



WegWijs in Almere

Een informatiepakket voor senioren in Almere
ontwikkeld door WegWijs in Almere – De Schoor
Editie februari 2023



Dit informatiepakket staat digitaal op de site van De Schoor (www.deschoor.nl) onder het kopje *Ik zoek een activiteit, senioren*. Aan de rechter kant onderaan staat de link van WegWijs

Project WegWijs in Almere - De Schoor
Postbus 1220, 1300 BE Almere, Telefoonnummer (036) **52 78 500**

INHOUDSOPGAVE

ALGEMEEN.....	3
OUDERENWERK.....	4
WONEN	6
ZORG.....	8
VEILIGHEID.....	11
DAGELIJKSE HANDELINGEN.....	13
GEZONDHEID.....	15
MOBILITEIT.....	18
SOCIALENETWERKEN/LEVEN.....	20
DIGITAAL LEVEN.....	24
TIJDSBESTEDING.....	26
FINANCIËN EN ADMINISTRATIE.....	28
SOCIAAL- EN JURIDISCH ADVIES.....	30
OUDERENBONDEN.....	31
LEVENSEINDE.....	32
INDEX WegWijs Informatiepakket.....	33

De Schoor is een welzijnsorganisatie, gevestigd in Almere, die allerlei activiteiten organiseert voor verschillende doelgroepen. Eén van de projecten is WegWijs in Almere. Dit is erop gericht om senioren informatie te geven over passende activiteiten, informatie of vrijwillige hulp. Dit gebeurt door vrijwilligers bij u aan huis of telefonisch.

Het informatiepakket is samengesteld door de werkgroep WegWijs in Almere. De werkgroep werkt periodiek dit informatiepakket bij. Het pakket staat digitaal op internet op de site www.deschoor.nl/wegwijsinalmere

Voor informatie, vragen, op- en aanmerkingen of aanvullingen kunt u terecht bij WegWijs in Almere:

Via internet :  www.deschoor.nl/html/index.php?pid=168

Via e-mail :  wegwijsinalmere@deschoor.nl

Via telefoon :  (036) 52 78 500

ALGEMEEN

Bent u nieuw in Almere, dan heten wij u van harte welkom en voorzien u graag van informatie. Bent u op zoek naar hulp of informatie over zorg, welzijn, wonen of andere informatie dan kunt u terecht bij:

Wijkteams

 www.wijkteamsalmere.nl  **14036**

Heeft u vragen op het gebied van zelfstandig wonen, welzijn of zorg? Met deze vragen kunt u terecht bij het wijkteam. Het wijkteam bestaat uit professionals, onder andere op het gebied van Sociaal Domein (voorheen Wmo), welzijn en maatschappelijk werk. Ze kunnen u op weg helpen om vraagstukken zelf op te lossen. Ze kunnen u ook wijzen naar voorzieningen in de wijk of stad. Of ze vinden een vrijwilliger die u ergens mee kan helpen. Heeft u professionele zorg of ondersteuning nodig? Dan verloopt de beoordeling en aanvraag via de wijkteams.

Indeling Wijkteams

Wijkteam Almere Centrum, Staatslieden- en Kruidenwijk

Wijkteam Stedenwijk & Literatuurwijk

Wijkteam Muziekwijk & Noorderplassen

Wijkteam Almere Poort

Wijkteam Waterwijk, Verzetswijk & Tussen de Vaarten

Wijkteam Filmwijk, Danswijk & Parkwijk

Wijkteam Almere Buiten West

Hoofdstedenbuurt, Molenbuurt, Bouwmeesterbuurt, Landgoederenbuurt, Faunabuurt, Bloemenbuurt

Wijkteam Almere Buiten Oost

Oostvaardersbuurt, Eilandenbuurt, Stripheldenbuurt, Sieradenbuurt, Seizoenenbuurt, Regenboogbuurt, Indische Buurt en Buitenvaart

Wijkteam Almere Haven en Almere Hout

Stadsdeel Almere Haven incl. Overgooi en Vogelhorst, Nobelhorst, Oosterwold

Administratief spreekuur van het sociaal wijkteam Op het administratief spreekuur helpen vrijwilligers u graag met het uitleggen van brieven, invullen van formulieren of om informatie op te zoeken op internet, uitleg over Mijn Overheid, inschrijven op Woningnet e.d. Tijdens het administratief spreekuur kunt u ook terecht met uw financiële vragen of zorgen. Het administratief spreekuur is gratis. Bel tijdens het telefonisch spreekuur met 14 036 of kom langs.

Gemeentegids Almere

 www.almere.nl/gemeentegids/

De gedrukte versie van de Gemeentemagazine is te verkrijgen op het Stadhuis.

OUDERENWERK



Het ouderenwerk in Almere richt zich op alle senioren in de stad. Senioren die iets willen bijdragen of hun talenten willen inzetten voor de stad en haar bewoners. Senioren die vereenzaamd zijn of in een isolement dreigen terecht te komen. De Schoor organiseert samen met heel veel (senior) vrijwilligers allerlei activiteiten en projecten waaraan u deel kunt nemen. Natuurlijk bestaan er al fantastische initiatieven, zowel van De Schoor als van partners in het sociale veld. Het is de kunst deze initiatieven zoveel mogelijk met elkaar te verbinden.

Team ouderenwerk De Schoor

Vacature	Aandachtsgebied: Almere Haven
Mariette Alberda 06-52 42 01 05 malberda@deschoor.nl	Aandachtsgebied: Almere Stad West
Nancy Peper-Kasan 06-28 35 13 11 npeper@deschoor.nl	Coördinator Interculturele Huiskamer Marhaba (v/h Kleurrijk Grijs) Aandachtsgebied: Almere Stad Oost,
Henk Westhoff 06-43 44 35 90 h.westhoff@deschoor.nl	Coördinator WoonWijs Aandachtsgebied: Almere Buiten
Elma Kaas 06-43 44 35 77 ekaas@deschoor.nl	Coördinator Odensehuis
Trees de Kroon 06-34 37 34 01 tdekroon@deschoor.nl	Coördinator WegWijs
Christa van Doorn 06-39 83 9254 cvandoorn@deschoor.nl	Begeleider GedachtenKamer en Grandcafé WIJS
Saida Ezzafafi 06-45 24 04 34 sezzafafi@deschoor.nl	Begeleider Interculturele Huiskamer Marhaba (v/h Kleurrijk Grijs) in Almere Haven, Stad en Buiten

Informatie Ouderenwerk De Schoor

www.deschoor.nl/senioren

Senioren in Almere hebben op de site van De Schoor een apart submenu, waar u meer informatie vindt over verschillende projecten voor Almeerse senioren.

WegWijs in Almere

www.deschoor.nl/wegwijsinalmere ✉ wegwijsinalmere@deschoor.nl

☎ (036) 52 78 500 Aanmelden bij Trees de Kroon ✉ tdekroon@deschoor.nl

Vrijwilligers van WegWijs in Almere informeren senioren over activiteiten, vrijwilligerswerk, voorzieningen zorg, wonen en welzijn. De vrijwilligers zijn getraind om senioren te informeren en zo nodig eenmalig te begeleiden.

WoonWijs in Almere

🖥️ www.deschoor.nl/woonwijsinalmere ✉️ woonwijs@deschoor.nl ☎️ (036) 52 78 500

Aanmelden bij Henk Westhoff; ☎️ 06-43 44 3590 ✉️ hwesthoff@deschoor.nl

Heeft u vragen over wonen? Wil u verhuizen of blijven wonen in uw huidige woning? Wat is er voor nodig om lang en zelfstandig oud te worden in uw huidige woning?

De vrijwilligers van WoonWijs geven u informatie over de woonmogelijkheden en eventuele aanpassingen die evt. nodig zijn om zelfstandig te kunnen blijven wonen.

Grandcafé WIJS.

🖥️ www.deschoor.nl/grandcafewijs ✉️ cvandoorn@deschoor.nl ☎️ 06-39 83 9254

(Christa van Doorn) GrandCafé WIJS in Almere Haven biedt een gevarieerd programma voor mensen die weinig buiten de deur komen door fysieke beperkingen..

GedachtenKamer

🖥️ www.deschoor.nl/gedachtenkamer ✉️ cvandoorn@deschoor.nl ☎️ 06-39 83 9254

(Christa van Doorn) Buurtcentrum Cobra, Hildo Kropstraat 6-8 te Almere

De GedachtenKamer is bedoeld voor Almeerders met een cognitieve achteruitgang en beginnende vergeetachtigheid/dementie. U komt hier bij voorkeur samen met uw mantelzorger naar toe. Woensdag van 9.30 tot 13.00 uur. Eigen bijdrage per deelnemer per keer € 1,-. Voor de lunch vragen we een kleine vergoeding.

Digidoe Mee

🖥️ www.deschoor.nl/digidoemee ✉️ malberda@deschoor.nl ☎️ 06-52 42 0105

(Mariëtte Alberda)

De Schoor stelt gratis een leentablet beschikbaar voor senioren. Hiermee kunnen zij de meerwaarde ervaren van digitalisering, toegang tot online informatie zoals online beweegactiviteiten, beeldbellen met familie en kennissen, maar ook hulpverleners.

AlmerePlus

🖥️ www.deschoor.nl/almereplus 🖥️ <http://www.almeredezeweek.nl>

Wilt u op de hoogte blijven van activiteiten voor senioren, ontvang dan de maandelijkse digitale nieuwsbrief AlmerePlus of zoek naar Almere Senioren in Almere Deze Week.

Odensehuis

🖥️ www.odensehuisalmere.nl/ ✉️ ekaas@deschoor.nl ☎️ 06-43443577 (Elma Kaas)

Het Odensehuis zit in Almere Haven in Buurtcentrum Corrosia, Markt 39 op de 1e verdieping (met de lift). Het Odensehuis is een inloop, informatie- en ontmoetingscentrum voor mensen met (beginnende) dementie of geheugenklachten, mantelzorgers en hun familie en vrienden. Iedereen is welkom. Het Odensehuis is van en voor de mensen die er komen. Iedereen heeft talenten. Het Odensehuis is open op woensdag van 10.00 uur tot 14.00 uur. U kunt binnenlopen voor informatie, een praatje, een kop koffie of thee, om mee te lunchen (tegen een kleine vergoeding) of om deel te nemen aan een activiteit.

Interculturele Huiskamer Marhaba (voorheen Kleurrijk Grijs)

🖥️ <https://www.deschoor.nl/html/index.php?pid=641> ✉️ sezzafafi@deschoor.nl

☎️ 06-45 24 0434 (Saida Ezzafafi)

Marhaba is een huiskamer voor migrantenvrouwen vanaf 55 jaar waarbij ontmoeten en informeren centraal staan. De invulling van activiteiten wordt door de senioren bepaald.

- Dinsdag 13:00-16:00 in het buurtcentrum Kolkzicht (Almere Stad)
- Woensdag 13:00-16:00 uur in buurtcentrum het Forum (Almere Buiten)
- Donderdag 11:00-14:00 uur buurtcentrum Corrosia (Almere Haven)

WONEN



Waar wilt u zelfstandig en gelukkig oud worden? Huisvesting is belangrijk en wordt belangrijker naarmate de leeftijd vordert. Hebt u zorg, hulpmiddelen, aanpassingen nodig of wil u verhuizen naar een koop of huurwoning? dan staan de instanties hier op een rijtje. Wilt u gewoon veranderen van woning dan kunt u terecht bij de woningbouwverenigingen.

