

Seniorenwijzer 2024

de experimentele ezelsbrug



Klik op het onderwerp

blz.

- 02 Maaltijden
- 03 Wonen
- 04 Vervoer
- 05 Activiteiten (agenda, buurtcentra)
- 06 Activiteiten (cultuur, sport, chronisch ziekte)
- 07 Geldzaken (hulp en ondersteuning)
- 08 Advies (hulp en ondersteuning)
- 09 Hulp en zorg thuis (en mantelzorg)
- 10 Zorg buitenshuis (verzorgd wonen, logeerszorg)
- 11 Gemeente Heemskerk
- 12 Zelf hulp bieden?

**Snelle antwoorden.
Gericht op één onderwerp.**

**Meer weten over preventie, werk,
inkomen, zorg of welzijn?
Het Serviceplein van de
gemeente.**

**Waar kunt u helpen?
En waarmee?**

Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of E > naar e-mail / contactsite, T > belt nummer, W > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina

Maaltijden

Klik op de ezel om naar de inhoudsopgave te gaan >>



Na een ziekenhuisopname kan zelf koken net teveel zijn. Of misschien valt het u gewoon zwaar om iedere dag een warme maaltijd klaar te maken. Dan kunt u maaltijden aan huis laten bezorgen. Warm of koelvers. Dat laatste betekent dat u de maaltijden zelf opwarmt in een magnetron. U kunt ook buiten de deur eten, samen met andere ouderen.

Handgraaf

Leliestraat 2 t/m 10
1943 LK Beverwijk
T [0251 – 22 76 93](tel:0251-227693)
E info@handgraafmaaltijden.nl
W www.handgraaf-maaltijden.nl
> Koude en warme maaltijden.

Apetito

T [088 - 2012 123](tel:088-2012123)
W www.apetito.nl
> Diepvries maaltijden
en warme maaltijden.
Vers aan tafel Maaltijdservice
Nikkelstraat 2
8211 AJ Lelystad
T [085 401 64 44](tel:0854016444)
W www.versaantafel.nl

HelloFresh

T [020 – 760 20 14](tel:020-7602014)
E www.hellofresh.nl/contact-us
W www.hellofresh.nl
> Wekelijks wordt een box met gezonde
recepten en verse ingrediënten gratis
bezorgd.

Thuisbezorgd

W [www.thuisbezorgd.nl/eten-bestellen-
heemskerk](http://www.thuisbezorgd.nl/eten-bestellen-heemskerk)
>bestellen bij restaurants

Thuisgekookt

W www.thuisgekookt.nl/
>Verse maaltijden aan huis voor en door
buurtgenoten

Uitgekookt

Manenberggring 4
8271 RX IJsselmuiden
T [085-0406065](tel:085-0406065)
E info@uitgekookt.nl
W www.uitgekookt.nl/

Vers aan Tafel

T [085 4016 444](tel:0854016444)
E klantenservice@versaantafel.nl
W versaantafel.nl
> bezorgd door heel het land

Viva! Zorggroep Maaltijdservice

T [088 - 9958822](tel:088-9958822)
E maaltijdservice@vivazorggroep.nl
W www.vivazorggroep.nl
W www.vivazorggroep.nl/ledenservice
> Koelverse maaltijden.

Viva! Zorggroep Open eettafel

T [088 - 995 80 00](tel:088-9958000)
E info@vivazorggroep.nl
W www.vivazorggroep.nl
> **2 dagen van te voren opgeven
boven 2 personen altijd reserveren**

Open eettafel Westerheem

Westerheem 90
1964 EJ Heemskerk
T [088 - 995 72 50](tel:088-9957250)

Open tafel Sint Agnes

Zamenhof 65
1962 GA Heemskerk
T [088 – 995 72 00](tel:088-9957200)

Open tafel Heemswijk

Heemswijk 1
1964 RM Heemskerk
T [088 – 995 73 00](tel:088-9957300)

Open tafel Meerstate

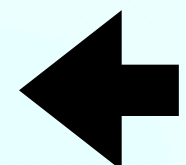
Mozartstraat 91
1962 AB Heemskerk
T [088 – 995 74 00](tel:088-9957400)

Open tafel Waterrijck

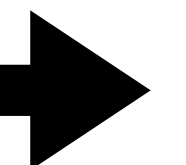
Lessestraat 8
1966 SG Heemskerk
T [088 - 995 78 60](tel:088-9957860)

Serviceplein Heemskerk

(in het gemeentehuis).
Kijk op [pagina 11](#) of:
T [14 0251](tel:140251)
E info@servicepleinheemskerk.nl
W www.servicepleinheemskerk.nl/
>U kunt [contact opnemen](#) met
medewerkers van het serviceplein voor
ondersteuning hierbij.
> Zie Gemeente Heemskerk op [pagina 11](#).



Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of E > naar e-mail / contactsite, T > belt nummer, W > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina



In de gemeente Heemskerk zijn verschillende woningen voor ouderen: aangepaste ouderenwoningen in de wijk, woongroepen of aanleunwoningen bij een woonzorgcentrum. Ouderenwoningen zijn bestemd voor ouderen vanaf 65 jaar. Voor een aanleunwoning moet u 75-plusser zijn. Sociale huurwoningen (naar maximum huur) zijn alleen beschikbaar voor mensen met belastbaar gezinsinkomen ([gegevens op serviceplein, ga naar pagina 11](#)). Als u in aanmerking wilt komen voor een huurwoning moet u zich inschrijven bij www.mijnwoonservice.nl. Daar kan iemand zich inschrijven en meeloten op woningen. Woon op Maat biedt hulp bij het inschrijven bij www.mijnwoonservice.nl en bij het downloaden van de app op iemands telefoon.

AANPASSINGEN/KLACHTEN

Serviceplein Heemskerk

[Gegevens op serviceplein, zie pagina 11](#)

> Voor aanvraag woningaanpassingen, bijv. traplift en drempelnivellering.

Fixi

Wilt u een melding (of klacht) doorgeven over de openbare ruimte? Zoals een losliggende tegel, kapotte lamp, loshangende tak of overvolle prullenbak?

Dan kunt u dit zelf doen:

T [14 0251](tel:140251)

W www.heemskerk.nl/melden-en-meedoen/buurtmelding

W Fixi.nl

> App downloaden via Apple/Android.

WONINGBOUWCORPORATIES

WOONopMAAT

Jan Ligthartstraat 5
1965 BE Heemskerk

T [0251 – 25 60 10](tel:0251256010)

E post@woonopmaat.nl

W www.woonopmaat.nl

Pré Wonen

Rijksweg 347

1991 AB Velsbroek

T [088 770 0000 \(24/7\)](tel:0887700000)

E mail@prewonen.nl

W <https://www.prewonen.nl/>

PARTICULIER WONINGAANBOD

St. Agnes Woning Stichting

Maerten van Heemskerckstraat 27A

1964 EC Heemskerk

T [0251-239480](tel:0251239480)

E info@sint-agnes.nl

W www.sint-agnes.nl

> Patiowoningen, kleinere woningen en appartementen in diverse wijken.

MVGM Woningmanagement

Naritaweg 211

1043 CB Amsterdam

T [088 4324169](tel:0884324169)

E <https://ikwilhuren.nu/contact>

W www.ikwilhuren.nu

> Woningen aan Raadhuisstraat en Zamenhof.

Woonzorg Nederland

Professor E.M. Meijerslaan 3

1183 AV Amstelveen

T [020 – 666 26 66](tel:0206662666)

E <https://www.woonzorg.nl/huurzaken/bewonersconsulent-vinden>

W www.woonzorg.nl

WOONGROEPEN

Woongroep Beijenlust

Koekoek 29

1965 EA Heemskerk

E woongroepbeijenlust@gmail.com

Woongroep Burisbeek

Zandhaver 35

1964 KT Heemskerk

T [0251 – 24 34 60](tel:0251243460)

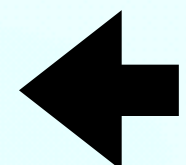
AANLEUN / ZORGGEBONDEN

Inschrijven via www.mijnwoonservice.nl

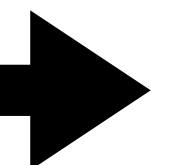
Woon op Maat biedt hulp bij het inschrijven bij www.mijnwoonservice.nl en bij het downloaden van de app op iemands telefoon.

