

SOCIALE KAART

2023

BLARICUM ■ EEMNES ■ LAREN



MEEDOEN DOET IEDEREEN GOED!

Dit is het boekje over ondersteuning in de gemeenten Blaricum, Eemnes en Laren. U vindt er informatie over bewegen, ontmoeten, steun, vervoer en rondkomen. Ook zijn er verschillende organisaties die iets voor u willen betekenen, waardoor u verder geholpen kunt worden. Een fit en vitaal leven is enorm belangrijk. Het zorgt voor een goede weerstand, rust in het hoofd en het leidt tot een plezierig leven. Dit gunnen wij alle inwoners van onze gemeenten. En als dat (even) niet lukt, kunt u gebruikmaken van de ondersteuning van allerlei organisaties. Ook kunt u terecht bij “het Leefstijlpunt”. Hier zijn professionals aanwezig om u te adviseren op verschillende gebieden. Dat kan gaan om steun, uw dagelijks functioneren, bewegen, zingeving en kwaliteit van leven. Want voor iedereen is het fijn om mee te doen in het dagelijks leven en om zelfstandig te zijn en blijven. Meedoen doet iedereen goed!

Wij zijn trots op alle inwoners die vrijwillig iets doen voor een ander en/of voor hun buurt.

Namens de wethouders Sociaal Domein,

Wethouder Joke Lanphen (gemeente Blaricum)

Wethouder Mirjam Havinga (gemeente Eemnes)

Wethouder Flip de Groot (gemeente Laren)



WETHOUDER JOKE LANPHEN
GEMEENTE BLARICUM



WETHOUDER MIRJAM HAVINGA
GEMEENTE EEMNES



WETHOUDER FLIP DE GROOT
GEMEENTE LAREN



COLOFON

GEMEENTEN BLARICUM, EEMNES, LAREN

Postadres:

Postbus 71

3755 ZH Eemnes

Tel. 14 035

E-mail: communicatie@belcombinatie.nl

Website: www.blaricum.nl, www.eemnes.nl, www.laren.nl



DIGITALE VERSIE

De digitale versie van deze sociale kaart kunt u vinden op www.maatschappelijkezaken.nl/sociale-kaart

UITGEVER

Akse Media bv

Postadres: Postbus 6033, 1780 KA Den Helder

Tel.: 0223 - 66 88 77

E-mail: info@aksemedia.nl

Website: www.aksemedia.nl

FOTOGRAFIE

Gemeenten Blaricum, Eemnes en Laren

VORMGEVING

Akse Media bv

EDITIE

Juni 2023

De Sociale Kaart is een momentopname. Bij het sociale wijkteam en het Informatiepunt van uw gemeente is de meest actuele informatie verkrijgbaar over de verschillende activiteiten en diensten.

Copyright: Akse Media bv Den Helder en de gemeenten Blaricum, Eemnes en Laren - 2023

INHOUDSOPGAVE



Persoonlijke ondersteuning
en advies

04



Langer zelfstandig wonen

16



Elkaar ontmoeten

06



Mantelzorgondersteuning

18



Sporten & Bewegen

10



Ziekte, rouw of overlijden

20



Vervoer

12



Hulp met uw administratie

22



Wonen

14



Veiligheid

24



Vrijwilligerswerk

15





PERSOONLIJKE ONDERSTEUNING EN ADVIES

Heeft u vragen over wonen, zorg, werk of inkomen.
Of heeft u hier hulp bij nodig? U kunt hiervoor op
meerdere plekken terecht in onze gemeenten.

HET LEEFSTIJLPUNT

Leefstijlpunt

Het Leefstijlpunt is uw eerste contactpunt voor vragen rondom leefstijl, beweging en welzijn. Onze Coach Gezonde Leefstijl staat klaar om u te adviseren en te ondersteunen bij het nastreven van een positief en gezond leven. Of het nu gaat om mee te doen in de samenleving, dagelijks functioneren, het vinden van zingeving, u fit en vitaal voelen, of het verbeteren van uw kwaliteit van leven, het Leefstijlpunt staat voor u klaar.

Samen met u kijken we naar uw persoonlijke behoeften en mogelijkheden, en helpen we u bij het vinden van een passende activiteit of voorziening. Ons doel is om u te begeleiden op uw pad naar een gezonder en gelukkiger leven.

Het Leefstijlpunt is te vinden in het Brinkhuis (Laren), de Malbak (Blaricum) en het Huis van Eemnes. Wilt u tips om gezonder of fitter te worden zodat u weer lekker in uw vel komt te zitten? Kom dan vooral ook langs!

BEGELEIDING BIJ PRAKTISCHE ZAKEN

Een professional van de gemeente kan u ook eenvoudige, praktische begeleiding bieden. Bijvoorbeeld om u te helpen bij het plannen van activiteiten tijdens de dag, hulp bij het regelen van praktische zaken of een gezondere leefstijl. Hiervoor heeft u geen indicatie nodig. Wilt u meer weten, neemt u dan contact op met het informatiepunt Maatschappelijke Zaken.

BLARICUM

Malbak, Burg. Tydemanplein 3
eerste dinsdag van de maand
14.00 - 15.00 uur
elke donderdag van 9.00 - 12.00 uur

EEMNES

Huis van Eemnes, Noordersingel 4
elke dinsdag van 14.00 - 17.00 uur

LAREN

Brinkhuis, Brink 29
elke maandag van 10.00 - 13.00 uur
tweede dinsdag van de maand van
13.00 - 14.00 uur

CONTACT

Judith Kramer - Coach Gezonde
Leefstijl BEL
Tel. 06 25 33 59 39
leefstijlpunt@blaricum.nl
leefstijlpunt@eemnes.nl
leefstijlpunt@laren.nl

DE SOCIALE WIJKTEAMS

Bij het sociaal wijkteam kunt u terecht als u zich zorgen maakt over uzelf of over iemand anders. U bent welkom voor ondersteuning en advies over zaken waar u in het dagelijks leven tegenaan loopt. Als u vragen heeft, dan zoekt het sociaal wijkteam samen met u naar passende en praktische oplossingen in de directe omgeving. Als het nodig is, dan kan de wijkverpleegkundige bijvoorbeeld een indicatie voor (medische) zorg afgeven. Of de sociaal werker kan u tijdelijk ondersteunen of doorverwijzen.

Het sociaal wijkteam is onderdeel van het Leefstijlpunt en werkt samen met andere partners zoals de gemeente, wijkagenten, woningbouwverenigingen en huisartspraktijken.



Serena Stad –
Coördinator sociaal
wijkteam Blaricum
en Eemnes



Afke Nijhof –
Coördinator sociaal
wijkteam Laren

SOCIAAL WIJKTEAM BLARICUM

Inlooppreekuur:

dinsdag van 12.30 tot 13.30 uur,
Blaercom aan de
Schoolstraat 3 in Blaricum.