Woningbouwverenigingen

De Alliantie Flevoland

www.de-alliantie.nl info@de-alliantie.nl ☎ (088) 00 23 200

Blekerstraat 4-6, Almere Stad

Woningstichting GoedeStede

www.goedestede.nl post@goedestede.nl ☎ (036) 53 95 311

Verzetslaan 141, 1318 BT Almere

Woningbouwvereniging Ymere

www.ymere.nl klantenservice@ymere.nl almere@ymere.nl ☎ 06-1322 1220

☎ (088) 00 08 900 (lokaal tarief) Rentmeesterstraat 32, 1315 JS Almere

Woonzorg Nederland

www.woonzorg.nl info@woonzorg.nl ☎ (020) 6662666

Professor E.M. Meijerslaan 3, 1183 AV, Amstelveen

Seniorenwoningen op WoningNet Almere

www.woningnetalmere.nl/ ☎ (0900) 36 00 036 (10 cent per minuut).

Postbus 158, 1380 AD Weesp

Alle beschikbare huurwoningen staan op de internetsite www.woningnetalmere.nl/. Wilt u graag naar een seniorenwoning verhuizen? Schrijf u in bij WoningNet. Een inschrijving kost € 20,00 per jaar. Reageer via WoningNet op een seniorenwoning. Hoe langer ingeschreven, hoe groter de kans op een andere woning als dat nodig is.

Van Groot Naar Beter

www.ymere.nl/ik-zoek/verhuisregelingen/van-groot-naar-beter/voorwaarden-en-vergoeding-almere/ Heeft u als huishouden van een of twee personen een woning met vier of meer kamers? En wilt u met voorrang verhuizen naar een kleinere sociale huurwoning die beter bij u past? Dan kunt u gebruik maken van de verhuisregeling "Van Groot naar Beter". Deze regeling is bedoeld om kleine huishoudens, zonder inwonende

kinderen en waarvan tenminste een huurder 55 jaar of ouder is, te stimuleren naar een beter passende woning te verhuizen en zo eengezinswoningen vrij te maken voor starters en gezinnen.

Als u in aanmerking komt, kunt u voorrang krijgen op woningen die zijn gelabeld voor "Van Groot Naar Beter". Dit zijn gelijkvloerse sociale huurwoningen met maximaal drie kamers. Meer informatie kunt u krijgen bij de woningverenigingen Ymere, GoedeStede en De Alliantie.

Als u een sociale huurwoning achterlaat dan kunt u een verhuiskostenvergoeding van de gemeente Almere krijgen. De vergoeding is € 1.250. Bij toewijzing van de nieuwe woning ontvangt u van de woningcorporatie informatie over de subsidie mogelijkheden

Wonen in een woonzorg- of verpleegtehuis

Als het thuis echt niet meer gaat, kunt u dat *met uw huisarts of de wijkverpleegkundige* bespreken. Eén van beiden kan dan een opname in het verpleeghuis aanvragen. Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ; www.ciz.nl; ☎ (088) 789 10 00 geeft daarna de indicatie af. In die indicatie staat precies hoeveel hulp en zorg er nodig is. De indicaties voor ouderen in een verpleeghuis worden uitgedrukt in VV's: Verpleging en Verzorging. Zo bestaat er een indicatie 'VV Beschut wonen met intensieve begeleiding en uitgebreide verzorging'. En een indicatie 'VV Beschermd wonen met intensieve dementiezorg'.

Woonaanpassingen

wijkteams.almere.nl/ondersteuning-zoeken/wonen/woningaanpassing/ ☎ 14036

Door de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) komen mensen met lichamelijke beperkingen en/of een progressief ziektebeeld in aanmerking voor aanpassingen en speciale voorzieningen voor hun woning.

Wooncoach

www.wooncoach-gev.nl

Voor verhuizing; aanpassing van uw huis; behoeften op het gebied van zorg en welzijn; zaken die komen kijken bij een verhuizing: raadpleeg een wooncoach.

GoedeStede: ✉ wooncoach@goedestede.nl ☎ (036) 5395311 (mevr. T. Margaroli)

Ymere: ✉ wooncoach-almere@ymere.nl (mevr. M. Broers)

De Alliantie: ✉ wooncoachalmere@de-alliantie.nl ☎ (088) 00 232 00 (mevr. A. Visscher)

WoonWijs

www.deschoor.nl/woonwijs ✉ woonwijs@deschoor.nl ☎ 036-5278500

(dhr. H. Westhoff)

Een project waarbij senioren woonachtig in Stedenwijk (55+) samen met een vrijwilliger op zoek gaat naar de sleutel tot gelukkig oud en zelfstandig wonen. Wilt u in uw eigen woning oud worden? Dan gebruikt de vrijwilliger een digitaal hulpmiddel om te checken of uw huis levensloopbestendig is. Na afloop van het huisbezoek krijgt u een overzicht welke aanpassingen er eventueel nodig zijn. Wilt u verhuizen? Dan bespreekt de vrijwilliger uw wensen en geeft u informatie over wat ervoor nodig is voor deze stap..

(Pre-)Mantelzorgwoning

www.almere.nl ☎ 14036

Mantelzorgers nemen vrijwillig de zorg op zich voor mensen, bijvoorbeeld ouders, familie of vrienden die hulpbehoevend zijn, vanwege dementie, of (lichamelijke) beperking. Zij kunnen diegene in huis nemen en met een 'medische verklaring van mantelzorg' aanspraak maken op bepaalde regelingen o.a. voor het bouwen van een (pre-) mantelzorgwoning. Vraag informatie bij de gemeente Almere.

ZORG



Senioren willen zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen. Soms is daar hulp bij nodig zoals een hulp in de huishouding, thuiszorg of aanvullende mantelzorg. Soms is er 24-uur zorg nodig in een zorghotel, woonzorgcentrum of in aanleunwoningen. Hulpmiddelen zijn beschikbaar in zorgwinkels.

HUISHOUDELIJKE ONDERSTEUNING

Aanmelden voor huishoudelijke hulp gaat in Almere via het sociaal wijkteam in uw wijk of bij het Wmo loket van de gemeente. Het sociaal wijkteam geeft een beschikking af die u recht geeft op huishoudelijke hulp. Voor hulp in de huishouding betaalt u een vaste bijdrage aan het centraal administratie kantoor (CAK).

Voor huishoudelijke hulp in het kader van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) heeft de gemeente Almere een contract met de volgende zorgaanbieders.

☎ 14036

Alfa & Zorg

🌐 <https://alfazorg.nl/huishoudelijke-hulp/> ✉ info@alfazorg.nl ☎ (085) 760 2509
Transistorstraat 60, 1322 CG Almere

Curae zorg

🌐 www.curaezorg.nl/ ✉ info@curaezorg.nl ☎ (036) 52 55 575
Edvard Munchweg 99, 1328 MK Amere

Nicon Care (i.s.m. Tenderhands Care)

🌐 <https://www.tenderhands.nl/contact-us/> ✉ info@tenderhands.nl
☎ (085) 018 76 90 Edvard Munchweg 10, 1328 MA Almere

Zonzorg (Stichting Zorg Ondersteuning Nederland)

🌐 <https://zonzorg.nl/> ✉ almere@zonzorg.nl ☎ (036) 536 2074
Randstad 21 37, 1314 BG Almere

Tzorg

🌐 www.tzorg.nl ✉ almere@tzorg.nl ☎ (020) 705 4444
Hettenheuvelweg 4-6 1101 BN Amsterdam

Woonzorg Flevoland Almere

🌐 www.woonzorgFlevoland.nl/zorg-almere/ ✉ zorgadvies@woonzorgFlevoland.nl
☎ (036) 52 56 820 Kerkstraat 98, 1354 AC Almere

Op de website van de Gemeente Almere staan nog meer aanbieders van huishoudelijke hulp U kunt die vinden op: 🌐 <https://almerekracht.almere.nl/wmo-ondersteuning-inzetten/aanbieders-volwassenen>

Thuiszorg/ Wijkverpleging

Thuiszorg/Wijkverpleging kan nodig zijn na ontslag uit het ziekenhuis of na een ongeval. Thuiszorg/Wijkverpleging wordt in Almere aangeboden door 55 zorgverleners. De keuze ervan loopt meestal via de ziektekostenverzekering. In veel gevallen hebben zij contracten met een aantal zorgverleners en worden de kosten volledig betaald. Diensten van niet-geselecteerde zorgverleners worden vaak gedeeltelijk vergoed.

Buurtzorg

Buurtzorg in Almere wordt geleverd door teams in de verschillende wijken

Almere Stad West: ✉ almerestadwest@buurtzorgnederland.com ☎ 06-20 25 6223

Almere Buiten: ✉ almerebuiten@buurtzorgnederland.com ☎ 06-23 03 5316

Almere Stad Oost: ✉ almerestad@buurtzorgnederland.com ☎ 06-51 23 6198

Almere Haven: ✉ almerehaven@buurtzorgnederland.com ☎ 06-53 42 6445

Curae zorg

🌐 www.curaezorg.nl/ ✉ info@curaezorg.nl ☎ (036) 52 55 575

Edvard Munchweg 99, 1328 MK Amere

Woonzorg Flevoland Almere

🌐 www.woonzorgflevoland.nl/zorg-almere/ ✉ zorgadvies@woonzorgflevoland.nl

☎ (036) 52 56 820 Kerkstraat 98, 1354 AC Almere

Zorggroep Almere

🌐 www.zorggroep-almere.nl/woonzorgcentrum ✉ klantadvies@zorggroep-almere.nl

☎ (036) 54 54 000 Randstad 22-01 1316 BN Almere

Aanvullende mantelzorg

Seniorservice

🌐 www.seniorservice.nl/regios/flevoland ✉ utrecht@seniorservice.nl

☎ 06-55 20 5190 (Dick de Wit)

Seniorservice is een particuliere organisatie die diensten levert in en om het huis, begeleid vervoer, gezelschap, nachtzorg en 24 uur zorg en ontlast mantelzorgers.

Saar aan Huis

🌐 <https://saaraanhuis.nl/> ✉ info@saaraanhuis.nl ☎ (085) 90 25 807

Stroombaan 4 1181 VX Amstelveen

Saar aan Huis is een particuliere organisatie voor aanvullende mantelzorg en ondersteuning van ouderen die thuis wonen.

DAGBESTEDING

Er zijn in Almere verschillende formele dagbestedingen voor mensen met (beginnende) dementie of lichamelijke beperkingen die zelfstandig thuis wonen en extra stimulans en ondersteuning nodig hebben. Dagbesteding is een onderdeel van het ondersteuningsarrangement Wmo; informatie via het sociaal wijkteam.

