor anderen.

Wil jij ook leren hoe je kan reanimeren en eerste hulp verleent bij grote en kleine letsels? Het kan met de online cursus 'EHBO bij volwassenen' van Livis.

LEDENVOORDEEL

Als lid ontvang je **€ 17,50 korting op de cursus** 'EHBO bij volwassenen'. De cursus is voor leden (inclusief korting) € 82,45. Voor de cursus 'Herhaling EHBO bij volwassenen' betaal je € 77,45.

JOUW VOORDEEL **17,50 EURO KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/ehbo voor meer informatie.



Reanimatie bij volwassenen

In Nederland zijn er 8.000 reanimaties per jaar buiten het ziekenhuis. In gemiddeld 70% van de gevallen vindt een reanimatie thuis plaats.

Bereid je goed voor op een noodsituatie door de cursus 'Reanimatie bij volwassenen' te volgen. Je leert een hartstilstand herkennen, reanimeren en de AED (Automatische Externe Defibrillator) te gebruiken. Zo krijg je zelfvertrouwen om iemand in nood te helpen.

LEDENVOORDEEL

Als lid ontvang je **€ 10,- korting op de cursusprijs** 'Reanimatie bij volwassenen'. Je betaalt hierdoor geen € 59,95 maar € 45,95.

JOUW VOORDEEL **10 EURO KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/reanimatie voor meer informatie.



Seniorenalarm

Vind je het fijn om hulp in de buurt te hebben, maar is dit niet altijd mogelijk? Denk dan eens aan een seniorenalarm.

Met het seniorenalarm heb je met één druk op de alarmknop hulp ingeschakeld. Zo ben je snel in contact met een verpleegkundige die je verder kan helpen.

LEDENVOORDEEL

Je betaalt € 70,71 aansluitkosten. Niet leden betalen € 90,71. Daarnaast betaal je € 26,18 per maand voor de abonnementskosten.

JOUW VOORDEEL **20 EURO KORTING OP AANSLUITKOSTEN**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/seniorenalarm voor meer informatie.



Zlimthuis

Zlimthuis wil voorkomen dat je straks niet meer veilig en/of zelfredzaam thuis kunt wonen. Mocht dit door ziekte of een (tijdelijke) beperking nu al lastig zijn, dan helpen wij jou en diegenen die zorg voor jou dragen dit te verbeteren.

Niet alleen omdat je dan in je eigen, fijne omgeving blijft, maar ook omdat er tegenwoordig steeds minder alternatieven zijn. Gelukkig is er met advies en aanpassingen in je woning heel veel mogelijk. Dat is precies wat Zlimthuis doet.

Zlimthuis heeft jarenlange expertise op het gebied van preventieve- en ondersteunende oplossingen in huis.

*Zlimthuis is een dienst van Kruiswerk.
Kijk voor meer informatie op [Zlimthuis.nl](https://www.zlimthuis.nl)*

Voor al jouw vragen over woonoplossingen bel de gratis Zlimthuis advieslijn **088 - 17 17 370** (bereikbaar op ma. t/m vrij. van 9:00 tot 17:00 uur).



Trapliftdemonstratie

Als traplopen niet meer zelfstandig en veilig gaat, kan een traplift een optie zijn. In de Belevingswoning in Doetinchem is het mogelijk om zelf het gemak van een traplift te ervaren. Zo kun je in alle rust ontdekken of een traplift bij jouw situatie past.

Samen met de gemeente Doetinchem, Sité Woondiensten, het Graafschap College en Liemers de Belevingswoning ingericht. In de Belevingswoning ervaren bezoekers zelf hoe eenvoudige aanpassingen hun woongemak vergroten. Belangstellende kunnen ontdekken welke oplossingen er mogelijk zijn om langer comfortabel en veilig thuis te wonen.

LEDENVOORDEEL

Kruiswerk biedt iedereen die geïnteresseerd is een **gratis demonstratie en ervaring** aan op een traplift in de Belevingswoning. Gebruik hiervoor het aanmeldformulier op de website. Bij het aanschaffen van een traplift via koninklijke Otolift (partner van Kruiswerk) krijgen leden **10% korting**.