Tel. 035 - 750 41 38

E-mail: sociaalwijkteam@blaricum.nl

SOCIAAL WIJKTEAM EEMNES

Inlooppreekuur:

dinsdag van 16.00 tot 17.00 uur,
Huis van Eemnes aan de
Noordersingel 4 in Eemnes.

Tel. 035 - 303 46 06

E-mail: sociaalwijkteam@eemnes.nl

SOCIAAL WIJKTEAM LAREN

Inlooppreekuur:

donderdag van 13.00 tot 14.00 uur,
Brinkhuis Laren, Brink 29 in Laren

Tel. 035 - 303 46 27

E-mail: sociaalwijkteam@laren.nl

HULP BIJ UW (ZORG)VRAAG?

Heeft u hulp, zorg of een aanpassing thuis nodig? Heeft u vragen over een beperking of een chronische ziekte en zoekt u iemand die met u meedenkt? Wilt u graag iets leuks doen of anderen ontmoeten? De cliëntondersteuner van MEE geeft gratis onafhankelijke informatie, advies en ondersteuning. Zij denken met u mee en helpen u graag op de manier die bij u past, zonder de regie over te nemen.

MEE is er voor iedereen; kinderen, jongeren, volwassenen en ouderen. Voor mensen met een licht verstandelijke of lichamelijke beperking, chronische ziekte, autisme of NAH. Ook naasten en mantelzorgers kunnen bij MEE terecht.

Welke vraag u ook heeft, de cliëntondersteuner helpt u graag op weg. MEE werkt los van zorgorganisaties en de gemeente. U kunt de cliëntondersteuner van MEE telefonisch en per mail bereiken:

Tel. 035 - 303 01 64

hbel@mee-ugv.nl

www.mee-ugv.nl

INFORMATIEPUNT MAATSCHAPPELIJKE ZAKEN

U kunt hier terecht met vragen rondom hulp bij huishouden, dagbesteding, een rolstoel, woningaanpassingen en de Wmo taxi. We kijken samen met u naar een oplossing op maat.

Ook kunt u bij het Informatiepunt vragen stellen over werk en inkomen. De gemeente heeft meerdere regelingen. De consultants van het Informatiepunt kunnen u hier meer over vertellen.

CONTACTGEGEVENS

Tel. 035 - 528 12 47 op werkdagen van 8:30-17:00 uur (vrijdag tot 16:00 uur), E-mail: info@maatschappelijkezaken.nl.
Meer informatie: www.maatschappelijkezaken.nl.

U bent ook welkom op één van de inloopochtenden. Hiervoor hoeft u geen afspraak te maken.

- **Dorpshuis Blaercom Blaricum:** woensdag tussen 9.00 en 11.00 uur, Schoolstraat 3.
- **Gemeentehuis Eemnes:** donderdag tussen 9.00 en 11.00 uur, Zuidersingel 1.
- **Brinkhuis Laren:** vrijdag tussen 9.00 en 11.00 uur, Brink 29.



ELKAAR ONTMOETEN

Er zijn veel plekken waar u andere mensen kunt ontmoeten. Of waar u een hobby met elkaar kunt te delen. Bijvoorbeeld wandel- en fietsgroepen, concerten en beweeg-activiteiten. Sommige activiteiten kosten niets, voor andere betaalt u een bijdrage. Op de websites van de locaties en organisaties vindt u meer informatie.

Als inwoner van Blaricum, Eemnes of Laren bent u in alle BEL-gemeentes van harte welkom om aan activiteiten mee te doen.

LOCATIES



DE MALBAK

Burgemeester Tydemanplein 3 Blaricum
(gebruik voor navigatie:
Wetering 122, Blaricum)
Kijk voor meer informatie over alle activiteiten op www.versawelzijn.nl/ activiteiten en selecteer dan locatie Malbak. Of neem contact op met Sabine Kuperus via skuperus@versawelzijn.nl

Koffieochtend

Zin in een kopje koffie? En vindt u het leuk om anderen te ontmoeten in een ontspannen en gezellige sfeer? Op maandag t/m donderdag staat in de Malbak de koffie voor u klaar vanaf 10:00 uur. Iedereen is welkom!



DE BLAERCOM

Schoolstraat 3, Blaricum
Kijk voor meer informatie over alle activiteiten op www.blaercom.nl/activiteiten

Handwerkmiddag

Elke dinsdagmiddag is er een Stitch & Bitch café. Dat betekent dat iedereen met zijn of haar breiwerk, haakwerk of ander handwerkgerief kan komen. Laat u inspireren door anderen met wie u de passie voor handwerken deelt. Ruil patronen, leer elkaar nieuwe technieken en drink ondertussen gezellig een kopje koffie of thee. Entrée is gratis, consumpties zijn voor eigen rekening.



HUIS VAN EEMNES

Noordersingel 4, Eemnes
Kijk voor meer informatie over alle activiteiten op www.huisvaneemnes.nl/activiteiten

Seniorenbingo

Iedere eerste dinsdag van de maand van 14.00 – 16.00 uur organiseert het Huis van Eemnes een gezellige seniorenbingo. Er zijn elke maand weer prachtige prijzen te winnen! U betaalt een kleine bijdrage voor deelname.





HET BRINKHUIS

Brink 29, Laren

www.hartvanlaren.nl

De Geef-en neem tafel

Elke vrijdag van 10.00 –

12.00 uur staat in de hal van het Brinkhuis de Geef-en neem tafel. Iedereen mag spullen van de geef-en neem tafel gratis meenemen, ook voor vriendinnen, kinderen, zus, burens, etc.

Geef uzelf en een ander gratis een cadeautje! Ook kunt u spullen inbrengen voor de tafel. Alles moet wel heel, compleet, schoon en handzaam zijn. Zo krijgen spullen een tweede leven bij iemand anders.

Goed voor het milieu en goed voor de portemonnee. Meer informatie: Claudia Bleijerveld, 06 82 84 80 05, cbleijerveld@versawelzijn.nl



PAPAGENO HUIS

Helpt jongeren met autisme op weg naar een zo zelfstandig mogelijke toekomst. Er zijn veel mogelijkheden voor creatieve ontwikkeling. Ook zijn er in het huis appartementen waar 12 jongeren leren om zelfstandig te wonen.