OVERZICHT AANLEUNWONINGEN

- **Westerheem**
Aan de Johan Brouwerstraat en de Van Hamelstraat, Heemskerk
- **Woonzorgcomplex Waterrijck**,
 - Lessestraat 8, Heemskerk
- **Woonzorgcentrum Sint Agnes**
Zamenhof 67-73
- **Waterrijck**
Jan van Kuikweg 7 A t/m R



Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of **E** > naar e-mail / contactsite, **T** > belt nummer, **W** > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina



Als u niet meer kunt of mag autorijden, hoeft u niet thuis te blijven. Maak gebruik van speciaal vervoer en van vervoersvoorzieningen voor ouderen en mensen met een beperking.

Nederlandse Spoorwegen (informatie, kaartjes etc.)

T informatie [0900 9292](tel:09009292), service [030 7515155](tel:0307515155)

T spoorwinkel [0886721002](tel:0886721002)

W www.ns.nl

Connexxion busvervoer (informatie en reistijden)

T [0900 – 266 63 99](tel:09002666399)

W www.connexxion.nl

VERVOERSPASSEN

Regiovervoerspas (OV-taxi via RegioRijder) en Valys-pas

aan te vragen via **Serviceplein**.

> De OV-Taxi is regionaal aangepast openbaar vervoer. Vervoerspas uitsluitend via de Wmo.

> Valys is voor sociaal-recreatieve uitstapjes buiten uw regio, voor reizigers met een mobiliteitsbeperking.

> Aanvraag Valys-pas ook via internet mogelijk: zie **Valys**

Serviceplein Heemskerk (aanvraag, informatie, ook [pagina 11](#))

T [14 0251](tel:140251)

E info@servicepleinheemskerk.nl

W www.servicepleinheemskerk.nl/

OV taxi RegioRijder (informatie, handboekje)

T [0900 - 93 43](tel:09009343)

W www.regiorijder.nl

Valys (aanvraag en informatie)

T [0900 – 96 30](tel:09009630)

W www.valys.nl

W www.valys.nl/wat-is-valys/valys-vrij/hoe-vraag-ik-een-pas-aan

Gehandicaptenkaart

GPK (aanvraag en informatie via gemeente)

W www.heemskerk.nl/werk-inkomen-zorg-en-welzijn/gehandicaptenparkeerkaart-of-plaats-aanvragen

T **140251** voor afspraak op gemeentehuis

Openbaar vervoer begeleiderskaart (aanvraag en informatie)

W www.ovbegeleiderskaart.nl

W Aanvraag argonaut.nl/wp-content/uploads/2022/07/Aanvraagformulier-OV-Begeleiderskaart-2022.pdf

> Deze kaart voor reizigers die niet zonder persoonlijke begeleiding met het openbaar vervoer kunnen reizen

Argonaut Advies (informatie GPK en OV begeleiderskaart)

Herculesplein 88, 3584 AA Utrecht

T [088 229 80 80](tel:0882298080)

E info@argonaut.nl

W www.argonaut.nl/

Stichting Vrijwilligersvervoer IJmond

(voor o.a. rolstoelvervoer)

Maltezerplein 31, 1961 JC, Heemskerk

T [0251 – 25 74 81](tel:0251257481) (13:30 tot 16:30 uur)

E planning@svvijmond.nl

W www.vrijwilligersvervoerijmond.nl

Stichting Algemene Hulpdienst

Heemskerk (bijv. naar dokter of ziekenhuis)

Maltezerplein 31, 1961 JC, Heemskerk

T [0251 – 25 74 80](tel:0251257480) (9:30 tot 11:00 uur)

W www.ahdheemskerk.nl

Openbaar vervoer

T [0900 9292](tel:09009292)

W <https://9292.nl/>

Routeplanners

W [Google maps](#) en [ANWB](#)

MEDISCHE KEURING RIJBEWIJS

Goedkope Keuringen

De Vrijburcht, Vrijburglaan 2, 1962 VA Heemskerk

T [085-48 83 616](tel:0854883616).