🌐 <https://wijkteams.almere.nl/ondersteuning-zoeken/ondersteuningsarrangementen/dagbesteding>

WOONZORGCENTRUM

Stichting Zorggroep Almere

🌐 www.zorggroep-almere.nl/woonzorgcentrum ✉ klantadvies@zorggroep-almere.nl

☎ (036) 54 54 000 Randstad 22-01 1316 BN Almere

De Zorggroep Almere beheert verschillende zorgcentra zoals Castrovalva en Flores. In deze zorgcentra zijn appartementen beschikbaar voor ouderen met dementie, maar ook ELV woningen voor mensen, die tijdelijk niet thuis kunnen wonen om medische redenen.

Woonzorg Flevoland Almere

www.woonzorgflevoland.nl/zorg-almere/ ✉ zorgadvies@woonzorgflevoland.nl
☎ (036) 52 56 820 Kerkstraat 98, 1354 AC Almere Haven

Woonzorgcentrum Buitenhaeghe - Leger des Heils Flevoland

www.habion.nl/onze-woningen/onze-woningen/flevoland/buitenhaeghe/
✉ info@habion.nl ☎ (036) 54 96 800 Athenepantsoen 1, 1334 EL Almere.

Woonzorgorganisatie Saamborgh

www.saamborgh.nl ✉ info@saamborgh.nl ☎ (085) 273 74 13 (hoofdkantoor)

Saamborgh beheert in Almere twee zorgresidenties:

Zorgresidentie Reedewaard: ☎ (036) 54 02 077 Kerkstraat 100, 1354 AC Almere Haven. Behalve 24 uurszorg in Reedewaard, ook 24 uurszorg aan huis, incl. maaltijden.

Zorgresidentie Hoge Haeghe: ☎ (036) 82 00 618 Kalenderweg 3, 1335 GR Almere Buiten. Deze zorgresidentie biedt voor zowel alleenstaande ouderen als echtparen 24-uurszorg.

ZORGWINKELS

Zorgoutlet

www.dezorgoutlet.nl ☎ (036) 52 58 741 Adres: Bolderweg 2, Almere
De Zorgoutlet beschikt over diverse nieuwe en gebruikte zorghulpmiddelen.

Vegro Thuiszorgwinkel

www.vegro.nl ☎ (0900) 28 87 766 Hal van Flevoziekenhuis en Randstad 21, 1314 BM en Reykjavikstraat 1, 1334 KG.

U kunt bij de thuiszorgwinkel terecht voor het lenen, huren of kopen van artikelen nodig voor de verzorging, verpleging van een zieke of gehandicapte thuis.

Vilans Hulpmiddelen

www.hulpmiddelenwijzer.nl www.eengoedhulpmiddel.nl

Hoe kan ik een hulpmiddel aanvragen? Is er vergoeding mogelijk via zorgverzekeraar of gemeente? U vindt hier antwoorden. Ook het wijkteam kan u hierbij helpen.

VEILIGHEID



Thuis veilig voelen of niet eenzaam voelen kan via contacten, groepen en via apparaten. Maak contacten in de buurt, maar kijk ook naar de volgende mogelijkheden.

Politie Almere

www.politie.nl/

Bij spoed: ☎ **112**; geen spoed: ☎ (0900) **88 44**

Meld Misdaad Anoniem ☎ (0800) **7000**

Brandweer

www.brandweer.nl/Flevoland ✉ info@brandweerFlevoland.nl

Bij spoed: ☎ **112**; geen spoed: ☎ (0900) **01 65**

Tips brandveiligheid <https://veilig.almere.nl/brandveiligheidInformatie/rookmelders>

www.brandweer.nl/rookmelder www.rookmelders.nl

Ambulance

Bij spoed: ☎ **112**

Meldingen openbare ruimte

www.Almere.nl/wonen/beheer-en-onderhoud/melding-openbare-ruimte ☎ 14036

(tijdens kantooruren) of ☎ (036) **53 99 911**. Bij noodgevallen ☎ (036) 53 11 502

Gemeente Almere, Stadhuis, Stadhuisplein 1, 1315 HR Almere,

Meldingen over de openbare ruimte (een kapotte straatlantaarn of losliggende stoeptegels) geef het door via het Digitaal Loket of bellen.

Stichting Alarmering Thuiszorg Amsterdam (ATA)

www.atapersonenalarmering.nl/: ✉ service@atapersonenalarmering.nl

☎ (020) **59 23 131** (ook voor Almere) James Wattstraat 71, 1097 DL Amsterdam

Personenalarmering zorgt er met een hals/pols zender voor dat u veilig en vertrouwd in uw eigen omgeving kunt blijven wonen. Afhankelijk van uw verzekering, woonplaats en medische situatie maken zij een kostenplaatje (aansluitkosten en abonnementskosten).

Meterkastkaart

https://www.politie.nl/binaries/content/assets/politie/mijn-buurt/wijkprojecten/03---midden-nederland/meterkastkaart_tcm31-151584.pdf

Hang een kaart op in uw meterkast en/of in uw keukenkastje. Bij inbraak of vakantie weet de politie en andere hulpverleners welke familieleden/kennissen te waarschuwen.

E-mail netwerk

www.deschoor.nl/html/index.php?pid=126 ✉ malberda@deschoor.nl

☎ **06-52 42 0105** Haagbeukweg 153, 1318 MA Almere

Bij de E-mailcirkel ontvangen senioren dagelijks een e-mail en stuurt de geadresseerde een mailtje terug om te laten zien dat hij/zij tot reageren in staat is.

Contactcirkel Rode Kruis

 www.rodekruis.nl/Flevoland/onze-activiteiten/contactcirkel/

 contactcirkel.almere@rodekruis.nl  (0320) **224 207**



Een Contactcirkel is een groep mensen die op elkaar letten door elke dag even telefonisch contact met elkaar hebben. Reageert iemand binnen de afgesproken tijd niet? Dan alarmeert de cirkel iemand om een kijkje te nemen. Zo blijft het nooit onopgemerkt als er iets aan de hand is. Het Rode Kruis helpt om samen een contactcirkel op te zetten.

ICE op uw mobiele telefoon

 nl.wikipedia.org/wiki/In_case_of_emergency

Vaak heeft bij een ongeluk het slachtoffer een mobiele telefoon bij zich. Voorgesteld wordt dat iedereen in zijn of haar mobiele telefoon een adres creëert onder de naam ICE (In Case of Emergency). Onder deze naam sla je het telefoonnummer op van de persoon die in geval van nood moet worden gebeld. ICE is inmiddels een internationaal erkende afkorting. Dan weten politie, ambulancepersoneel, dokters, etc. meteen wie ze moeten ellen. Indien verschillende nummers moeten worden opgeslagen, maak dan bijvoorbeeld gebruik van de namen ICE1, ICE2, ICE3, enz.

Slachtofferhulp Nederland regio Flevoland

 www.slachtofferhulp.nl  (0900) **01 01** (lokaal tarief) maandag t/m vrijdag 9 -17 uur.

Bureau Almere: Randstad 20–27, 1314 BC Almere.

Slachtoffer hulp is er voor het slachtoffer, maar ook voor nabestaanden, getuigen en betrokkenen. De hulp is kosteloos; juridische, praktische en/of emotionele support.

Blijf Groep

 www.blijfgroep.nl/locaties/oranje-huis-Flevoland-gooi-en-vechtstreek

 info@veiligthuisFlevoland.nl  (088) **22 20 500**

Veilig Thuis Flevoland is er voor iedereen. Voor kinderen, jongeren, volwassenen en ouderen. Als je zelf slachtoffer bent of als iemand anders (misschien) slachtoffer is. Veilig Thuis is het advies- en meldpunt bij een vermoeden van kindermishandeling en/of ook huiselijk geweld zoals kinderverwaarlozing en ouderenmishandeling. Iedereen kan hier advies vragen en/of een melding doen.

Centrum voor Criminaliteitsbestrijding & Veiligheid (CCV)

 www.maakhetzeniettemakkelijk.nl/  www.hetccv.nl/

Vraag de brochure aan van Senioren en Veiligheid met tips om te voorkomen dat senioren slachtoffer worden van babbeltreucs, phishing (nepmailtjes) of spoofing (nabootsen van een instantie, bank, of familielid) en wat ze moeten doen. Als u een telefoontje niet vertrouwt, verbreek de verbinding en zoek het telefoonnummer op van de instantie of bank en doe navraag. Banken vragen nooit om geld over te maken naar andere rekening en komen niet uw bankpas ophalen.

DAGELIJKSE HANDELINGEN



Dagelijks bent u bezig met activiteiten in het huis en rondom het huis. Als het u niet goed afgaat, kunt u een beroep doen op vrijwilligers en burens. Soms is het gemakkelijk om eten thuis te laten bezorgen of elders in de buurt te gaan eten. En is er iets kapot, gooi het niet weg, maar laat klussers er naar kijken.

Vrijwilligers en Mantelzorg Centrale Almere (VMCA)

🌐 vmca.nl ✉ info@vmca.nl ☎ (036) 53 41 404

Gebouw De Hoek, Wagenmakerbaan 43, 1315 BC Almere

De VMCA is de Vrijwilligers en Mantelzorg Centrale Almere. Naast het informeren, adviseren en betrekken van vrijwilligers, mantelzorgers en organisaties richt de VMCA zich o.a. ook op het voorkomen van eenzaamheid, zoeken naar maatjes voor diverse mensen en het inzetten van vrijwilligers bij mensen thuis.

Burennetwerk

🌐 <https://vmca.nl/burennetwerk1> ✉ info@vmca.nl ☎ (036) 53 41 404

Gebouw De Hoek, Wagenmakerbaan 43, 1315 BC Almere

Burennetwerk wordt georganiseerd door de Vrijwilligers en Mantelzorg Centrale Almere (VMCA). De vrijwilligers van Burennetwerk bieden ondersteuning aan mensen die door omstandigheden bepaalde dingen zelf niet meer kunnen en geen hulp kunnen vinden in hun directe omgeving. De vrijwilligers brengen een bezoekje aan huis, zorgen voor boodschappen of maken een wandeling met de hulpvrager. Daarnaast zijn er vrijwilligers die kleine technische of timmerklusjes in en rondom het huis doen en vrijwilligers die lichte tuinwerkzaamheden verrichten. Ook begeleiding naar het ziekenhuis.

Maaltijden

In diverse buurtcentra en bij maatschappelijke organisaties worden tegen een kleine bijdrage verse maaltijden aangeboden, soms dagelijks, soms enige malen per week. Voorbeelden: Corrosia (in Haven) en Leger des Heils Bij Bosshardt in Almere Buiten, maar ook Cobra (Tussen de Vaarten) en Cartoon (Stripheldenbuurt). Raadpleeg de activiteiten in uw buurtcentrum:

🌐 www.deschoor.nl/html/index.php?paginaid=5

Restaurant L'Ecole

🌐 <https://echtnaton.nl/echtalent-route/koken/> ✉ info@echtnaton.nl

☎ (036) 53 31 220 Zwolleweg 1, 1324 EL Almere Stedenwijk

L'Ecole is het gezellige lesrestaurant van de scholengemeenschap.

Restaurant Chapeau van ROC Flevoland

📧 restaurant-chapeau.nl ✉ chapeau@rocvf.nl

Straat van Florida 1, 1334 PA Almere Buiten

Eten bij lesrestaurant Chapeau, v/h Hommeles, van het ROC Flevoland.