Naarderstraat 77, Laren
www.papageno.nl

MUZIEKCENTRUM SCHERING EN INSLAG

Is het muzikale hart van Laren en omgeving. Hier zijn vele muziekverenigingen te vinden en er wordt ook privéles gegeven. Schering en inslag is ook het thuishonk van Drum- & showband MCC Laren. Kijk voor meer informatie op: www.hartvanlaren.nl/schering-en-inslag

Eemnesserweg 15a, Laren
www.hartvanlaren.nl/in-hart-van-laren/schering-en-inslag



BUURT- EN SPEELTUINVERENIGING ONS GENOEGEN

Smeekweg 104, Laren

Website: www.speeltuinlaren.nl



WOONZORGINSTELLINGEN

DE BONGERD

Jonkheer C. Roëlllaan 15 in Eemnes

Marians eethuis in de Bongerd

Op maandag, woensdag en vrijdag bent u tussen 17.30 en 18.30 uur welkom in de Bongerd voor een vers gekookte, warme maaltijd. Reserveren is niet nodig. De maaltijd bestaat uit een hoofdgerecht met een klein bijgerecht en een nagerecht. U betaalt hiervoor € 10,50. Kijk voor meer informatie op: www.marian-kookt-vers-voor-u.jimdosite.com

JOHANNESHOVE

Eemnesserweg 42, 1251 ND Laren
Kijk voor meer informatie op:
www.vivium.nl/johanneshove-agenda

De Johanneshoeve is een woonzorgcomplex van Vivium voor mensen die zelfstandig willen blijven wonen, maar hier zorg bij nodig hebben. In de Johanneshove is een restaurant aanwezig waar zowel bewoners als omwonenden uit Laren dagelijks kunnen lunchen en dineren. Ook zijn er regelmatig verschillende creatieve en culturele activiteiten, zoals concerten en exposities. Kijk voor meer informatie op: www.vivium.nl/johanneshove-agenda

ACTIVITEITEN

VERSA WELZIJN

Versa Welzijn organiseert verschillende culinaire, educatieve, sportieve en creatieve activiteiten én cursussen. Op www.versawelzijn.nl/activiteiten vindt u meer informatie. Of bel met het algemene nummer van Versa Welzijn: 035 - 623 11 00, bereikbaar ma-vr van 9:30-17:00 uur.

Vindt u het spannend om in uw eentje ergens naartoe te gaan? Neem dan contact op met één van de sociaal werkers van Versa Welzijn via het telefoonnummer hierboven.

HILVERTOURS

Hilvertours organiseert maandelijks dagjes uit voor ouderen. Bijvoorbeeld een boottocht of een bezoek aan een museum, dierentuin of de Keukenhof, etc. Voor het vervoer zijn kleine personenbusjes beschikbaar met plaats voor de rollator. Ook is er begeleiding. Kijk voor meer informatie op www.hilvertours.nl of bel 035 - 693 20 27.

DE ZONNEBLOEM

De Zonnebloem zet zich in voor mensen, die door ziekte, ouderdom of handicap lichamelijke beperkingen hebben. De stichting organiseert activiteiten zoals uit eten, een terrasje pakken, kunst en cultuur, creatieve workshops en buitenactiviteiten.

Ook zijn er vrijwilligers die op bezoek kunnen komen om samen iets te ondernemen zoals een kopje koffie drinken, gezellig bijpraten, een wandeling maken of een gezamenlijke hobby oppakken. Contact: via het sociaal wijkteam van de gemeente of www.zonnebloem.nl/eemnes www.zonnebloem.nl/laren-blaricum

STICHTING VIER HET LEVEN

Tel. 035 - 524 51 56
ma-vr 9.00 tot 12.00 uur
www.4hetleven.nl

Stichting vier het leven organiseert organiseert culturele activiteiten voor ouderen (65+) waarbij alles is geregeld. Vrijwilligers halen de ouderen thuis op om samen naar een theatervoorstelling, de film, een concert of een museum te gaan.





SPORTEN & BEWEGEN

BEL SPORTIEF EN GEZOND / BUURTSPOORTCOACHES

De buurtsportcoaches van BEL Sportief en Gezond zijn in Blaricum, Eemnes en Laren actief op het gebied van sport, bewegen en gezondheid. Een team van fanatieke buurtsportcoaches werken op basis van vraag en aanbod voor het onderwijs, kinderopvangorganisaties, verenigingen, aangepast sporten, senioren en gezondheidszorg. Met als doel om de vitaliteit te verbeteren van de inwoners van Blaricum, Eemnes en Laren.

Sport en bewegen is namelijk veelzijdig, of u nu kiest voor de gezelligheid, voor de gezondheid of voor de ontspanning. Sport en bewegen biedt mensen sociale contacten, ontspanning en plezier.

Daarnaast draagt bewegen bij aan uw zelfstandigheid, doorzettingsvermogen en een goede vitaliteit.

Al deze positieve effecten van sport en bewegen zijn voor de gemeenten Blaricum, Eemnes en Laren een reden om haar inwoners te stimuleren. Om inwoners te motiveren deel te nemen aan de veelzijdigheid van sociale- en beweegactiviteiten die binnen de gemeenten georganiseerd worden. Een groot deel van onze verenigingen zijn actief in het aanbieden van sociale- en beweegactiviteiten voor verschillende leeftijden. Er is vast en zeker een activiteit die past bij uw interesses en mogelijkheden. BEL Sportief & Gezond helpt u dan ook graag om de juiste activiteit voor u te vinden.

Zowel in Blaricum, als in Eemnes en Laren is er het Leefstijlpunt waar u naar toe kan komen met uw vragen. Informatie hierover vindt u op pagina 4.

Neem voor persoonlijk advies en informatie over sporten en bewegen contact op met Samoa Schubert, mailadres samoa@belsportiefengezond.nl

BEL Sportief & Gezond organiseert daarnaast elke maand verschillende laagdrempelige activiteiten. Enkele voorbeelden zijn de wekelijkse wandelgroep, de walking sports bij diverse sportverenigingen en de Derde helft. Kijk voor meer informatie over de activiteiten, verenigingen en advies op belsportiefengezond.nl

Tevens streeft BEL Sportief en Gezond er naar dat het voor iedereen toegankelijk is om te kunnen sporten en of bewegen. BEL Sportief en Gezond fungeert dan ook als intermediair voor het Jeugdfonds Sport & Cultuur en voor het Volwassenenfonds Sport & Cultuur. Deze regelingen maken het voor jong en oud mogelijk om financiële ondersteuning te ontvangen en deel te kunnen nemen aan sport, beweeg en cultureel aanbod. Denk daarbij aan een bijdragen voor de contributie, lesgeld of materieel. Wilt u meer informatie ontvangen? Mail naar Enzio@sportiefengezondbel.nl





VERSA WELZIJN

Versa organiseert activiteiten gericht op bewegen, zoals koersballen en Bodyflex. Ga naar www.versawelzijn.nl, zoek op 'Cursussen en activiteiten' en klik 'Sport, spel, beweging' aan.

HET INFORMATIEPUNT VAN DE GEMEENTEN

Zoekt u informatie over aangepast sporten of financiële ondersteuning? Kijk dan op de website Maatschappelijke Zaken (www.maatschappelijkezaken.nl) en ga vervolgens naar 'Vrijwilligerswerk en activiteiten' en daarna naar 'Sport en bewegen'.