W www.goedkopekeuringen.nl

Oliveiro

Het Spectrum, Lauraplein 1, 1961 GB, Heemskerk

T [06-53 16 71 66](tel:0653167166)

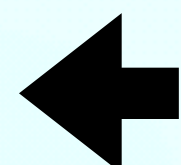
T [06-33 00 95 94](tel:0633009594)

E keuring@oliveiro.nu

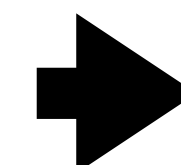
Regelzorg (diverse locaties in de IJmond)

T [088 – 232 33 00](tel:0882323300)

W www.regelzorg.nl



Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of **E** > naar e-mail / contactsite, **T** > belt nummer, **W** > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina



Activiteiten 1

Klik op de ezel om naar de inhoudsopgave te gaan >>



Een taal leren, bewegen, koersballen, klaverjassen of gezellig andere ouderen ontmoeten. U kunt ook vrijwilliger worden.

Gemeentegids

W <https://lokaaltotaal.nl/gidsen/heemskerk/>

>Bevat veel aanvullingen op de Seniorenwijzer 2.0

Zee Van Tijd Met O.A. Maandagenda

W <https://www.heemskerkzeevantijd.nl/>

Senior o.a. maandagenda

W <https://www.metheemskerk.nl/senior>

ONTMOETINGSCENTRA

MET Heemskerk (Welschap + Socius)

>MET Heemskerk is de naam na de fusie tussen de van oudsher bekende organisaties Socius en Welschap. Om bij elkaar te komen voor activiteiten en cursussen. Hulp nodig? Neem dan contact op. Zie ook Geldzaken op [pagina 7](#) en Advies op [pagina 8](#)

- in buurtcentrum **De Schuilhoek**

Van Bronckhorststraat 1

1962 TV Heemskerk

T [088 88 76 811](tel:0888876811)

- in buurtcentrum **Het Spectrum**

Lauraplein 1

1961 GB Heemskerk

T [088 88 76 810](tel:0888876810)

- in **de Jansheeren** (adres hiernaast)

T [088 88 76 800](tel:0888876800)



- **Maatjesproject**

Contactpersoon Ingrid Dudink

T [06 48 45 76 32](tel:0648457632)

E ingrid.dudink@metheemskerk.nl

Cultureel Centrum de Jansheeren

Maltezerplein 1

1961 JC Heemskerk

T [0251 - 257485](tel:0251257485) / [06-53780880](tel:0653780880)

E info@jansheeren.nl

W www.jansheeren.nl

St. Ontmoetingscentrum De Stut

Maasstraat 3

1966 VN Heemskerk

T [0251 – 24 86 48](tel:0251248648)

E contact@destut.nl

W www.destut.nl

- **Trefpunt**

>in de Stut met Alzheimer NL MK op [pagina 6](#)

- **Ouderen Reakt IJmond / Koffie Plus**

>in de Stut, maandag t/m vrijdag 9.30 ÷ 15.30 u

> Reakt i(Panassiagroep)zie [pagina 8](#)

St. Heemskerk Handen Ineen

Johan Vermeerstraat 2e

1964 EL Heemskerk

T [0251 - 230315](tel:0251230315) / [0251 – 23 23 83](tel:0251232383)

E handenineen@ziggo.nl

W www.handenineen.com

Buurtcentrum d'Evelaer

Luttik Cie 35

1969 MV Heemskerk

T [0251-244544](tel:0251244544)

E info@evelaer.nl

W <https://evelaer.nl/>

Woonzorgcentra Viva!

- in woonzorgcentrum **Westerheem**

Westerheem 90

1964 EJ Heemskerk

T [088 - 995 72 50](tel:0889957250)

- in woonzorgcentrum **Sint Agnes**

Zamenhof 65

1962 GA Heemskerk

T [088 – 995 72 00](tel:0889957200)

Schaakvereniging Soos 50+

Bovenzaal Sportcentrum Heemskerk (Lift aanwezig)

Kerkweg 221

1964 KJ Heemskerk

E <https://www.svsoos-50.nl/contact>

W <https://www.svsoos-50.nl/>

Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of **E** > naar e-mail / contactsite, **T** > belt nummer, **W** > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina

Activiteiten 2

Cultuur & Sport. Informatie over chronische ziekten.