JOUW VOORDEEL

GRATIS

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/traplift-demonstratie voor meer informatie.



Sleutelkluis

Een sleutelkluis biedt vele voordelen. Zo word je nooit meer per ongeluk buitengesloten en kan eventuele thuis-hulp en mantelzorg zichzelf binnenlaten.

Het is de enige sleutelkluis in Nederland met keurmerk SKG 2* en met gepatenteerde code-verdijn-techniek, waardoor de code niet ongewenst afgelezen kan worden. Montage aan de muur maakt deze sleutelkluis één van de veiligste van dit moment.

LEDENVOORDEEL

De Puck Sleutelkluis kost € 169,50. Niet-leden betalen € 189,50. Eventuele montage kost € 77,- inclusief voorrijkosten.



**JOUW
VOORDEEL**

**20 EURO
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/sleutelkluis voor meer informatie.



Woontest

Zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Dat is natuurlijk een fijn idee, maar dan wil je wel veilig, zorgeloos en comfortabel wonen. Wat kan jouw woonsituatie verbeteren? Kom erachter met de Woontest.

Aan de hand van jouw antwoorden zie je hoe goed jouw woning scoort. Daarna kun je het adviesrapport aanvragen. Hierin staan adviezen, tips en oplossingen per woonruimte.

LEDENVOORDEEL

Doe de Woontest, bereken jouw woonscore en vraag **gratis het adviesrapport** aan.



**JOUW
VOORDEEL**

**GRATIS
ADVIESRAPPORT**

AANVRAGEN

Doe de woontest via www.kruiswerk.nl/woontest en bekijk hoe jouw woning scoort.



Thuisscan

**Meer veiligheid in jouw keuken?
Valgevaar voorkomen in de badkamer?
De Thuisscan van Zlimthuis helpt jou bij
het vinden van de juiste oplossingen.**

In een persoonlijk gesprek schetst de Zlimthuis expert een beeld van jouw situatie. Daarna lopen jullie samen jouw woning door. Hieruit rolt een adviesrapport, waarin standaardoplossingen en oplossingen op maat te vinden zijn.

LEDENVOORDEEL

Ben je langer dan één jaar lid? Dan is de **thuisscan gratis** (t.w.v. € 159,-).



JOUW VOORDEEL

MOGELIJK GRATIS

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/thuisscan voor meer informatie en de aanvraag.



Veilig Thuis alarmering

Is er bij jou sprake van valgevaar, een partner die dwaalt, of wil je jouw huis goed beveiligen tegen inbraak? Zlimthuis biedt je diverse alarmeringspakketten.

BRAND VEILIG PAKKET

Dit pakket alarmeert jou en anderen bij mogelijk brandgevaar. Niet alleen in jouw woning, ook op afstand via jouw smartphone. Ben je lid van Kruiswerk? Dan betaal je € 125,- voor het pakket, incl. abonnementskosten voor 1 jaar en installatie.

ALERT THUIS PAKKET

Met het pakket Alert Thuis kan je met één druk op de panieknop alarm slaan en wordt jouw omgeving direct gewaarschuwd. Ook zit er een bewegingsmelder in het pakket die bij enige tijd geen beweging alarm slaat. Hiervoor betaal je € 140,- (incl. installatiekosten, excl. abonnementskosten).

VEILIG THUIS PAKKET

Direct alarm bij brand, inbraak, paniek én een val? Het zit in het uitgebreide pakket van Veilig Thuis. Hiervoor betaal je € 230,- (incl. installatiekosten, excl. abonnementskosten).

LEDENVOORDEEL

Bij Alert- en Veilig Thuis heb je de keuze uit twee abonnementsvormen.

- Basis abonnement (€ 7,50 per maand): jouw sociale kring ontvangt een alarmmelding.
- Basis plus abonnement (€ 15,- per maand): naast jouw sociale kring wordt ook een lokaal beveiligingsbedrijf gealarmeerd.

Als lid betaal je **de eerste 3 maanden geen abonnementskosten** bij het Basis abonnement en bij het Alert- en Veilig Thuis pakket.