Apetito maaltijden

📧 www.apetito-shop.nl/ ☎ (0800) 02 32 975

Apetito bezorgt warme maaltijden en vriesverse maaltijden.

Thuisgekookt

📧 <https://thuisgekookt.nl/> ✉ info@thuisgekookt.nl ☎ 06-83 44 7197

Thuiskoks in uw buurt bereiden afwisselende maaltijden.

Uitgekookt

📧 www.uitgekookt.nl ✉ info@uitgekookt.nl ☎ (9085) 04 06 065

Bezorgservice van dagverse maaltijden op een door u gewenst tijdstip.

TopMaaltijd

✉ info@topmaaltijd.com ☎ 06-52 43 6819 Kerkstraat 100 1354 AC Almere

TopMaaltijd kookt dagverse maaltijden voor klanten en bezorgt deze aan huis.

In overleg speciale menu's; ook verzorging van diëten.

Stichting Voedselloket Almere (VLA)

📧 <https://vla-almere.nl> ✉ secretariaat@voedselloketalmere.nl

☎ (036) 75 05 085 De Steiger 122, 1351 AL Almere-Haven.

Aanvragen voedselpakket en aanvragen of inleveren van kleding en speelgoed. VLA verstrekt basisboodschappen aan mensen die tijdelijk in financiële nood verkeren. VLA verstrekt ook kleding, speelgoed, meubelen en witgoed.

Repair Café

✉ www.repaircafe-almere.nl ✉ repaircafe@deschoor.nl

☎ 06-21 54 6443 of 06-58 71 9295

U kunt hier uw kapotte huisraad gratis laten repareren door deskundige vrijwilligers. Voor kledingreparaties kunt u terecht, maar ook voor een gat in de knuffelbeer...

Het Klusloket

📧 www.klusloket.nl/ ✉ info@klusloket.nl ☎ (036) 52 45 798

Vlotbrugweg 4^e, 1332 AH Almere

Het Klusloket is er voor klusjes in uw huis en om uw tuin op orde te krijgen.

2^e Kanswinkel

📧 www.legerdesheils.nl/korpsalmere/2e-kanswinkel ✉ korps.almere@legerdesheils.nl

☎ (036) 54 64 474 Pianoweg 117, 1332 AH Almere

De kleding is niet nieuw maar wel mooi en super voordelig! Elke dag wordt de kleding zoveel mogelijk aangevuld.

Weggeefwinkel

📧 <https://deschoor.nl/html/index.php?pid=112>

In buurtcentrum Cobra is een weggeefwinkel van o.a. kleding, schoenen en speelgoed. Per keer mogen vijf stukken gratis worden meegenomen.

GEZONDHEID



Gezondheid is een groot goed. Om gezond te blijven zijn hieronder adressen van de Spoedpost Almere, maar ook voor fitness en zwemmen. Ook voor adressen voor rijbewijskeuring.

Flevoziekenhuis

🌐 www.flevoziekenhuis.nl ☎️ (036) 86 88 888
Hospitaalweg 1, 1315 RA Almere

Spoedpost Almere

🌐 www.spoedpostalmere.nl/ Spoedlijn overdag: bel uw huisarts.
☎️ (0900) 20 30 203 (10 cent/min.) Spoedlijn avond, nacht, weekend en feestdagen.
Spoedpost Almere is een samenwerkingsverband tussen de Huisartsenpost, Spoedeisende Hulp Flevoziekenhuis en apotheek De Brug. De huisartsen doen de eerste opvang. U kunt niet zomaar langsgaan bij Spoedpost Almere. Altijd eerst bellen!

Spoed tandheelkundige zorg

☎️ (0900) 15 15 Spoedlijn avond, nacht, weekend en feestdagen.
Voor pijnklachten kunt u contact opnemen met de Centrale Doktersdienst, indien u denkt dat er een behandeling nodig is.

Medicijnenpaspoort

U kunt een (gratis) medicijnenpaspoort aanvragen bij uw apotheker.

Stichting Cliënten Perspectief Geestelijke Gezondheidszorg (CLIP)

🌐 www.clipggz.nl/ ✉️ www.clipggz.nl/contact.html ☎️ (036) 53 33 572
Danslaan 66, 1326 PL Almere
CLIP is er voor iedereen in Flevoland die vragen heeft over de geestelijke gezondheidszorg, zoals maatschappelijke opvang en psychiatrie. CLIP is actief in Flevoland en heeft lokale steun- en informatiepunten: de STIP's.

Netwerk Dementie Flevoland

🌐 dementieFlevoland.nl/ ✉️ netwerkdementie@woonzorgFlevoland.nl
☎️ 06 - 12 70 0115 (Wendela Erbrink); Meentweg 12, 8224 BP Lelystad Check even bij Henk of dit nog steeds Wendela is (ik twijfel namelijk)
Netwerk Dementie Flevoland is een samenwerkingsverband van partijen in Flevoland die zich bezighouden met zorg en welzijn voor mensen met dementie en hun naasten.

Rijbewijskeuring

Voor verlenging van uw rijbewijs dient u als 75-plusser een medische keuring te ondergaan. Voordat u een afspraak kunt maken, dient u een gezondheidsverklaring bij het CBR of uw gemeente op te vragen. Nadat u deze verklaring heeft ingevuld, stuurt u deze naar het CBR. Het CBR stuurt u vervolgens een bericht met de keuringsverslag(en). Na ontvangst kunt u direct een afspraak maken met een rijbewijskeuringsarts in Almere.

Rijbewijskeuring Holland | Locatie: Almere: 📄 <https://rijbewijskeuringholland.nl/>

☎ (085) 13 08 791

RijbewijskeuringsArts: 📄 rijbewijskeuringsarts.nl/ ✉ info@rijbewijskeuringsarts.nl

☎ (085) 01 80 800

Rijbewijsdokter: 📄 rijbewijsdokter.nl/locaties/rijbewijskeuring-almere/

✉ info@rijbewijsdokter.nl ☎ (085) 20 87 688 Duitslandstraat 3, 1363 BK Almere

Gezondheidsverklaring bij rijbewijskeuring

📄 www.cbr.nl/gezondheidsverklaring

Vóór een rijbewijskeuring is een Eigen Gezondheidsverklaring nodig. Dit formulier kan worden gedownload op Mijn.cbr.nl (inloggen met DigiD). Tevens is het mogelijk dat de keuringsarts het formulier voor u meeneemt (bij telefonische afspraak aangeven).

MEE IJsseloevers

📄 www.mee-ijsseloevers.nl ✉ info@meeijsseloevers.nl ☎ (088) 63 30 633

MEE IJsseloevers voor iedereen met beperking of chronische ziekte én zijn betrokkenen.

Visio

📄 www.visio.org ✉ info@visio.org ☎ (088) 585 5700

Koninklijke Visio, expertisecentrum voor slechtziende en blinde mensen.

Bartiméus

📄 www.bartimeus.nl ✉ info@bartimeus.nl ☎ (088) 88 89 888

Spoordreef 24 A 1315 GP Almere

Specialist op het gebied van wonen, leren, werken en dagelijks leven voor mensen met een visuele beperking (slechtziendheid). Informatiespreekuur in het Flevoziekenhuis.

Bewegen

Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO)

📄 www.deschoor.nl/mbvo ✉ info@deschoor.nl ✉ evanmaurik@deschoor.nl

(Emmy van Maurik coördinator van MBvO)

In heel Almere Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO) voor mensen van 55 jaar en ouder en voor mensen met een chronische aandoening. MBvO is leuk en gezellig; meestal wordt er na de les nog gezamenlijk een kopje thee of koffie gedronken. De docenten hebben een speciale opleiding voor MBvO.

Fitness Online

📄 www.senior-live.nl/activiteiten/fitness-online-2/ ✉ contact@senior-live.nl

☎ (036) 73 70 422

Uw conditie verbeteren onder deskundige leiding; u hoeft de deur niet uit.

Nederland in beweging

📄 www.maxvandaag.nl/programmas/tv/nederland-in-beweging/

Op werkdagen presenteert omroep Max het televisieprogramma Nederland in beweging, vijftienminuten lang kunt u meebewegen.

Wandelen in Flevoland

 <https://wandeleninflevoland.nl> Anijsstraat 10 1314 JA Almere

Wandelen in Flevoland organiseert op maandag, woensdag, zaterdag en zondag verschillende groepswandelingen.

Valpreventie bij ouderen

 www.veiligheid.nl/valpreventie

Verminder de kans op vallen thuis met het kenniscentrum letselpreventie.

Zwemmen voor senioren

Nadere informatie verkrijgbaar bij de zwembaden.

Zwembad Almere Stad

 www.optisport.nl/almerestad ✉ almerestad@optisport.nl ☎ (036) 53 02 314

Johan Sebastiaan Bachweg 3, 1323 BA Almere-Stad

Zwembad De Vrijbouter

 www.optisport.nl/vrijbouter ✉ vrijbouter@optisport.nl ☎ (036) 53 71 135

Globeplein 1, 1334 BT Almere-Buiten

Zwembad Almere Poort

 www.optisport.nl/almerespoort ✉ almerespoort-receptie@optisport.nl

☎ (036) 54 05 346 Pierre de Coubertinplein 6, 1362 LB Almere-Poort

Patiëntenvereniging Warm Water Therapie (PVWWT)

 www.wwtalmere.nl/ ☎ 06 53 52 5806

Lessen voor ouderen in het zwembad De Vrijbouter (Globeplein 1, 1334 BT Almere-Buiten). Warm water (32° Celsius). Oefeningen o.l.v. fysiotherapeuten. Vrijwilligers zijn aanwezig om mensen te helpen.

Het Mineraal

 www.hetmineraal.nl/ ✉ info@zweminstituut-siemons.nl / info@hetmineraal.nl

☎ (0294) 41 60 17 Radioweg 33 Gooisekant, 1324 KW Almere

Warmwatertherapie voor mensen met reuma, artrose, chronische pijnen en/of revalidatie.

MOBILITEIT



Mobiliteit is belangrijk. Een palet aan mogelijkheden worden aangereikt: stadsbussen, deeltaxi en scootmobiel lenen. Ook een adres voor autoaanpassingen.

AllGo Servicepunt

📧 klantenservice.allgobus.nl ☎️ (085) 20 80 290 Stationsplein 22 in Almere
Op het Station Almere Centrum zit de AllGo Servicewinkel. Reizigers kunnen hier terecht voor vervoerbewijzen en abonnementen, voor vragen en om eventuele problemen op te lossen. De servicewinkel is op maandag van 10:00 tot 18:00 uur en dinsdag tot en met zaterdag van 10:00 tot 14:00 uur.