VERVOER

Heeft u geen eigen vervoer en is openbaar vervoer voor u geen geschikte optie? Dan zijn er andere vormen van vervoer mogelijk.

ANWB AUTOMAATJE

Bij AutoMaatje vervoeren vrijwilligers met hun eigen auto minder mobiele mensen die niet meer zelf voor vervoer kunnen zorgen of lastig van de bestaande vervoersdiensten gebruik kunnen maken. De kosten zijn € 0,35 per km.

Wilt u hiervan gebruik maken? Bel dan twee werkdagen van tevoren tussen 9.00 en 12.30 uur met de coördinator van Versa Welzijn: 035 - 625 00 05. Versa koppelt u aan één van de beschikbare vrijwilligers bij u in de buurt en vertelt u wat het u ongeveer gaat kosten.

BOODSCHAPPENPLUS BUS (BIJVANCK)

Woont u in Blaricum Bijvanck en heeft u geen eigen vervoer meer? Dan kunt u gebruik maken van de Boodschappenplusbus. Versa Welzijn organiseert hiermee verschillende uitstapjes in de omgeving. En een keer per week kunt u samen met anderen boodschappen doen met deze bus. Bel voor meer informatie ma t/m do tussen 10:00-12:00 uur met Versa Welzijn: 035 - 528 82 69.

BRINKBUS LAREN

De Brinkbus Laren is gratis vervoer van deur tot deur voor ouderen en minder mobiele inwoners in Laren. De Brinkbus rijdt maandag t/m vrijdag in de ochtend. U kunt de Brinkbus gebruiken voor vervoer in de gemeente Laren, zoals een bezoek aan de markt of een activiteit in het Brinkhuis. Ook rijdt de bus naar het Ziekenhuis in Blaricum en het Gemeentehuis in Eemnes. Wilt u gebruik wil maken van de Brinkbus, bel dan met 06 28 93 40 13.





STICHTING ROLSTOELBUS 'T GOOI – DE ROLLYBUS

De rollybus is bedoeld voor incidenteel rolstoelvervoer van deur tot deur. Vrijwilligers rijden met de rollybus buiten 'de spitsuren'. U kunt gebruik maken van de rollybus als u lid bent van Stichting rolstoelbus 't Gooi (kosten € 11,50 per jaar). De kosten per rit bedragen € 0,45 per gereden km. binnen de regio. Daarnaast zijn er aanrijkosten (vanuit Laren). Bel voor meer informatie met 035 - 531 55 22 of kijk op www.rollybus.nl.

ROLSTOELAUTO HUREN - ZONNEBLOEM

Bij de Zonnebloem kunt u een rolstoelauto huren. De eerste keer schaft u eenmalig een autopas voor € 10,- aan. De autopas is ook te leen bij Vrijwilligerscentrale Huizen (bel hiervoor 035 - 524 14 14). De huurkosten bedragen € 45,- per dag inclusief 100 km vrij en exclusief brandstof en extra kilometerkosten. Ophaalpunt is motel de Witte Bergen Eemnes. Ga voor meer informatie en om te reserveren naar www.zonnebloem.nl/zonnebloemauto of bel 088 001 67 17.

WMO-VERVOER VIA INFORMATIEPUNT MAATSCHAPPELIJKE ZAKEN'

Lukt het niet om vervoer te regelen door een bekende of vrijwilliger? Soms komt u in aanmerking voor Wmo-vervoer. Het Wmo-vervoer kunt u gebruiken voor vervoer van deur tot deur binnen de regio, bijvoorbeeld naar de supermarkt, de sportclub of familie. Het Wmo-vervoer is niet bedoeld voor vervoer naar uw werk, dagbesteding of een opleiding.

Wilt u weten of u in aanmerking komt voor een regionale Wmo-vervoerspas? Neem dan contact op met het Informatiepunt Maatschappelijke Zaken of kom langs. Zie pagina 5 voor alle informatie.

Wilt u buiten de regio reizen? En komt u in aanmerking voor Wmo-vervoer? Dan kunt u gebruik maken van de Valys-taxi. Hiermee kunt ook buiten de regio door heel Nederland reizen. Kijk voor meer informatie op www.valys.nl



WONEN

Een fijne plek om te wonen is belangrijk. Met een of meer aanpassingen kunt u vaak langer zelfstandig blijven wonen.

SOCIALE HUURWONINGEN

Bent u op zoek naar een sociale huurwoning? Dan kunt u zich eenmalig inschrijven bij Woningnet Gooi en Vechtstreek. Daarna kunt u reageren op beschikbare woningen. U komt alleen in aanmerking voor een sociale huurwoning als uw inkomen beneden een bepaalde grens blijft. Kijk voor meer informatie op www.woningnetgooienvechtstreek.nl (Laren en Blaricum) en www.woningneteemvallei.nl (Eemnes).

NB Ook als u niet direct op zoek bent naar een woning, is het wellicht verstandig om u in te schrijven. Uw situatie kan immers veranderen.

URGENTIE AANVRAGEN

In noodsituaties kunt u voorrang krijgen op andere woningzoekenden. Hiervoor moet u eerst urgentie aanvragen. Aan een urgentieaanvraag zijn kosten verbonden die niet worden terugbetaald. Laat u vooraf goed informeren. Kijk voor meer informatie op www.woningnetgooienvechtstreek.nl (Laren en Blaricum). Kijk op de website www.urgentiecommissie.nl onder het kopje 'gemeente Eemnes' voor meer informatie over het urgentiebeleid en de wijze waarop u urgentie kunt aanvragen.

VRIJE SECTOR HUURWONING

Komt u bijvoorbeeld vanwege uw inschrijfduur of inkomen niet in aanmerking voor een sociale huurwoning? Dan kunt u via de 'gewone weg' op zoek naar een woning. Dat kan bijvoorbeeld via de websites van Funda of Pararius.



WONINGAANPASSINGEN

Soms zijn kleine aanpassingen al genoeg om toch in uw eigen huis te blijven wonen. Hierbij kunt u denken aan het weghalen van vloerkleden, het plaatsen van een tweede trapleuning, beugels om u aan vast te houden, antislip-tegels, een wc-verhoger of een douchestoel. In de meeste gevallen moet u kleine aanpassingen zelf regelen. Deze aanpassingen worden gezien als algemeen gebruikelijk: ze zijn niet alleen bedoeld voor mensen met een beperking en gewoon in de winkel te koop. De meeste grote aanpassingen lopen wel via de gemeente (zie volgend onderwerp). Misschien kan familie of een bekende u helpen met wat kleine aanpassingen in uw huis. Er zijn ook vrijwilligers die u hierbij kunnen helpen. Vrijwilligershulp is gratis. De materialen betaalt u zelf. Neem hiervoor contact op met Versa Vrijwilligerscentrale, 06 82 31 10 97 of info@vcbel.nl.