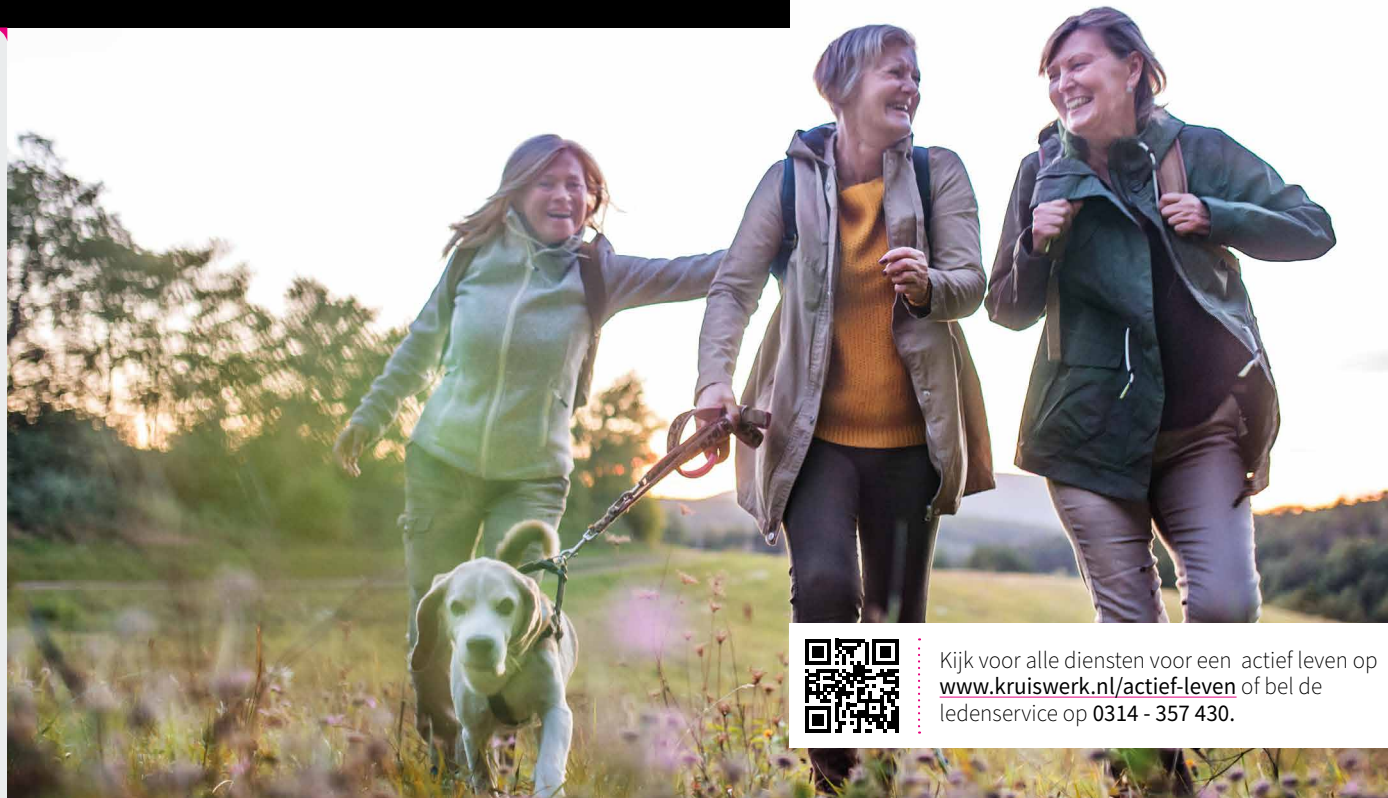
JOUW VOORDEEL

EXCLUSIEF VOOR LEDEN

AANVRAGEN

Meer informatie en aanvragen: www.kruiswerk.nl/alarmering

Actief leven



Kijk voor alle diensten voor een actief leven op
www.kruiswerk.nl/actief-leven of bel de
ledenservice op 0314 - 357 430.



Dagtochten

Ga jij graag op pad? Wil jij nieuwe plekken ontdekken en nieuwe mensen ontmoeten? We brengen je naar de mooiste locaties en leukste evenementen.

Of je nu van musea houdt of de natuur, er is altijd wel een dagtocht die bij jou past! Opstappen kan op verschillende plekken in de regio.