Deeltaxi Almere

📧 wijkteams.Almere.nl/ondersteuning-zoeken/vervoer/deeltaxi-mobiliteitslab/
Kunt u niet zelfstandig met het openbaar vervoer reizen? Ga dan eens langs bij het inloopspreekuur van [uw wijkteam](#) of vul het meldingsformulier van de wijkteams in (te vinden op de pagina van het wijkteam onder 'Folders en formulieren'). Voor het reizen met de deeltaxi heeft u een mobiliteitspas nodig. Met een indicatie geeft het wijkteam toestemming. De Gemeente Almere heeft voor het stadsvervoer afspraken gemaakt met Taxi Salders (✉️ info@taxisalders.nl ☎️ (036) 76 08 800). Klachten over het vervoer door Taxi Salders: werkdagen (tussen 8.00 en 17.00 uur)
☎️ (088) 77 70 788

Valys vervoer

📧 www.valys.nl ✉️ www.valys.nl/mail.aspx ☎️ (0900) 96 30 (lokaal tarief)
Gebruikt u een *teksttelefoon*, dan ☎️ (0900) 84 10 (€ 0,10 per minuut).
Wilt u buiten Almere reizen, dan kunt u reizen met de Valys taxi, al dan niet in combinatie met de trein. U betaalt wel een kilometerprijs. Voor Valys vervoer hebt u een Valyspas nodig. Bij aanvraag is aan te bevelen te vermelden: een mobiliteitspas van de gemeente; een bewijs van de gemeente dat u recht heeft op een Wmo-rolstoel of scootmobiel; een gehandicaptenparkeerkaart van uw gemeente; een OV-begeleiderskaart.

Sentire

📧 www.ov-chipkaart.nl/zo-werkt-reizen/verschillende-soorten-reizigers/reizen-met-een-visuele-beperking.htm ☎️ (0900) 26 66 399
Het Sentire reisproduct van Connexion is ontwikkeld voor mensen met een visuele beperking. Met Sentire reist u tegen een lager instaptarief (€1,20) in metro, bus, tram en in het OV over water in heel Nederland. U kunt Sentire op uw persoonlijke OV-chipkaart laden.

ANWB Automaatje

📄 <https://www.vmca.nl/anwb-automaatje> ✉ automaatje@vmca.nl

☎ (036) 53 41 404 (maandag t/m vrijdag 9:30 – 12:30 uur)

Vrijwilligers vervoeren met hun eigen auto, tegen een kleine onkosten vergoeding (€ 0,35 per km), minder mobiele plaatsgenoten die niet (meer) zelf voor vervoer kunnen zorgen of niet van de bestaande vervoersdiensten gebruik kunnen maken. Het kan gaan om een kort ritje in Almere of een langere rit buiten Almere.

Zonnebloemauto

📄 <https://zonnebloemauto.welzorg.nl/link/reserveren>

Een zonnebloemauto is te huur via Welzorg Auto op Maat met een zonnebloempas voor mensen met een rolstoel of scootmobiel. Aanschaf van een zonnebloempas en voor eerste keer reserveren met zonnebloempas kost 10 euro.

Wijkvervoer Tussen de Vaarten 't Vaartje

✉ hetvaartje@deschoor.nl ☎ 06-30 77 8596 (tussen 9-17 uur, behalve di.)

In de wijk Tussen de Vaarten kunt u gebruik maken van het buurtmobiel 't Vaartje voor korte ritjes binnen de wijk, bijv. naar de apotheek Castrovalva of naar het buurcentrum Cobra. De rit is gratis (vrijwillige bijdrage wordt op prijs gesteld).

Wijkvervoer Buurthopper

📄 www.buurthopper.nl ✉ [info@buurthopper](mailto:info@buurthopper.nl) ☎ (036) 20 22 045

De buurthopper rijdt door Almere, maar NIET in Almere-Poort, Nobelhorst, Oosterwold, Almere-Hout en Vogelhorst. U kunt rechtstreeks of via de website ritjes aanvragen. De Buurthopper rijdt van maandag tot en met vrijdag tussen 09:00-17:00 uur. In het weekend rijdt de Buurthopper niet. U betaalt 3 euro contant of met de pin bij de chauffeur. Is de terugrit binnen het uur, dan kosten de twee ritten totaal 4 euro. Vervoer naar en van het ziekenhuis kost 6 euro.

Leenscootmobielen/Buurtmobiel Almere

📄 www.almere.nl/scootmobiel 📄 www.buurthopper.nl/scootmobiel

✉ leenscootmobiel@buurthopper.nl ☎ (036) 20 22 045.

Leenscootmobielen zijn beschikbaar voor een dag(deel) en te reserveren door inwoners van Almere via Buurthopper.

Blijf Veilig Mobiel

📄 www.blijfveiligmobiel.nl/

De website bevat diverse digitale testen en een scootmobiel keuzewijzer.

Auto Aanpassers Nederland (AAN)

📄 www.autoaanpassers.nl

Autorijden is vooral voor mensen met een functiebeperking de ultieme vrijheid. De AAN heeft als doelstelling automobilititeit voor mensen met een lichamelijke beperking te maximaliseren.

Gehandicaptenkaart/Gehandicaptenparkeerplaats

📄 <https://wijkteams.almere.nl/folders-en-formulieren>

Ben je gehandicapt/minder valide, dan kunt je via één van de wijkteams een (Europese) gehandicaptenparkeerkaart aanvragen. Een parkeerkaart wordt verstrekt aan mensen die door aantoonbare beperkingen mobiliteitsproblemen hebben. Een medisch advies van een keuringsarts is noodzakelijk. Ga naar www.wijkteams.almere.nl en zoek onder "folders en formulieren" naar de relevante aanvragen voor een gehandicaptenkaart of gehandicapten parkeerplaats.

SOCIALE NETWERKEN / LEVEN



In deze rubriek vindt u ontmoetingsplaatsen om met mensen van gedachten te wisselen, met lotgenoten te praten en voor contacten.

Buurtkamers

www.deschoor.nl/buurtkamers ☎ (036) 52 78 500.

Buurtkamers zijn ruimtes waar bewoners gratis terecht kunnen om elkaar te ontmoeten of samen activiteiten te organiseren. Voor meer informatie:

Locatie	Openingstijden	Contactpersoon
Buurtkamer De Bazuin Muziekwijk	Donderdag 10.00–15.00 uur	Mila Baaij 06-22214739 mbaij@deschoor.nl
Buurtkamer Het Boegbeeld Literatuurwijk	Dinsdag 14.00-17.00 Woensdag 10.00–15.00 uur	Jan-Rienk Heuving 06-10255767 jheuving@deschoor.nl
Buurtkamer De Cartoon Stripheldenbuurt	Maandag 10.00–15.00 uur	Mila Baaij 06-22214739 mbaij@deschoor.nl
Buurtkamer Cobra Tussen de Vaarten	Dinsdag 10.00–15.00 uur Donderdag 10.30-12.30 uur	Nancy Peper 06-28351311 npeper@deschoor.nl
Buurtkamer De Draaikolk Waterwijk	Woensdag en vrijdag 10.00–15.00 uur	Sadia Benhija 06-42741976 sbenhija@deschoor.nl
Buurtkamer De Inloop Stedenwijk	Dinsdag en donderdag 10.00–15.00 uur	Vanessa Steenbergen 06-14677131 vsteenbergen@deschoor.nl
Buurtkamer Het Kardoes Staatsliedenwijk	Dinsdag en donderdag 10.00–15.00 uur	Sadia Benhija 06-42741976 sbenhija@deschoor.nl
Buurtkamer Kolkzicht Centrum Almere Stad	Maandag 10.00-12.00 uur Donderdag 13.30-15.30 uur	Jan-Rienk Heuving 06-10255767 jheuving@deschoor.nl
Buurtkamer Meenten & Grienden De Meenten	Dinsdag 10.00-11.30	Jan-Rienk Heuving 06-10255767 jheuving@deschoor.nl

Vriendschap op maat

<https://vmca.nl/vriendschap-op-maat1> ☎ (036) 53 41 404

VMCA, Gebouw De Hoek, Wagenmakerbaan 43, 1315 BC Almere

In dit maatjesproject wordt een vrijwilliger gekoppeld aan iemand met een psychiatrische achtergrond zoals depressie, angst of autisme. Doel: voorkoming van sociaal isolement.

Fietsmaatjes Almere

www.fietsmaatjesalmere.nl www.fietsmaatjesalmere.nl/contact/

Ananasstraat 1; 1326 GH Almere

De stichting Fietsmaatjes Almere organiseert fietstochten voor Almeerders die dat niet meer zelfstandig kunnen. De duofietsen met vrijwilliger worden voor een fietstocht van 1 tot 3 uur gereserveerd. Aanmelding van "vrijwilligers" bij de stichting. De zes duofietsen staan in diverse woonzorgcentra in Almere (Zephyr, De Overloop, Flora, e.d.).

Respijtzorg en buddyzorg/

<https://www.vmca.nl/volvwassen-vervangende-zorg2> ☎ (036) 53 41 404

Gebouw De Hoek, Wagenmakerbaan 43, 1315 BC Almere

Respijtzorg en buddyzorg biedt ondersteuning aan mensen met een chronische of levensbedreigende ziekte zoals kanker, Multiple Sclerose of ALS. Een maatje ondersteunt bij levensvragen. De periode dat een maatje ondersteunt varieert.

Vriendenkringen

<https://vmca.nl/vriendenkringen1> ☎ (036) 53 41 404

Gebouw De Hoek, Wagenmakerbaan 43, 1315 BC Almere

Nieuwe vrienden vinden is voor sommige mensen lastig. Vriendenkringen van de VMCA zijn er voor oud, jong, M/V, met of zonder beperking. De vriendengroep bestaat uit maximaal 8 personen, in het begin begeleid door een vrijwilliger.

Huisbezoek/eenzaamheid

www.humanitas.nl/themas/eenzaamheid/, www.alleenensameninalmere.nl

☎ (036) 53 97 040 Busplein 26, 1315 KV Almere

Een 'maatjesproject' waarbij mensen uit een (sluimerend) isolement gehaald worden via een geregelde visite van een vaste vrijwilliger

Parkinson Café Almere

www.parkinson-vereniging.nl/parkinson-cafe-almere

✉ parkinson.cafe.almere@gmail.com ☎ (036) 53 73 498 Filmwijkcentrum, Walt

Disneyplantsoen 76-78, 1325 SX Almere

Het maandelijkse Parkinson café biedt informatie en ontspanning aan mensen, hun partners en/of hun mantelzorgers. Toegang gratis; consumpties een kleine bijdrage.

Alzheimer Café

www.alzheimer-nederland.nl/regios/flevoland/alzheimer-cafe-almere

✉ alzheimercafe.almere@alzheimervrijwilligers.nl ☎ (036) 53 47 832

Restaurant De Ziel (bij woonzorgcentrum De Archipel), Poëziestraat 166, 1321 HT Almere

Het Alzheimer Café is een maandelijkse bijeenkomst voor mensen met dementie, partners, familieleden, hulpverleners en belangstellenden.

Ontmoetingscentrum Dementie

www.zorggroep-almere.nl/dagactiviteiten-dagbesteding-dagopvang-bij-zorggroep-almere/dagactiviteiten-het-ontmoetingscentrum/ ✉ dagbesteding@zorggroep-almere.nl

☎ (036) 54 54 780 Kathleen Ferrierstraat 191, 1311 KW Almere

Dé ontmoetingsplaats voor mensen met dementie en hun partner, kinderen en/of andere mantelzorgers.