WONINGAANPASSINGEN VIA DE GEMEENTE

Soms zijn grotere aanpassingen nodig om ervoor te zorgen dat u veilig thuis kunt blijven wonen, zoals een traplift, het verlagen van drempels en het verbreden van deuren. Heeft u een vraag over aanpassingen in of aan uw huis of wilt u met ons in gesprek? Neem dan contact op met het Informatiepunt Maatschappelijke Zaken of kom langs. Zie pagina 5 voor alle informatie.

EEN ERGOTHERAPEUT LATEN MEEDENKEN

Weet u niet goed welke aanpassingen er allemaal nodig zijn? Dan kan een ergotherapeut bij u thuis langskomen. Een ergotherapeut denkt met u mee en geeft advies. De kosten voor een ergotherapeut worden vaak vergoed door uw zorgverzekering. U kunt uw huisarts om advies vragen over het inzetten van een ergotherapeut. De cliëntondersteuner van MEE kan hier ook in ondersteunen. Kijk voor contactgegevens op pagina 5.



VRIJWILLIGERSWERK

Wilt u graag iets betekenen voor uw medemens?
Dan zijn er vele mogelijkheden om als vrijwilliger
aan de slag te gaan in Blaricum, Eemnes of Laren.

VRIJWILLIGERSCENTRALE BLARICUM, EEMNES EN LAREN

Helpen in de moestuin van een verpleeghuis of als overblijfmoeder, bestuurslid zijn bij een vereniging of minder mobiele dorpsgenoten met de auto halen en brengen. Vrijwilligers zijn overal, ook in onze gemeente. Heeft u tijd om u in te zetten voor een ander, om u talenten te ontdekken of uw kennis te delen? Bij de Vrijwilligerscentrale in Blaricum, Eemnes en Laren vindt u alle vacatures van verenigingen, instellingen en organisaties in de gemeenten. Of ga naar één van de inloopspreekuren om u in een persoonlijk gesprek te laten informeren over passend vrijwilligerswerk. Bezoek de website van de Vrijwilligerscentrale voor de actuele vacatures.

Neem voor meer informatie contact op
met de Vrijwilligerscentrale:

Tel. 06 82 31 10 97

Website: www.vcbel.nl

E-mail: info@vcbel.nl



INLOOPSPREEKUREN

Blaricum:

Blaercom, Schoolstraat 3 (op afspraak)
Dinsdag 10.00 - 11.30 uur,
De Malbak, Wetering 122

Eemnes:

Elke 1e en 3e donderdag van de
maand van 13.30 - 15.00 uur,
Huis van Eemnes, Noordersingel 4

Laren:

Donderdag 10.00 – 11.30 uur,
Raadhuis Laren; Eemnesserweg 19



LANGER ZELFSTANDIG WONEN

Er zijn er verschillende mogelijkheden om veilig en prettig zelfstandig te blijven wonen.



ALARMERING

Als u thuis woont is het prettig om snel hulp te krijgen wanneer dit nodig is, bijvoorbeeld als u bent gevallen. Met een personen alarmsysteem roept u met één druk op de knop hulp in. Die hulp komt van iemand in uw directe omgeving of u wordt doorverbonden naar een meldkamer. Als alarmering medisch noodzakelijk is, betaalt uw zorgverzekering soms een deel van de kosten. Voor meer informatie over alarmeringen kunt u contact opnemen met het sociaal wijkteam van uw gemeente. Zie pagina 4 voor de contactgegevens. Ook zijn er smartwatches met een alarmeringsfunctie.



MAALTIJDEN

Voor een (bezorg)maaltijd kunt u bij meerdere aanbieders terecht. Hieronder een aantal aanbieders uitgelicht.

GOOISE & EEMLANDSE TAFEL MAALTIJDSERVICE

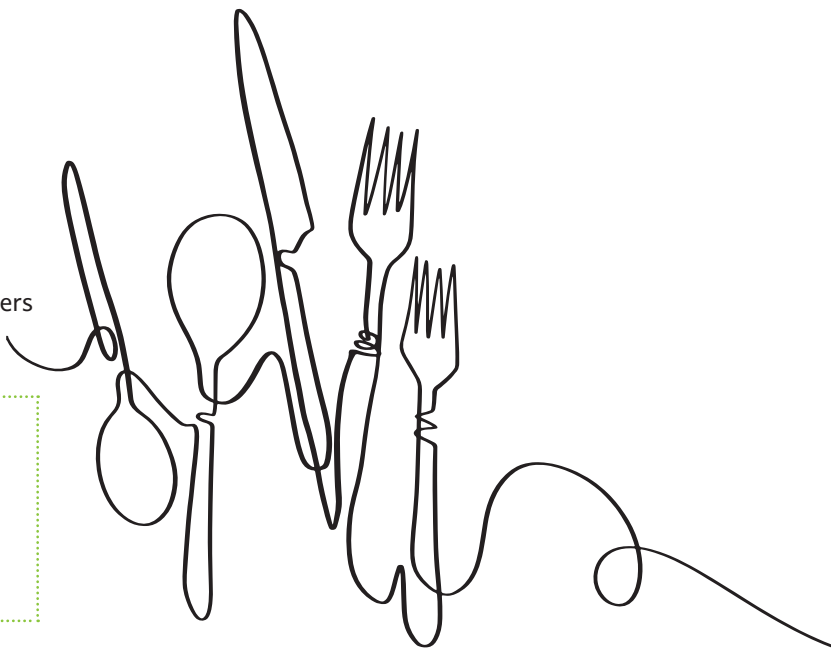
Gooise & Eemlandse Tafel Maaltijdservice bezorgt dagelijks verse, gezonde maaltijden aan huis. Kijk voor meer informatie op www.gooisetafel.nl of bel met 035 - 203 12 77.

MARIAN KOOKT VERS VOOR U

Marian kookt op maandag, woensdag en vrijdag voor 55-plussers verse maaltijden in de Bongerd in Eemnes. Vanaf 17.30 uur bent u welkom, reserveren is niet nodig. Tegen een kleine vergoeding is het ook mogelijk om de maaltijd thuis te laten bezorgen in Blaricum, Eemnes en Laren. Bel voor meer informatie met Marian: 06 12 72 72 26 of kijk op marian-kookt-vers-voor-u.jimdosite.com.

MAALTIJDEN JOHANNESHOVE LAREN

In het restaurant van de Johanneshove in Laren bent u elke dinsdagavond vanaf 17.30 uur welkom aan de aanschuiftafel voor een verse daghap. Daarnaast kunt u hier elke dag vers bereide maaltijden ophalen. Laten bezorgen door een vrijwilliger kan ook. Neem voor meer informatie contact op met het restaurant: 035 - 539 52 45 of kijk op www.vivium.nl/johanneshove-restaurant.