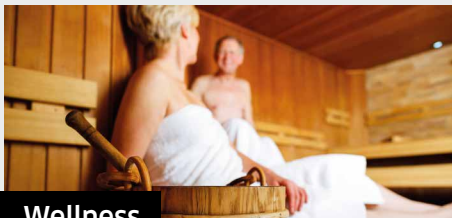
LEDENVOORDEEL

Als lid van Kruiswerk ontvang jij **altijd voordeel op dagtochten**. De prijzen verschillen per dagtocht.

**JOUW
VOORDEEL** | **ALTIJD
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/dagtochten voor meer informatie.



Wellness

Ben je de hele week 'druk'? Kom je eigenlijk niet meer aan jezelf toe? Gun jezelf eens rust en geniet van een heerlijk ontspannen dagje bij Wellness Center de Bronsbergen.

Wist je dat een dagje wellness ook nog eens heel erg gezond is? Het heeft een regulerende invloed op je bloeddruk, je verbetert je weerstand en je lichaam wordt 'schoongespoeld'.

LEDENVOORDEEL

Je mag de **tweede persoon (t.w.v. € 33,50) gratis** meenemen! Zo kun je samen genieten van een dagje uit.

**JOUW
VOORDEEL** | **TWEEDE PERSOON
GRATIS**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/wellness voor meer informatie.



Online cursussen

Heb jij altijd al meer willen weten over kunstgeschiedenis? Wil je weten hoe je het hele jaar door kunt eten uit je eigen moestuin?

Etadoro biedt toegankelijke cursussen die makkelijk te volgen zijn. Je studeert thuis en volgt de lessen wanneer het jou uitkomt. Na afloop ontvang je een certificaat.

LEDENVOORDEEL

Je kunt al een cursus volgen vanaf € 55,00. Leden van Kruiswerk krijgen **20% korting** op de online cursussen van Etadoro.

**JOUW
VOORDEEL** | **20%
KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/etadoro voor meer informatie.



Computerservice aan huis

Heb je problemen met jouw computer, laptop, tablet of smartphone? Maak dan gebruik van de computerservice aan huis.

Jij wil toch ook dat jouw computer goed blijft werken? Met een jaarlijkse APK keuring kunnen de meeste computerproblemen voorkomen worden. De APK bestaat uit het controleren van de beveiliging, het uitvoeren van updates en het opschonen van de computer.

LEDENVOORDEEL

Leden krijgen **10% korting** en betalen € 22,50 per uur. Standaard voorrijkosten in de Achterhoek en Liemers zijn € 10,-.

JOUW VORDEEL **10%** KORTING

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/computerhulp voor meer informatie.



Smartphone en tablet workshop

Wil jij op de hoogte blijven van de ontwikkelingen van de smartphone? Wil je leren hoe je beter kunt omgaan met jouw tablet? Kom naar een smartphone of tablet workshop.

We bieden verschillende workshops waar je leert hoe jouw smartphone of tablet werkt en welke apps handig voor je kunnen zijn. De workshops worden in een groep gegeven, maar er is altijd ruimte voor gerichte vragen en persoonlijke uitleg.

LEDENVOORDEEL

Ben je al lid van Kruiswerk? Dan ontvang je **altijd korting** op de diverse smartphone en tablet workshops. De korting verschilt per workshop.

JOUW VORDEEL **ALTIJD KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/smartphone-en-tablet-workshop voor meer informatie.



Rijbewijskeuring

Een auto maakt het erg makkelijk om te gaan en staan waar je wilt. Is de vervaldatum van jouw rijbewijs op of na je 75^e jaar? Dan ben je verplicht je te laten keuren voor je rijbewijs. Dit kan voordelig via Kruiswerk bij de RijbewijskeuringsArts.

In de Achterhoek en de Liemers kun je je laten keuren in Doetinchem, Vorden, Zevenaar, Zutphen en Winterswijk.

LEDENVOORDEEL

Leden van Kruiswerk betalen **slechts € 45,- voor een keuring** voor rijbewijs B/E in plaats van € 57,50. Meld je je online aan dan profiteer je nog eens van **5% extra korting**.

JOUW VORDEEL **12,⁵⁰ EURO KORTING**

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/rijbewijskeuring voor meer informatie.