Vrouwen van nu

www.vrouwenvannu.nl/almere

Buurtcentrum Cobra, Hildo Kropstraat 8, 1328 BC Almere

Een ontmoetingsplaats voor vrouwen. Afdelingsmiddagen zijn elke derde donderdag van de maand van 13:30 – 16:00 uur in buurtcentrum Cobra.

Buurtbemiddeling

www.buurtbemiddelingalmere.nl ✉ buurtbemiddeling@deschoor.nl

☎ (036) 52 78 500 Haagbeukweg 153, 1318 MA Almere.

Buurtbemiddeling helpt met conflicten oplossen tussen bewoners onderling door bemiddeling van buurtbemiddelaars. Bemiddeling is gratis.

Parkhuys Almere

www.parkhuysalmere.nl ✉ secretariaat@parkhuysalmere.nl ☎ (036) 53 54 444

Edvard Munchweg 18b, 1328 MA Almere

Parkhuys Almere is een inloophuis voor mensen die te maken hebben met kanker.

Nationale Vereniging De Zonnebloem

www.zonnebloem.nl ☎ Nationaal Bureau (076) 56 46 464.

<http://regio-zuidelijk-flevoland.zonnebloem.nl>

In Almere p/a secretariaat: Leijhoff 14, Grootzeil 6; 1316 CE Almere;

☎ Almere Haven (036) 54 05 537; ☎ Stad West (036) 5332810;

☎ Stad Oost (036) 53 76 149; ☎ Almere Buiten (036) 53 56 990

De Zonnebloem wil een bijdrage leveren aan het leven van mensen die door ziekte, handicap of gevorderde leeftijd lichamelijke beperkingen hebben en voor wie sociaal isolement dreigt. Vrijwilligers helpen met contacten en trekken erop uit.

Expertisecentrum Mantelzorg Almere

<https://vmca.nl/informatie-en-ondersteuning> ✉ info@vmca.nl ☎ (036) 53 41 404

Gebouw De Hoek, Wagenmakerbaan 43, 1315 BC Almere

Het Expertisecentrum Mantelzorg is dé vindplek voor informatie, advies en ondersteuning op het gebied van mantelzorg zoals informatie of advies en coaching.

Mantelzorgwaardering

www.almere.nl/mantelzorg

De gemeente Almere wil alle mantelzorgers in het zonnetje zetten die langdurig en intensief zorgen voor een inwoner. Dat gebeurt via een mantelzorgwaardering. Het aanvraagformulier hiervoor staat op de webpagina. Aanvraagperiode juni-september.

Goed ontmoet

www.humanitasalmere.nl/55-mensen/deelnemers/deeln-eenzaamheid/318-goed-ontmoet-75 ✉ go75@deschoor.nl ☎ 06-20 15 8782.

Goed Ontmoet biedt ondersteuning aan 75-plussers die last hebben van eenzaamheid en daar verandering in willen. Goed Ontmoet 75+ is een gezamenlijk project van Humanitas Almere en De Schoor, Welzijn in Almere.

HartZaak Almere

<https://www.facebook.com/hartzaakalmere>

HartZaak Almere is er voor iedereen die behoefte heeft aan een plek om even koffie te drinken, een luisterend oor te vinden, ervaringen te delen of anderen te ontmoeten.

HartZaak is open wanneer veel andere deuren dicht zijn.

Chatten

De Luisterlijn

 www.deluisterlijn.nl  ehulp@deluisterlijn.nl  (088) **07 67 000** (24 uur per dag)

Dag en nacht, een luisterend oor. Voor als u ergens anoniem over wilt praten. De Luisterlijn is beschikbaar via telefoon, e-mail en chat.

DIGITAAL LEVEN



U kunt er niet meer onderuit. Een computer is gemeengoed geworden. Wilt u meer leren over het gebruik van computers, tablets of smart phones, hier zijn een paar adressen. Ook is hulp bij het installeren en gebruik van uw computer of bij het oplossen van problemen.

Digitaal

 digiwijzeralmere.nl/

Overzicht aan digitale ondersteuningsmogelijkheden in Almere.

Computerhulp Senior Live

 www.senior-live.nl  contact@senior-live.nl  (036) 73 70 422

Greenstory café, Kerkgracht 41, 1354 AE Almere Haven; elke vrijdag 10.00 tot 12.30 uur
Bij Senior-Live helpen Almeerse senioren u om de digitale technologie te gebruiken door middel van workshops, online diensten en assistentie aan huis. Ook biedt Senior Live hulp bij het gebruik/installatie van de computer en internet.

Computerhulp

 <https://vmca.nl/gilde-computerhulp1>  gilde@vmca.nl  (036) 53 41 404

Maandag 14-16 uur Gebouw De Hoek, Wagenmakerbaan 43, 1315 BC Almere
Vrijwilligers helpen senioren bij het oplossen van problemen met hun computer. Kosten: ca. 5,00 euro per bezoek voor reiskosten en overige kosten.

Computerhelpdesk

 www.deschoor.nl/computerdesk  computerhelpdeskalmere@gmail.com

Goed onderlegde vrijwilligers helpen u met technische problemen. Contact op per e-mail.

Computerinloop

 www.denieuwebibliotheek.nl

Inloopspreekuur voor digitale vragen bij het nieuwscafé op de tweede etage. Bieden ook cursussen aan zoals Klik en Tik.

Interessante websites voor senioren

 www.deschoor.nl/html/senioren

Informatie over verschillende projecten voor Almeerse senioren.

 www.seniorenwegwijzeralmere.nl

Startpagina voor senioren in Almere.

 <http://senioren.klikwijzer.nl>

Een overzicht van websites voor senioren.

 www.seniorweb.nl

Seniorweb maakt de digitale wereld toegankelijk voor iedereen die daar hulp bij kan gebruiken. Deze site laat senioren veel mogelijkheden van de computer en het internet laten ervaren, waaronder internetbankieren.

 www.seniorplaza.nl

De plaats waar u als 50-plusser mensen kunt zoeken en gegevens kunt vinden en uitwisselen met anderen.

 www.50plusnet.nl

Max Meeting Point is een gratis site en het doel is senioren in de gelegenheid stellen hun sociale netwerk uit te breiden. Op 50plusnet ontmoet u leeftijdsgenoten met wie u kunt mailen en chatten, om daarna samen of in clubverband activiteiten te ondernemen.

 www.seniorenvordeelpas.nl

 klantenservice@seniorenvordeelpas.nl

 (085) 07 00 900

Een website voor financieel voordeel, informatie en tips.

 <http://senioren.familiestart.nl>

Hier vindt u linken naar websites die veel informatie bevatten voor senioren.

 www.50plusplein.nl

Een site voor het uitwisselen van tips zoals toerisme, gezondheid en nieuwtjes; "alles" waar moderne 50-plussers zich mee bezig houden.

 www.neurocampus.nl

Test uzelf. Taal, Rekenen, Inzicht, Geheugen en Logica vormen samen de allround braintraining. Elke oefening bestaat uit tien opgaven waar u twee minuten de tijd voor krijgt om te maken.

 www.oefenen.nl

Met oefenen.nl verbeter je jouw vaardigheden. Leer meer over gezondheid, geld, en opvoeding en werk aan je vaardigheden rekenen, schrijven, lezen en internetten.

 www.hersentraining.startpagina.nl

Deze hersentraining startpagina is toegankelijk maken onder een breed publiek.

 www.ikwoonleefzorg.nl/actief/spelletjes-op-uw-mobiele-telefoon

Online spelletjes zoals sudoku, woordfeud of klaverjassen

 www.plusonline.nl

Veel informatie voor senioren

 www.podcastluisteren.nl

Podcast voor het beluisteren van nieuws, achtergronden en persoonlijke verhalen

 samenspelen.online/spellen-overzicht

Samen Spelen Online, samenwerking van Games for Health, het Radboud UMC en coöperatie DELA.

 www.oudgeleerdjonggedaan.nl/onlinecolleges

Oud Geleerd Jong Gedaan, gratis online colleges voor senioren door studenten.

TIJDSBESTEDING



Hebt u tijd en niets om handen en wilt u toch graag iets doen? Is vrijwilligerswerk iets voor u. Of wat dacht u van lezen, de bibliotheek of naar het theater? Of maandelijks naar een Archeologie Café. En in de zomer is er een Zomerschool met interessante lezingen, maar ook culturele uitstapjes.

Buurtcentra

www.deschoor.nl/buurtcentra ✉ info@deschoor.nl
Haagbeukweg 153, 1318 MA Almere ☎ (036) 52 78 500

Almeerse Senioren Theatergroep (AST)

✉ info@deschoor.nl/senioren/theatergroep
Secretariaat ✉ verm6939@planet.nl ☎ 06- 44 42 2307.

Samen genieten van een geheel verzorgd theateravondje uit samen met andere senioren en onder begeleiding. Op naar concert, opera, musical, ballet, toneelstuk, cabaret

Bibliotheek

www.denieuwebibliotheek.nl ☎ (036) 54 86 000

In de Nieuwe Bibliotheek vindt u de nieuwste boeken, cd's, dvd's, games en nog veel meer. Als uw ogen slechter worden, is het vaak lastig om te lezen. De letters in een grootletterboek zijn bijna twee keer zo groot als in gewone boeken. Ook luisterboeken.

Gesproken boeken

www.passendlezen.nl ☎ (070) 33 81 500

Dit is het adres voor het lenen van gesproken boeken, kranten en tijdschriften. Daarnaast is het Loket het aanvraagadres voor boeken, braille kranten/tijdschriften.

Levensboek

www.humanitasalmere.nl/verw-levensboek/46-mensen/verwijzers/verw-levensboek/50-verw-levensboek ✉ m.vandoorn@humanitas.nl ☎ 06-30 19 8939

Busplein 26, 1315 KV Almere

Levensboek is een project voor iedereen die zijn levensverhaal wil vertellen. Een vrijwilliger helpt bij het schrijven van het verhaal. De ondersteuning is kosteloos.

Taal in de wijk

www.deschoor.nl/html/index.php?pid=183 ✉ taalindewijk@deschoor.nl
☎ 06-11 32 0786.

Wilt u hulp bij de Nederlandse taal? Ervaren vrijwilligers zijn elke week in een aantal wijken aanwezig om u te helpen met het lezen schrijven en spreken in de Nederlandse taal.

Vakantiereizen

www.rodekruisalmere.nl/vakantiereizen ✉ secretariaat@rodekruis.nl

☎ (036) 53 46 096 ma t/m vr van 09-13 uur

Wagenmakerbaan 47, Gebouw De Hoek, 1315 BC Almere

Vakantie vi Het Rode Kruis, indien u met mantelzorger/partner op vakantie wilt.

Senior Vakantieplan

www.seniorvakantieplan.nl ✉ info@seniorvakantieplan.nl

☎ (035) 69 33 017 Hambakenwetering 8A 5231 DC 's-Hertogenbosch

Senior Vakantie Plan organiseert vakantiereizen in binnen en buitenland. Rekening wordt gehouden met voorzieningen die op hogere leeftijd van belang (kunnen) zijn.