CULTUUR, SPORT

Theater en Filmhuis De Cirkel

Anthonie Verherentstraat 1
1961 GD Heemskerk
E info@decirkelheemskerk.nl
W <https://www.decirkelheemskerk.nl/>

Cineworld

Stationsplein 49
1948 LC Beverwijk
T [0900 – 121 34 56](tel:0900-1213456)
W <https://www.cineworld.nl/>
> 50+ filmvoorstellingen

Kennemer Theater

Kerkplein 1
1941 HD BEVERWIJK
T [\(0251\) 22 03 42](tel:0251-220342)
E info@kennemertheater.nl
W <https://www.kennemertheater.nl/>

Bibliotheek IJmond Noord

Openbare bibliotheek
Maerten van Heemskerckplein 3
1964 EZ Heemskerk
T [0251 – 22 85 91](tel:0251-228591)
E info@obijmond.nl
W www.bibliotheekijmondnoord.nl
> Met boekbezorging thuis.

Zwem- en Sportcentrum de Waterkokers

Kerkweg 217
1964 KJ Heemskerk
T [0251 – 23 29 79](tel:0251-232979)
E info.waterkokers@sportfondsen.nl
W www.dewaterkokers.nl
> Zwemmen en sauna.

Info, opvang etc. DEMENTIE

> Diverse activiteiten voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Kijk in het contactblad de Senior.

Stichting de Reigershoeve

Gegevens zie [pagina 9 Zorg buitenshuis](#)
Ook voor activiteiten en ontmoetingen in een veilige, ongedwongen sfeer. Voor mensen met dementie en hun naasten. Ontmoet mensen met dezelfde ervaringen. Maak plezier, deel uw zorgen, haal informatie op en leer van lotgenoten. Zie hieronder bij UitJeZorg:

• UitJeZorg

E info@uitjezorgijmond.nl
W www.uitjezorgijmond.nl

Parnassia

Gegevens zie [pagina 8 Advies en ondersteuning](#)

Klik op de ezel om naar de inhoudsopgave te gaan >>



OdenseHuis

Marquettelaan 2
1961 JP Heemskerk
T [023 – 510 04 33](tel:023-5100433)
E odenseheemskerk@dezorgspecialist.nl
W www.dezorgspecialist.nl/odensehuis/
> Kleinschaligvooral gericht op mensen met dementie.

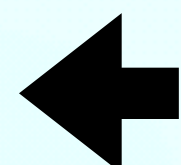
Alzheimer NL Midden-Kennemerland

T [\(06\) 51942684](tel:06-51942684)
E mkennemerland@alzheimerervrijwilligers.nl
W www.alzheimer.nl/regio/mk
• **Alzheimer café**
op diverse plaatsen in de IJmond
kijk in het contactblad de Senior
• **Trefpunt**
in locatie de Stut
> elke 2e dinsdag van de maand.

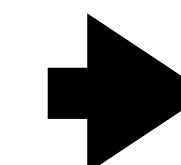
Informatie DIABETES

Diabetes vereniging Nederland

Stationsplein 139
3818 LE Amersfoort
T [033 - 463 05 66](tel:033-4630566)
E <https://www.dvn.nl/contact>
W <https://www.dvn.nl/>



Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of E > naar e-mail / contactsite, T > belt nummer, W > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina



Geldzaken

Klik op de ezel om naar de inhoudsopgave te gaan >>



Ouderen met alleen AOW (en een klein pensioen) kunnen in aanmerking komen voor diverse toeslagen of vormen van bijstand.

- Huur- en zorgtoeslag
- Belastingteruggave
- Kwijtschelding gemeentelijke en regionale belasting
- Aanvullende bijstand, als u geen volledige AOW krijgt
- Bijstand voor duurzame gebruiksgoederen zoals koelkast, fornuis of wasmachine

- Bijzondere bijstand voor deelname activiteiten (sportvereniging, cursussen etc.)
- Compensatie van het eigen risico ziektekostenverzekering.

Daarnaast krijgen 65-plussers korting op allerlei zaken als openbaar vervoer, theater, bioscoop, bibliotheek, cursussen, zwembaden, vakanties en lidmaatschappen.

N.B. Regelingen veranderen.

Ga voor de laatste gegevens naar [pagina 11](#)

GEMEENTELIJKE REGELINGEN

Gemeente Heemskerk

>Zie [pagina 11](#). Voor hulp bij geldzorgen:

W www.heemskerk.nl/werk-inkomen-zorg-en-welzijn/iedereen-doet-mee

OVERIGE VOORZIENINGEN

Sociale Verzekeringsbank

T 075 – 655 10 10

W www.svb.nl

>O.a. voor aanvullende bijstand bij inkomen onder AOW-norm, uitbetaling van het persoonsgebonden budget (PGB).