Kruiswerk Pechpas

Pech met je fiets, e-bike, rolstoel, rollator of scootmobiel? Wij helpen je weer op weg! Met de Kruiswerk Pechpas ben je in heel Nederland verzekerd van hulp (met uitzondering van Zeeland en de Waddeneilanden). Zeven dagen per week van 8:00 tot 21:00 uur.

Je kunt nu kiezen uit drie verschillende abonnementen.

KRUISWERK PECHPAS

Pechhulp voor onderweg. Kom jij onderweg met pech te staan? Wij helpen je weer op weg. Dit abonnement kost € 29,- per jaar.

KRUISWERK PECHPAS PLUS

Pechpas voor onderweg en thuis! Wij zijn er voor je. Ook als je thuis met pech staat. Dit abonnement kost € 49,- per jaar.

KRUISWERK PECHPAS EXTRA PLUS

Eén keer per jaar recht op een onderhoudsbeurt. Ook krijg je gratis de Kruiswerk Pechpas Plus. Dit abonnement kost € 65,- per jaar.

LEDENVOORDEEL

De ledenpas is exclusief voor leden van Kruiswerk. De pas is persoonsgebonden. Alleen voor het eerste abonnement betaal je een vaste prijs. Op elk aanvullend abonnement krijg je **15% korting!** Het maakt hiervoor niet uit welk abonnement je kiest. Alle combinaties zijn mogelijk.

JOUW VOORDEEL

EXCLUSIEF VOOR LEDEN

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/pechpas voor meer informatie.



Fietsenmaker aan huis

Heb je problemen met je fiets of heeft deze onderhoud nodig? De fietsenmakers van Tweewielerservice Iwan Sweeren komen bij jou thuis.

Zij verrichten dezelfde werkzaamheden als jouw lokale fietsenmaker. Zoals het smeren van onderdelen, controleren en bijstellen van versnellingen en remmen. Niet alleen voor jouw fiets, ook jouw scootmobiel, rolstoel en rollator controleren zij graag.

LEDENVOORDEEL

Je krijgt **€ 20,- korting op een onderhoudsbeurt** en betaalt nu € 70,- voor je fiets en € 50,- voor de rollator, rolstoel of scootmobiel exclusief € 10,- voorrijkosten.

JOUW VOORDEEL

20 EURO KORTING

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/fietsenmaker voor meer informatie.



Gezondheidschecks

Je gezondheid is belangrijk. Daarom organiseert Kruiswerk elk jaar meerdere gezondheidschecks.

Als je niet lekker in je vel zit heeft dit invloed op alles. Je slaapt slecht, je bent prikkelbaar, je eet ongezonder en je beweegt minder vaak. Dit heeft gevolgen voor jouw fysieke en mentale gezondheid.

WAT WORDT ER GEMETEN?

Ben je benieuwd hoe het er met jouw gezondheid voor staat? Kom dan eens langs bij één van onze gezondheidschecks. Tijdens een gezondheidscheck krijg je inzicht in je lengte, gewicht, vetpercentage en BMI. Ook worden jouw bloeddruk en knijpkracht

gemeten. Aan de hand van deze resultaten ontvang je een persoonlijk leefstijladvies op het gebied van voeding en beweging.

ALTIJD IN DE BUURT

Het hele jaar door organiseren wij gezondheidschecks in de regio. Hierdoor is er altijd wel eentje bij jou in de buurt.

LEDENVOORDEEL:

Voor leden is de gezondheidscheck **t.w.v. € 20,50 gratis**. Je moet je wel vooraf aanmelden.

**JOUW
VOORDEEL**

GRATIS

AANVRAGEN

Kijk op www.kruiswerk.nl/gezondheidschecks voor meer informatie.



Zorgadvieslijn

Het vinden van de juiste instanties of de juiste zorg is niet altijd even makkelijk. Het neemt veel tijd in beslag en brengt een hoop papierwerk met zich mee. Kortom: je kunt flink vastlopen in 'zorgland'.

Voor het antwoord op al jouw vragen rondom de zorg kun je terecht bij de gratis Zorgadvieslijn.