BIBLIOTHEEK AAN HUIS

Bent u aan huis gebonden? Dan kan een vrijwilliger boeken of andere materialen van de bibliotheek bij u thuis brengen. Bel voor meer informatie Ineke van Paridon: 035 - 525 74 10 of ga naar www.bibliotheekhbl.nl/diensten/bibliotheek-aan-huis



VRIJWILLIGE THUISHULP

Woont u zelfstandig, heeft u hier hulp bij nodig, maar kunt u niet altijd rekenen op iemand uit uw omgeving? Neem dan contact op met Versa Vrijwillige Thuishulp via 035 - 625 00 00 (bereikbaar van ma-vr 10:00-13:00 uur) of via vthbel@versawelzijn.nl. Of kijk op www.versawelzijn.nl/hulp-advies/vrijwillige-thuishulp/. Versa helpt u zoeken naar een vrijwilliger die bijvoorbeeld een klusje in huis of in de tuin doet, of die u (tijdelijk) helpt met boodschappen.



MANTELZORGONDERSTEUNING

Zorgt u voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende ouder, kind, ander familielid, vriend of buur? Dan bent u mantelzorger. U hoeft uzelf natuurlijk geen mantelzorger te noemen. Het gaat erom dat u langdurig voor iemand zorgt vanuit uw persoonlijke betrokkenheid.

Het is vaak fijn om er voor een dierbare te zijn. Het geeft voldoening en toch kan deze zorgtaak zwaar zijn. Eerst denkt u 'dat doe ik wel even', maar dan blijkt het ingrijpender of langduriger te zijn. Het zorgen duurt vaak langer dan je vooraf had gedacht. Daarom is het belangrijk dat u niet alleen goed voor de ander zorgt, maar ook aandacht voor uzelf hebt en tijdig aan de bel trekt voor ondersteuning.

Wilt u contact met anderen die in een soortgelijke situatie zitten? Of stoom afblazen bij iemand met een luisterend oor? Het is heel gewoon en begrijpelijk dat je hier als mantelzorger behoefte aan hebt. Wat precies nodig is, is voor iedereen anders. Neem gerust contact op met de gemeente of met Versa Welzijn voor het aanbod aan mantelzorgondersteuning in Blaricum, Eemnes en Laren.

VERSA WELZIJN

Mantelzorgondersteuning
(praktisch en emotioneel),
cursussen en lotgenotencontact
Tel. 035 - 623 11 00
www.versawelzijn.nl/mantelzorgers
info@versawelzijn.nl

VERVANGENDE ZORG (RESPIJTZORG)

U kunt alleen goed voor een ander zorgen als u ook tijd voor uzelf hebt. Dit kan gaan om een uurtje sporten of een avondje voor uzelf. Maar ook om dagbesteding of logeeropvang voor degenen voor wie u zorgt. Dit noemen we ook wel vervangende zorg of respijtzorg. Er zijn verschillende manieren om de zorg met anderen te delen. Bijvoorbeeld door te praten met mensen in je omgeving of met vrijwilligers. Dat kan incidenteel of structureel bij u thuis of buitenshuis. Welke zorg u kiest, hangt af van uw wensen en de wensen van degene voor wie u zorgt. Heeft u behoefte aan vervangende zorg? Neem dan contact op met het informatiepunt Maatschappelijke Zaken of met Versa Welzijn om de mogelijkheden te bespreken. Hieronder vindt u diverse vormen van respijtzorg in Blaricum, Eemnes en Laren.

VRIJWILLIGE THUISSHULP INTENSIEF

Is iemand in uw huishouden langdurig ziek is en heeft diegene veel zorg en aandacht nodig? Een vrijwilliger kan deze zorg van u overnemen, zodat u met een gerust hart even weg van huis kan gaan. Neem voor meer informatie contact op met Annemiek van den Ban, aban@versawelzijn.nl, 06 57 83 00 12 (di, do en vr van 9.00 tot 12.00) of (035) 625 00 00 (ma t/m vr 10-13 u), vthbel@versawelzijn.nl

'DE ONTMOETING' IN HET HUIS VAN EEMNES

Elke dinsdag van 10:00 - 16:00 uur is er een gezellig samenzijn waarin u mee kunt doen met een zelfgekozen activiteit, zoals handwerkjes, tekenen, schilderen, puzzelen of een spelletje. Kosten: 3 euro.

Aanmelden van tevoren bij Lizzy Pellikaan,
06 82 34 26 72, lpellikaan@versawelzijn.nl

DAGJE BLAERCOM

Deze activiteit is vergelijkbaar met Dagje Hart van Laren (zie hierboven). Elke maandag en woensdag van 10:00 tot 16:00 uur bent u welkom in de Blaercom in Blaricum. Kosten: 10 euro incl. lunch.

Aanmelden van tevoren bij Bernadette van Hees,
06 11 07 91 10, bhees@versawelzijn.nl of
bij Lizzy Pellikaan, 06 82 34 26 72, lpellikaan@versawelzijn.nl.

ONTMOETINGSCENTRUM EEMNES VAN KING ARTHUR GROEP

In Eemnes is er voor jonge mensen met een (beginnende) vorm van dementie op de woensdag een dagprogramma. In de ochtend is er een actief sportprogramma en in middag trekt de groep eropuit voor een wandeling. Neem voor meer informatie over deze dagbesteding contact op met Jan Baars, 06 18 41 21 48, jan.baars@kingarthurgroep.nl.

Voor deze dagbesteding is een indicatie nodig. Neem hiervoor contact op met het informatiepunt van Maatschappelijke zaken (zie pagina 5).

DAGJE HART VAN LAREN

“Dagje Hart van Laren” is een vorm van dagbesteding voor inwoners van Laren met een fysieke beperking, met beginnende geheugenproblemen, of zij die door andere oorzaken minder goed zelf invulling aan de dag kunnen geven. Hun mantelzorgers hebben even de handen vrij om een dagje iets voor zichzelf te doen. Hart van Laren is elke dinsdag van 10:30 tot 15:00 uur in het Brinkhuis in Laren, Brink 29. Kosten: 8,00 euro incl. lunch. Aanmelden van tevoren bij Monique Hermsen, 06 83 67 26 78, mhermsen@versawelzijn.nl

DAGBESTEDING DEMENTIE

Heeft u geheugenproblemen of dementie en woont u nog thuis? Dan kunt u mogelijk terecht bij dagbehandeling Larikshof/De Leilinde in woonzorgcentrum De Stichtse Hof in Laren. Hier kunt u zichzelf zijn, anderen ontmoeten en uw ervaringen delen. Neem voor meer informatie contact op met Vivium: 035 - 692 47 35.

Voor deze dagbesteding is een indicatie nodig. Neem hiervoor contact op met het informatiepunt van Maatschappelijke zaken (zie pagina 5).

PARKINSON CAFÉ LAREN

Het Parkinson Café is een vrij toegankelijke organisatie, waar mensen met Parkinson en hun naasten en mantelzorgers zich kunnen herkennen en ontmoeten. Ook zijn er o.a. beweegactiviteiten.