Zomerschool voor Senioren Almere

www.zomerschoolvoorseniorenalmere.nl ✉ zomerschoolvoorsenioren@gmail.com

☎ 06-23 18 8610 (8-10 uur)

De Zomerschool voor Senioren is een initiatief van de KBO-afdeling Almere in samenwerking met stichting De Schoor. Tijdens de Zomerschoolweken kunnen Almeerse 50-plussers deelnemen aan recreatieve, educatieve en culturele activiteiten.

De DiligenceBus

<http://www.diligence-almere.nl/> ✉ info@diligence-almere.nl

☎ (036) 20 22 044 (10-13 uur) Slufferplantsoen 10; 1316 KX Almere

DiligenceBus Almere organiseert diverse uitjes voor mensen van 55 jaar en ouder, bijvoorbeeld naar een museum, een rondvaart, uit eten, naar de markt of naar een tuincentrum. U wordt van huis opgehaald en weer thuisgebracht. Kosten zijn afhankelijk van het soort uitje.

Erfgoedhuis

www.almere.nl/over-almere/historie/erfgoedhuis/ ✉ archeologie@almere.nl ☎ 14 036

of ☎ (036) 53 99 911 Baltimoreplein 112, 1334 KA in Almere Buiten

Ondanks het korte bestaan van Almere, is er cultureel erfgoed. Maandelijks is er een Erfgoed/Archeologie café met een lezing.

Het Gilde Almere

<https://vmca.nl/gilde1> ✉ gilde@vmca.nl ☎ (036) 53 46 027 ma 14-16 uur Gebouw De Hoek, Wagenmakerbaan 43, 1315 BC Almere ☎ (036) 53 41 404

Het Gilde is een vrijwilligersorganisatie. Het doel is kennis en ervaring te delen en over te dragen aan anderen. Bij het Gilde vindt u een ruim aanbod aan begeleiding en activiteiten op het gebied van taal, wandelen, organisatie, computer, belasting en administratie.

FINANCIËN EN ADMINISTRATIE



Zou u hulp kunnen gebruiken bij uw financiën en/of administratie. Vragen over Sociale Verzekeringsbank (SVB), huurtoeslag, PGB en Wmo eigen bijdrage?

PLANgroep

<https://webloket.plangroep.nl/almere> www.almere.nl/werken/schulden

almere@plangroep.nl ☎ (036) 53 95 950 Op werkdagen 9-12 uur. en 13-16 uur
WTC Alnovum, 6e etage, P.J. Oudweg 1, 1314 CH Almere

Bij PLANgroep kunt u terecht voor hulp bij budgetproblemen. Als u schulden heeft waar u zelf niet meer uit denkt te komen, meldt u dan.

Nibud

www.nibud.nl ✉ via contactformulier ☎ (030) 23 91 350 op werkdagen 9-13 uur
Het Nationaal Instituut voor Budgetvoorlichting (Nibud) is een onafhankelijke stichting die informeert en adviseert over financiën van huishoudens.

Thuisadministratie

www.humanitasalmere.nl/ ✉ almere@humanitas.nl ☎ (036) 53 97 040

Busplein 26, 1315 KV Almere

Een vrijwilliger ondersteunt met het ordenen van de binnengekomen post, het op orde brengen van de administratie en het beheren van de financiën

Administratieve Adviezen

www.vmca.nl/vmca-project/administratieve-adviezen/ ✉ www.gildealmere.nl

gilde@vmca.nl ☎ (036) 53 46 027 maandag 14-16 uur.

Gebouw De Hoek, Wagenmakerbaan 43, 1315 BC Almere

Als het u allemaal niet lukt om uw geldzaken/administratie op orde te krijgen of te houden, kunt u een beroep doen op de vrijwilligers van het Gilde.

Raad en Daad balie

www.legerdesheils.nl/korpsalmere/raad-en-daad-balie/

balie.mdvalmere@legerdesheils.nl ☎ (036) 54 64 474 Elke werkdag 9-17 uur

Leger des Heils, 't Klankbord, Pianoweg 117, 1312 JD Almere

Maak een afspraak bij de raad- & daadbalie voor: het invullen van formulieren (geen belastingformulieren), doorverwijzen en eerste contact leggen naar instanties of noodopvang, orde op zaken stellen in persoonlijke administratie, informatie en maaltijdvoorziening.

Onafhankelijke Cliënten Ondersteuning (OCO)

www.ocoalmere.nl/ ✉ info@ocoalmere.nl ☎ (036) 20 02 158

OCO staat voor onafhankelijke cliëntondersteuning. Ondersteuners helpen u bij contact met de gemeente, het wijkteam, zorgaanbieders of andere instanties. Hulp is gratis.

Zorgtoeslag

www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/zorgverzekering/vraag-en-antwoord/kan-ik-zorgtoeslag-krijgen

Zorgtoeslag is een bijdrage in de zorgverzekeringskosten. Mensen met een laag inkomen komen in aanmerking voor een tegemoetkoming in de zorgverzekering.

Belastinginvulhulp

✉ kbo.almere@gmail.com ☎ (036) 53 62 642

✉ secretariaat@kbo-pcob.nl ☎ (030) 34 00 600

Leden van de ouderenbonden ANBO, KBO en PCOB kunnen tegen een kleine vergoeding hun belastingaangifte laten verzorgen. Ook hulp voor zorg- en huurtoeslag.

Huurtoeslag

<https://www.belastingdienst.nl/wps/wcm/connect/nl/huurtoeslag/huurtoeslag>

De huurtoeslag is een tegemoetkoming in de huurkosten die u moet betalen. U hoeft het maar één keer aan te vragen waarna u jaarlijks automatisch de huurtoeslag ontvangt.

Bijzondere bijstand

www.almere.nl/werken/rondkomen-met-een-laag-inkomen/bijzondere-bijstand/bijzondere-bijstand-snelbalie/ www.almere.nl/belastingen ☎ 14 036 Stadhuis, Stadhuisplein 1, 1315 HR Almere

Ondersteunende regelingen voor mensen met een laag inkomen voor o.a.: bijzondere bijstand voor extra kosten, problemen met woonkosten, ziektekostenverzekering.

Persoonsgebonden budget (PGB)

<https://www.svb.nl/nl/pgb/>

Het persoonsgebonden budget (pgb) is een bedrag waarmee cliënten zelf een zorgverlener, verzorgende of begeleider kunnen betalen. Hiervoor een indicatie van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) nodig.

Per Saldo

www.pgb.nl Churchillaan 11, 3527 GV Utrecht ☎ (0900) 74 24 857 (€0,20 per minuut)

Maandag t/m donderdag 10–17 uur.

De vereniging voor mensen met een persoonsgebonden budget (pgb).

Sociale Verzekerings Bank (SVB)

www.svb.nl ☎ PGB (030) 26 48 200; AOW ☎ (0570) 50 60 10;

AIO ☎ (0570) 50 60 80

De SVB is de uitvoerder van volksverzekeringen in Nederland, PersoonsGebonden Budget (PGB www.svb.nl/nl/pgb), Algemene Ouderdoms Wet (AOW www.svb.nl/nl/aow) en Aanvulling Inkomensvoorziening Ouderen (AIO) www.svb.nl/nl/aio)

WMO eigen bijdrage

www.hetcak.nl ☎ (0800) 19 25

Voor de meeste Wmo-voorzieningen betaalt u een eigen bijdrage aan het Centraal Administratie Kantoor (CAK).

Regelpunt

www.denieuwebibliotheek.nl ☎ (036) 54 86 000



Bij het Regelpunt, een initiatief van Wijkteam Almere, wordt u gratis geholpen en ondersteund bij regelzaken zoals uitleg brieven, woningnet, inkomsten en uitgaven.

SOCIAAL- EN JURIDISCH ADVIES



Hebt u advies nodig over regelingen, wetsproblemen, dan kunt u met onderstaande instanties in contact treden.

Cliënten Beraad Almere


 www.cba-almere.nl  info@cba-almere.nl Grasmeeent 109 1357 JM Almere
Het Cliënten Beraad Almere (CBA) geeft de gemeentelijke overheid, gevraagd en ongevraagd advies over al die onderwerpen, die direct verband houden met de positie van de Almeerse ingezetenen met een minimaal inkomen. Het CBA is het orgaan voor cliëntenparticipatie bij Sociale Zaken van de gemeente Almere. Elke 2e donderdag van de maand van 13-15 uur zijn er gratis informatiebijeenkomsten voor Almeeders met een minimuminkomen in de Levend Water kerk aan de Parkwijklaan 44;

Sociaal Raadsliden

 www.raadslidenalmere.nl  06-13496926

Het secretariaat is telefonisch bereikbaar op ma., wo en vrij. van 11.30-12.30 uur.
De Sociaal Raadsliden geven inwoners van Almere gratis antwoord op alle vragen op het gebied van sociale regelingen en instanties

Stichting Wetswinkel Almere

 www.wetswinkelalmere.nl  via het contactformulier op de website.

Allendestraat 42, 1324 WB Almere Stad

U heeft een probleem en u weet niet wat u ermee aan moet? U wilt uw probleem zelf oplossen. Wij geven gratis advies, maar laten u graag zoveel mogelijk zelf doen. We helpen u daar uiteraard bij via een spreekuur, een telefonisch spreekuur of op locatie.

NU Juridisch Loket Almere

 www.nurecht.nl/Juridisch-Loket/Juridisch-Loket-almere.html  (0900) 0145

Voor juridisch advies over een arbeidsgeschil, een scheiding of een ander conflict.

Notaristelefoon

 www.notaris.nl of  (0900) 34 69 393 (80 eurocent per min.).

Bereikbaar van ma. t/m vrij. van 9-14 uur.

De Notaristelefoon is er voor algemene vragen over erfenissen, testamenten, schenkingen, het kopen van een huis, huwelijksvoorwaarden en nog veel meer. Via de Notaristelefoon komt u er eenvoudig achter of het verstandig is om een notaris in te schakelen. De lijn wordt bemansd door medewerkers uit het notariaat.

Kwijtschelding gemeentelijke belastingen

 www.almere.nl/wonen/belastingen/kwijtschelding-aanvragen

Met een laag inkomen, kun u in aanmerking komen voor kwijtschelding van de gemeentelijke belastingen. U hoeft de belasting dan niet of niet volledig te betalen.

OUDERENBONDEN



Ouderenbonden zijn belangenverenigingen voor ouderen die actief zijn op het terrein van politiek en de belangenbehartiging van de individuele oudere. In veel plaatsen worden wekelijks of maandelijks activiteiten georganiseerd door de plaatselijke afdelingen van deze organisaties.

Algemene Nederlandse Bond voor Ouderen (ANBO)

 www.anbo.nl/  info@anbo.nl  (0348) 46 66 66

De ANBO heeft geen actieve afdeling in Almere; alle contacten lopen via het hoofdkantoor in Woerden.

Katholieke Bond van Ouderen (KBO)

 www.kbofevoland.nl en  www.uniekbo.nl  kbo.almere@gmail.com

 (036) 53 62 642 Secretariaat afdeling Almere: Mevr. P.J.M. van Dielen




De KBO organiseert maandelijks een ledenmiddag. Tevens worden bustochten en vakantieweken georganiseerd. Leden van KBO en PCBO kunnen tegen een kleine vergoeding hun belastingaangifte laten verzorgen door een (KBO-)belastinginvuller Ook hulp bij het aanvragen van zorg- en huurtoeslag is mogelijk.