Ons team bestaat uit ervaren zorgadviseurs die jou helpen met jouw zoektocht. Dus ben je op zoek naar een hulpmiddel voor jouw demente buurman of wil je weten welke ondersteuning er mogelijk is voor jouw gezin? Aarzel dan niet en bel met de Zorgadvieslijn.

**JOUW
VOORDEEL**

GRATIS

AANVRAGEN

Bel de Zorgadvieslijn op **088 – 17 17 333** (op werkdagen tussen 9:00 en 17:00 uur).

A man and a woman are shown from the chest up, both in a thoughtful pose with their hands on their chins. The man, on the left, has grey hair and wears black-rimmed glasses and a light blue button-down shirt. The woman, on the right, has blonde hair and wears tortoiseshell-rimmed glasses, a denim shirt over a white top, and bright pink lipstick. They are set against a solid pink background. A white rounded rectangle in the upper left contains the text 'Kies bewust bespaar waar kan' in pink.

Kies bewust
bespaar waar kan

Kruiswerk Zorgcollectief

Zorgverzekeringen met korting, extra vergoedingen en persoonlijk advies.

Collectief verzekeren blijft! Nog altijd biedt ons collectief voordelen zoals interessante kortingen op de aanvullende verzekeringen en extra zorg.

Kies je voor collectief verzekeren dan verzekert jij je bij dezelfde zorgverzekeraar, maar voor een betere prijs en met fijne extra's. Als je dat wilt, helpen wij je bij het overstappen. Ook bieden wij het hele jaar ondersteuning en hulp bij vragen.

MEER DAN ALLEEN KORTING

Meer zorg tegen een lagere prijs. Door exclusieve afspraken gaat het Kruiswerk Zorgcollectief verder dan alleen korting op jouw aanvullende zorgverzekering. Wij hebben afspraken met Menzis, Zilveren Kruis en VGZ. De collectieve aanvullende verzekeringen bieden extra vergoedingen voor bijvoorbeeld fysiotherapie of mantelzorg. Het Zorgcollectief biedt je daarnaast het hele jaar door persoonlijke ondersteuning bij vragen.

GRATIS EN BELANGELOOS ADVIES

Onze expert zorgverzekeringen, Willem Veenendaal, helpt je graag. 'Ben ik goed verzekerd?', 'Wat heb ik wel of niet nodig?', 'Ik ben al ziek, dus ik word nooit geaccepteerd!': zomaar wat vragen en onduidelijkheden waar hij antwoord op kan geven. Je zorgverzekering kan grote impact hebben op je gezondheid én je portemonnee. Daarom neemt Willem de tijd om je persoonlijk, kundig en volledig te informeren en adviseren.

KIES BEWUST EN BESPAAR WAAR KAN

Midden november worden er, zodra de nieuwe tarieven bekend zijn, informatiebijeenkomsten en persoonlijke adviesgesprekken georganiseerd. Samen met Willem kijk je dan kritisch naar je zorgverzekering waarnaar hij je vrijblijvend advies geeft. Met de opgedane kennis kan je indien gewenst voor het einde van het jaar overstappen.

LEDENVOORDEEL

Sluit aan bij het collectief en profiteer van:

- Korting op jouw aanvullende verzekeringen;
- Exclusieve aanvullende vergoedingen;
- Extra zorg;
- Deskundig advies en ondersteuning, het hele jaar door.

KRUISWERK ZORGCOLLECTIEF

Voor vragen over zorgverzekeringen, bel **088 - 17 17 310**
(ma. t/m vrij. van 9:00 tot 17:00 uur)



AANVRAGEN

Ga naar www.kruiswerk.nl/zorgcollectief

Contact

Heb je een vraag over één van onze diensten of het lidmaatschap van Kruiswerk? Wat je vraag ook is, wij staan voor je klaar.

Bel met de ledenservice **0314 - 357 430**
(maandag t/m vrijdag van 9:00 tot 13:00 uur)

Of stuur een e-mail
info@kruiswerk.nl

Kruiswerk Achterhoek en Liemers
Postbus 143
7000 AC Doetinchem

 facebook.com/kruiswerkachterhoekenliemers

 instagram.com/kruiswerkachterhoekenliemers

 linkedin.com/company/kruiswerk