Kijk voor meer informatie op www.parkinson-vereniging.nl/parkinson-cafe-laren. Of bel of mail Anky Perdijk via 035 – 531 30 74 / 06 12 43 42 92 of info@parkinsoncafe-laren.nl

ONTMOETINGSCENTRUM LAREN VAN DE KING ARTHUR GROEP

Het ontmoetingscentrum Laren is een dagbestedingslocatie voor mensen met een (beginnende) vorm van dementie. De dagbesteding zit in het muziekcentrum Schering en Inslag. Er worden diverse activiteiten aangeboden en bewegen staat hoog in het vaandel. Voor meer informatie over de dagbesteding: www.kingarthurgroep.nl/laren

Voor deze dagbesteding is een indicatie nodig. Neem hiervoor contact op met het informatiepunt van Maatschappelijke zaken (zie pagina 5).

PAPAGENO HUIS

Het Papageno Huis biedt dagbesteding en werkervaring voor jongeren met autisme. Zij leren hun dag in te delen. Er is ruimte voor de meest uiteenlopende activiteiten: van dansen tot kickboksen.

Kijk voor meer informatie op www.papageno.nl.

HET GEHEUGENHUIS IN HUIZEN

Het GeheugenHuis is een ontmoetingsplek in Wijkcentrum de Draaikom (Draaikom 2 in Huizen). Het is bedoeld voor én door mensen met (beginnende) geheugenproblemen/dementie en hun mantelzorgers. U kunt hier terecht voor contacten, emotionele steun, activiteiten, informatie en advies. Daarnaast zijn mensen die zich eenzaam voelen, mensen met een GGZ-achtergrond en mensen met een verstandelijke beperking ook van harte welkom.

Kijk voor meer informatie op www.versawelzijn.nl/hulp-advies/geheugenhuis of bel 06 15 03 69 63 (tussen 9.00 en 13.00 uur). Het GeheugenHuis is geopend op: maandag t/m donderdag van 10:00-15:00 uur en vrijdag 10:00-13.30 uur.

ALZHEIMERCAFÉ HBEL

Voor mensen met (beginnende) geheugenproblemen en hun naasten is er elke 3^e donderdag van de maand een Alzheimercafé in de Brassershoeve, Waterstraat 2 Huizen. Aanvang: 19.30 uur (tot ca. 21.00 uur). De zaal is open vanaf 19.00 uur. Voor contact en meer informatie: gooi@alzheimerwilligers.nl en de website: <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/gooi-en-omstreken/alzheimer-cafe-huizen>



ZIEKTE, ROUW OF OVERLIJDEN

Als u te maken krijgt met ziekte, rouw of overlijden, dan is het goed om te weten waar u terecht kunt voor een steuntje in de rug.

PRATEN OVER UW PROBLEMEN

Zit u niet lekker in uw vel? Bijvoorbeeld omdat u vastloopt in uw leven, relatie of werk. U kunt kosteloos een gesprek inplannen met een maatschappelijk werker. Bel hiervoor naar Versa Welzijn via 035 - 623 11 00 voor een afspraak.

Ook kunt u dag en nacht contact opnemen met een deskundige vrijwilliger die naar u luistert. Tel. 0900 07 67 of chat via www.deluisterlijn.nl

ROUWVERWERKING

Geregeld bieden uitvaartondernemingen rouwverwerking, begeleiding en praatgroepen. In veel gevallen is deze nazorg zonder extra kosten.

Het Verliespunt is een ontmoetingsplaats met de ongedwongen sfeer van een café waar praten over de dood geen taboe is. Vaak is er een spreker rondom een bepaald thema. Het is vier keer per jaar op een zondagmiddag van 14:00 -16.30 uur in het Huis van Eemnes, georganiseerd door Humanitas en Versa Welzijn. Neem voor meer informatie contact op met Claudia Bleijerveld, cbleijerveld@versawelzijn.nl, 06 82 84 80 05 of Afke Nijhof, anijhof@versawelzijn.nl, 06 57370520.



VIORE

Viore in Hilversum is er voor mensen die met kanker te maken hebben en hun naasten. Bijvoorbeeld via activiteiten, ontmoeting en ondersteuning. Kijk voor meer informatie op www.viore.org of neem contact op met Viore via 035 - 685 35 32 of info@viore.org

MAATJE, BEZOEK DOOR VRIJWILLIGER

Versa kan een maatje/buddy zoeken voor mensen met een beperking door bijvoorbeeld ouderdom, een chronische ziekte, een lichamelijke of verstandelijke beperking en hun mantelzorgers. Neem contact op met Versa Welzijn via 035 - 625 00 00



VRIJWILLIGE PALLIATIEVE TERMINALE ZORG GOOI EN VECHTSTREEK

De Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg bieden zorg en ondersteuning aan terminaal zieke mensen en hun mantelzorgers in hun eigen vertrouwde omgeving. Dat kan zijn thuis, of "thuis" in een verpleeghuis of andere zorginstelling. Kijk op www.vptzgooienvechtstreek.nl

Voor meer informatie of neem contact op met:
regiocoördinator: 06 11 33 08 30,
regiocoordinator@vptzgooienvechtstreek.nl
coördinatoren: 06 22 51 82 50 / 06 15 51 29 90,
zorgaanvragen@vptzgooienvechtstreek.nl

HOSPICE

In de laatste, terminale fase van het leven thuis worden verzorgd, is om allerlei redenen niet altijd mogelijk of wenselijk. Een hospice is een gastvrije plek waar iedereen die naar verwachting nog slechts korte tijd te leven heeft, kan worden verzorgd. Deze organisaties bieden een hospice:

HOSPICE HUIZEN

Gooierserf 126 Huizen
Tel. 035 - 720 07 10
www.hospicehuizen.nl
info@hospicehuizen.nl

HOSPICE KAJAN

Borneolaan 16
1217 HA Hilversum
Tel. 035 - 672 87 40
www.hospicekajan.nl
info@hospicekajan.nl





HULP MET UW ADMINISTRATIE

Heeft u behoefte aan hulp bij geldzaken en uw administratie? Dan zijn er verschillende mogelijkheden.



VIA DE RIJKSOVERHEID

Met toeslagen en regelingen helpt de overheid mensen die niet rond kunnen komen. Zo kunt u financiële hulp krijgen bij kosten zoals huur, zorg, kinderopvang en dagelijkse uitgaven. Er zijn wel regels en voorwaarden aan verbonden.