Protestants Christelijke Ouderen Bond (PCOB)

 www.pcob.nl  secretariaat@kbo-pcob.nl  (030) 34 00 600

Geen actieve afdeling in Almere; alle contacten lopen via het hoofdkantoor in Nieuwegein.

De Nederlandse Bond voor Pensioenbelangen (NBP)

 www.pensioenbelangen.nl  info@pensioenbelangen.nl  (070) 36 01 921 van ma t/m do 10.00 tot 12.30 uur. Scheveningseweg 7, 2517 KS Den Haag.

De NBP is een organisatie voor de behartiging van collectieve en individuele Pensioenbelangen.

LEVENSEINDE



Alle leven komt tot een einde. Hebt u een levenstestament en een testament voor uw familieleden. Praat er tijdig over met een van onderstaande instanties.

Levenstestament

www.notarisunie.nl/wie-van-de-drie/ ☎ (036) 538 22 00

In een levenstestament legt u vast wie uw financiële, medische en persoonlijke zaken zal regelen als u dit zelf niet meer kunt.

Testament

www.notaris.nl/bij-overlijden/testament ☎ (0900) 34 69 393 (80 cent per min.)

www.degoedkoopstenotaris.nl/almere ☎ (088) 24 24 611 (80 cent per min.)

In een testament geeft u zelf aan wie uw erfgenamen zijn en welk deel van uw nalatenschap zij krijgen. Voor het maken van een testament gaat u naar de notaris.

Euthanasie

www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/levenseinde-en-euthanasie/vraag-en-antwoord

Vragen en antwoorden over euthanasie. Dit betreft de Wet toetsing levensbeëindiging op verzoek en hulp bij zelfdoding in de praktijk.

Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levens einde (NVVE)

www.nvve.nl ✉ www.nvve.nl/contact ☎ (020) 62 00 690

Leidsegracht 103 1017 ND Amsterdam

De NVVE geeft voorlichting en informatie over euthanasie en hulp bij zelfdoding.

Palliatieve zorg

www.overpalliatievezorg.nl/

Zorg in de laatste levensfase voor mensen met een ongeneeslijke ziekte.

Vrijwillige Terminale Zorg

<https://www.vmca.nl/ivt-terminale-zorg2> ☎ (036) 53 41 404

Gebouw De Hoek, Wagenmakerbaan 43, 1315 BC Almere

Een wens van veel ernstig zieke mensen is om thuis te kunnen sterven. Bij overbelasting van de mantelzorger kan een beroep worden gedaan op vrijwilligers.

Hospice

www.hospicealmere.nl ☎ (036) 52 47 403

Meesterstraat 69A 1315 GV Almere

Een hospice biedt zorg aan mensen in hun laatste levensfase.

Steun bij Rouw

www.humanitasalmere.nl/verlies ✉ sbr.almere@humanitas.nl

☎ (036) 53 97 040 Busplein 26, 1315 KV Almere

Een luisterend oor en mentale steun voor mensen die net een dierbare hebben verloren.

INDEX

WegWijs Informatiepakket

NUMERIEK

2^e Kanswinkel, 14
50plusnet, 25
50plusplein, 25

ALFABETISCH

A

Aanvullende Mantelzorg, 9
Administratie, 27
Administratieve Adviezen, 28
AIO, 29
Alarmering Thuiszorg, 11
Alfa & Zorg, 8
Algemene Nederlandse Bond Voor Ouderen (ANBO), 31
Allgo, 18
Almereplus, 5
Alzheimer Café, 21
Ambulance, 11
ANBO, 31
AOW, 29
Apetito Maaltijden, 14
Auto Aanpassers Nederland, 19
Automaatje, 19

B

Bartiméus, 16
Belangenbehartiging, 31
Belastingen, 27, 29
Belastinginvulhulp, 29
Bewegen, 16, 26
Bibliotheek, 26
Blijf Groep, 12
Blijf Veilig Mobiel, 19
Boeken, 26
Brandweer, 11
Buddyzorg, 21
Budgetproblemen, Budgetvoorlichting, 28
Buitenhaeghe, 10
Burennetwerk, 13
Buurtbemiddeling, 22
Buurtcentra, 26
Buurtkamers, 20
Buurtmobiel Almere, 19
Buurtzorg, 9

C

CAK, 29
CCV, 12
Centraal Administratie Kantoor (CAK), 29
Centrum Indicatiestelling Zorg

(CIZ), 29
Centrum Voor Criminaliteitsbestrijding & Veiligheid (CCV), 12
Chatten, 23
Cliënten Beraad Almere (CBA), 30
CLIP, 15
Computer, 27
Computerhelpdesk, 24
Computerhulp, 24
Computerinloop, 24
Conflicten Oplossen, 22
Contactcirkel Rode Kruis, 12
Curae Zorg, 8, 9

D

Dagbesteding, 9
De Alliantie Flevoland, 6
Deeltaxi, 18
Deeltaxi Almere, 18
Dementie, 7, 9, 21, 22
Digidoe, 5
Digitaal, 24
Diligencebus, 27

E

Eenzaamheid, 21
E-Mail Netwerk, 11
Erfgoedhuis, 27
Euthanasie, 32
Expertisecentrum Mantelzorg, 22

F

Fietsmaatjes Almere, 21
Fitness Online, 16
Flevoziekenhuis, 15

G

Gedachtenkamer, 5
Geestelijke Gezondheidszorg (GGZ), 15
Gehandicaptenkaart, 19
Gehandicaptenparkeerplaats, 19
Gemeentegids, 3
Gesproken Boeken, 26
Gezondheid, 15
Gezondheidsverklaring, 16
Gilde, 27, 28
Goed Ontmoet, 22
Grandcafé WIJS, 5

H

Hartzaak Almere, 22
Hersentraining, 25
Het Mineraal, 17

- Hoge Haeghe, 10
 Hospice, 32
 Huisbezoek, 21
 Huishoudelijke Ondersteuning, 8
 Hulpmiddelen, 10
 Huurtoeslag, 29
- I**
- ICE Op Uw Mobiele Telefoon, 12
- J**
- Juridisch Loket, 30
- K**
- Katholieke Bond Van Ouderen (KBO), 31
 KBO, 31
 Kledingreparaties, 14
 Klusloket, 14
- L**
- Levensboek, 26
 Levenstestament, 32
 Luisterlijn, 23
- M**
- Maaltijden, 13, 14
 Mantelzorgwaardering, 22
 Mantelzorgwoning, 7
 Marhaba, 5
 Medicijnenpaspoort, 15
 MEE, 16
 Meldingen Openbare Ruimte, 11
 Meterkastkaart, 11
 Mobiliteit, 18
- N**
- Nederland In Beweging, 16
 Nederlandse Bond Voor Pensioen-
 belangen (NBP), 31
 Netwerk Dementie, 15
 Neurocampus, 25
 Nibud, 28
 Nikon Care, 8
 Notaristelefoon, 30
 NVVE, 32
- O**
- Odensehuis, 5
 Oefenen, 25
 Onafhankelijke Cliënten Ondersteuning
 (OCO), 28
 Ontmoetingscentrum Dementie, 21
 Ouderenwerk, 4
 Oudgeleerdjonggedaan, 25
- P**
- Palliatieve Zorg, 32
 Parkhuys Almere, 22
 Parkinson Café, 21
 PCOB, 31
 Per Saldo, 29
 Personenalarmering, 11
 PersoonsGebonden Budget (PGB), 29
 PGB, 29
 Plangroep, 28
 Plusonline, 25
 Podcastluisteren, 25
 Politie, 11
 Protestants Christelijke Ouderen Bond
 (PCOB), 31
- R**
- Raad En Daad Balie, 28
 Reedewaard, 10
 Regelpunt, 29
 Repair Café, 14
 Respijtzorg, 21
 Restaurant Chapeau, 14
 Restaurant L'Ecole, 13
 Rijbewijskeuring, 16
 Rondkomen In Almere, 29
- S**
- Saamborgh, 10
 Saar Aan Huis, 9
 Schulden, 28
 Scootmobiel Keuzewijzer, 19
 Scootmobiel lenen, 19
 Senior Live, 24
 Senior Vakantieplan, 27
 Senioren Klikwijzer, 24
 Senioren Theatergroep, 26
 Senioren.Familiestart, 25
 Seniorenvoordeelpas, 25
 Seniorenwegwijzeralmere, 24
 Seniorenwerk De Schoor, 4
 Seniorenwoningen, 6
 Seniorplaza, 25
 Seniorservice, 9
 Seniorweb, 25
 Sentire, 18
 Slachtofferhulp, 12
 Sociaal Raadslieden, 30
 Sociale Verzekerings Bank (SVB), 29
 Spellen-Overzicht, 25
 Spoed Tandheelkundige Zorg, 15
 Spoedpost, 15
 Stadsbussen, 18
 Steun Bij Rouw, 32
 SVB, 29

T

Taal In De Wijk, 26
 Tenderhands Care, 8
 Testament, 32
 Theater, 26
 Thuisadministratie, 28
 Thuisgekookt, 14
 Thuiszorg, 9
 Thuiszorgwinkel, 10
 Topmaaltijd, 14
 Tzorg, 8

U

Uitgekookt, 14

V

Vakantiereizen, 27
 Valpreventie, 17
 Valys, 18
 Van Groot Naar Beter, 6
 Vegro, 10
 Verpleegtehuis, 7
 Vervoerspas, 18
 Visio, 16
 VLA, 14
 Vmca, 28
 VMCA, 13
 Voedselloket, 14
 Vriendenkringen, 21
 Vriendschap Op Maat, 21
 Vrijwillige Terminale Zorg, 32
 Vrijwilligers En Mantelzorg
 Almere (VMCA), 13
 Vrouwen Van Nu, 22

Centrale

W

Waarschuwingsadres, 12
 Wandelen In Flevoland, 17
 Wandelingen, 27
 Warm Water Therapie, 17
 Websites Voor Senioren, 24
 Weggeefwinkel, 14
 Wegwijs In Almere, 4
 Wetswinkel, 30
 Wijkteams, 3
 Wijkvervoer 't Vaartje, 19
 Wijkvervoer Buurthopper, 19
 WMO Eigen Bijdrage, 29
 Woningbouwvereniging Ymere, 6
 Woningbouwverenigingen, 6
 Woningnet Almere, 6
 Woningstichting Goedestede, 6
 Woonaanpassingen, 7
 Wooncoach, 7
 Woonwijs, 4, 7
 Woonwijs In Almere, 5
 Woonzorg Flevoland, 8, 9
 Woonzorg Flevoland Almere, 10
 Woonzorg Nederland, 6
 Woonzorgcentrum, 9
 Woonzorghuis, 7

Z

Zomerschool Voor Senioren, 27
 Zonnebloem, 22
 Zonnebloemauto, 19
 Zonzorg, 8
 Zorggroep Almere, 9
 Zorgoutlet, 10
 Zorgtoeslag, 29
 Zwemmen Voor Senioren, 17