HUURTOESLAG

Onder bepaalde voorwaarden kunt u bij een laag inkomen huurtoeslag ontvangen. Lees hier meer over op www.belastingdienst.nl met als zoekwoord "huurtoeslag"

ZORGTUESLAG

Bij een laag inkomen, komt u mogelijk in aanmerking voor zorgtoeslag. Meer informatie vindt u op www.belastingdienst.nl met als zoekwoord "zorgtoeslag"

GEMEENTELIJKE REGELINGEN

De gemeente biedt hulp bij geldzaken en administratie. Via de website www.berekenuwrechtplus.nl kunt u nagaan of u in aanmerking komt voor gemeentelijke regelingen. Enkele voorbeelden van gemeentelijke regelingen zijn bijzondere bijstand en schuldhulpverlening:

BIJZONDERE BIJSTAND

Heeft u een laag inkomen en moet u bijzondere en noodzakelijke kosten maken, die u nergens anders vergoed kunt krijgen? Dan komt u mogelijk in aanmerking voor bijzondere bijstand. Voor informatie over bijzondere bijstand kunt u contact opnemen met het Informatiepunt Maatschappelijke Zaken of kom langs (zie pagina 5).

SCHULDHULPVERLENING

Heeft u schulden opgebouwd, om welke reden dan ook, en lukt het u niet om ze af te lossen? Dan kunt u mogelijk gebruik maken van schuldhulpverlening. Neem dan contact op met het Informatiepunt Maatschappelijke Zaken of kom langs (zie pagina 5).

WEGWIJSCAFÉ HOLLEBLOK

Heeft u vragen over formulieren, toeslagen of financiële regelingen? In 'Wegwijs Holleblok' zitten mensen van verschillende organisaties die je kunnen helpen of die weten waar je hulp kunt vinden. Het Wegwijscafé Holleblok is elke woensdag van 10:00 tot 12:00 uur in wijkcentrum Holleblok, Holleblok 2 in Huizen. Neem voor meer informatie contact op met Wanda Griffioen, 06 46 79 93 75 of 06 30 18 49 50

BUDGETCOACH

De Budgetcoach is er om u te helpen en te adviseren bij problemen rondom geld en (voorkoming van) schulden. De Budgetcoach kan u wijzen op het bestaan van allerlei hulpregelingen en samen met u onderzoeken welke hulp er nodig is. Wilt u meer informatie? Neem dan contact op met de budgetcoach door te bellen naar:

06 13 39 05 50 of mail naar:

budgetcoach@eemnes.nl,
budgetcoach@laren.nl of
budgetcoach@blaricum.nl



HUMANITAS INLOOFSPREEKUUR

De vrijwilligers van Humanitas helpen om financiën en administratie op orde te brengen én te houden. Niet één keer, maar wekelijks. Wilt u uw inkomsten en uitgaven op een rij te krijgen, nagaan waar u recht op heeft of wilt u een overzichtelijk huishoudboekje? Bijna iedereen voelt zich na korte tijd enorm geholpen en na langere tijd kunnen mensen vaak weer zelfstandig verder.

Een afspraak maken is niet nodig. U kunt gewoon binnenlopen op de volgende momenten:

- Elke donderdag in het Brinkhuis in Laren van 14:00 tot 16:00 uur.
- Elke vrijdag in het Huis van Eemnes van 10:00 tot 12:00 uur.
- Elke vrijdag in De Malbak in Blaricum van 11.00 tot 12.00 uur

COMPUTERCURSUS

U kunt bij verschillende organisatie terecht voor een computercursus. Kijk op de websites voor meer informatie.

BRASSERSHOEVE (HUIZEN)

debrassershoeve.nl

Tel. 035 – 525 69 83

info@debrassershoeve.nl

'T GILDE GOOI NOORD

gildegooinoord.nl

Tel. 035 - 524 23 13

info@gildegooinoord.nl

VERSA WELZIJN

versawelzijn.nl/volwassenen-en-senioren/computervaardigheden

Tel. 035 - 623 11 00

info@versawelzijn.nl

SENIORWEB

Krijg in dit digitale tijdperk ondersteuning van Seniorweb. Kijk voor Laren en Blaricum op: www.seniorweblaren.nl en voor Eemnes: www.seniorweb.nl/cursussen/computerles-in-de-buurt/eemnes/eemnes

INFORMATIEPUNT DIGITALE OVERHEID

Bij het Informatiepunt Digitale Overheid in de Bibliotheek kunt u terecht met vragen over onder andere uw DigiD, Belastingen en toeslagen, Werk of uitkering. Kom langs bij de Bibliotheek in het Brikhuis Laren of in het Huis van Eemnes. Kijk voor meer informatie op: gooi.hetinformatiepunt.nl

ADMINISTRatieve ONDERSTEUNING VERSA

Versa Welzijn biedt reguliere administratieve ondersteuning. Daarnaast is er in maart en april op afspraak hulp mogelijk bij het invullen van de belastingaangifte als u zorg en/of huurtoeslag ontvangt.

Ook biedt Versa via de PC Helpdesk hulp aan 50plussers op werkdagen van 10:00 – 12:00 uur in het Brinkhuis in Laren. U kunt uw eigen laptop, tablet, smartphone of ereader meenemen. Er zijn ook computers aanwezig. Kijk voor meer informatie op www.versawelzijn.nl of bel met 035 - 623 11 00.



VEILIGHEID

**Voelt u zich weleens onveilig in uw huis?
Of maakt u zich zorgen over iemand in uw omgeving?**

Iedereen is wel eens kwaad. Maar er is echt een probleem als iemand de boosheid met geweld afreageert op een partner, een kind, een vriend(in), ouders of een huisdier. Dan is het goed om hulp te vragen. Hoe eerder, hoe beter. Veilig Thuis is er voor iedereen die te maken heeft met kindermishandeling, huiselijk geweld of ouderenmishandeling.

HEEFT U TE MAKEN MET GEWELD IN UW OMGEVING?

Huiselijk geweld en mishandeling komen nog steeds op grote schaal voor. Hieronder valt ook financieel misbruik waarbij bijvoorbeeld zonder uw toestemming geldopnames of kosten zijn gemaakt. In actie komen is belangrijk. Bel 0800 2000 (gratis). Of kijk voor meer informatie op www.veiligthuisgv.nl (Blaricum en Laren) of op www.veiligthuisutrecht.nl (Eemnes).

Is er direct sprake van een onveilige situatie of een crisis en heeft u meteen hulp nodig? Bel dan met 112.

U MAAKT ZICH ZORGEN OM IEMAND

Als u zich zorgen maakt om iemand anders, dan is het heel goed dat u de eerste stap zet. Want ook al weet u het misschien niet zeker: er moet iets gebeuren. Voor advies en hulp neemt u contact op met Veilig Thuis via het 0800 2000 (gratis). De Crisisdienst van Veilig Thuis is ook na kantooruren bereikbaar via dit nummer. U kunt ook anoniem bellen. Als u belt dan kan Veilig Thuis samen met u bekijken wat er nodig zodat alle betrokkenen weer veilig zijn; wat u daar in kunt doen, maar ook of Veilig Thuis daar iets in kan betekenen.



B

E

L