Centraal AdministratieKantoor (CAK)

T 0800 - 1925 (Wmo)

T 0800 - 0087 (Wlz)

W www.hetcak.nl/

W Wmo www.hetcak.nl/regelingen/wmo

W Wlz www.hetcak.nl/wlz

>Het CAK is een publieke dienstverlener die in opdracht van de overheid regelingen uitvoert. O.a. het innen van de eigen bijdrage Wmo en Wlz.

Belastingdienst (teruggave inkomstenbelasting en zorgtoeslag)

T 0800 - 0543

W www.belastingdienst.nl

>Voor teruggave inkomstenbelasting en zorgtoeslag.

MET Heemskerk

(was Socius Maatschappelijk Dienstverleners)

T 088 887 68 00

E info@metheemskerk.nl

W www.metheemskerk.nl

Eerste Hulp Bij Administratie (EHBA)

>Spreekuur van MET Heemskerk op meerdere plekken voor hulp bij de administratie. Bijvoorbeeld het opstellen van een brief, een abonnement opzeggen, het aanvragen van dingen.

> zie ook bij ontmoetingscentra bij Activiteiten op [pagina 5](#)

Humanitas IJmond

T 06 35113435

E ijmond@humanitas.nl

W www.humanitas.nl/afdeling/ijmond/

Humanitas Financiële Schuldhulpverlening

T 020 523 11 00

E info@humanitas.nl

W www.humanitas.nl/programmas

Noodfonds

>Het Noodfonds springt bij voor Heemskerkse inwoners (minima) met acuut financieel probleem met een klein bedrag in de vorm van een lening of gift. Het Noodfonds is alleen te bereiken per telefoon

T 06 16 57 09 46

SchuldHulpMaatje IJmond

Van der Hoopstraat 76

1945 TT Beverwijk

T 06-10789771

E info@shmijmond.nl

W www.shmijmond.nl/

W landelijk www.schuldhulpmaatje.nl/

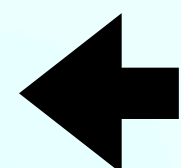
Stichting De Grijs Ezel (SGEH)

T 06 49 79 40 45

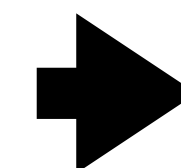
E secre.sgeh@icloud.com

>Deelname belastingadvisering en hulp bij invullen aangifte inkomstenbelasting. Hiervoor geldt een eigen bijdrage.

> Informatie via contactblad voor ouderen de **Senior**



Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of **E** > naar e-mail / contactsite, **T** > belt nummer, **W** > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina



Advies hulp en ondersteuning

Klik op de ezel om naar de inhoudsopgave te gaan >>



Bij tal van vragen of problemen kunt u behoefte hebben aan advies of ondersteuning. Bijvoorbeeld bij praktische vragen over het regelen van de juiste zorg, maar u kunt zich ook eenzaam voelen of somber. Ook het verzorgen van een familielid of vrienden kan te zwaar worden. Deze organisaties helpen u graag.

CLIËNTONDERSTEUNING

> Door **MEE & De Wering** bij aanvragen of ontvangen van zorg of hulp.

RAAD & ADVIES

MEE & De Wering (voor mensen met een beperking)

Laan van Assumburg 97

1962 TL Heemskerk

ook op Serviceplein Heemskerk

T [088-007 50 00](tel:088-0075000)

E info@meewering.nl

W www.meewering.nl/themas/?_article_regio=heemskerk

Laurentius / Maria Parochie

T [0251-232220](tel:0251-232220)

E <http://laurentius-maria.nl/contact/>

W <https://laurentius-maria.nl/>

Protestantse gemeente Heemskerk

T [0251 – 24 07 26](tel:0251-240726)

E <https://www.pknheemskerk.nl/contact>

W <https://www.pknheemskerk.nl/>

Baptisten Gemeente Heemskerk

T kerk [0251 253011](tel:0251253011)

T voorzitter [0610476373](tel:0610476373)

W <https://www.baptistenheemskerk.nl/>

Leger des Heils

Geysendorfferlaan 4

1945 XZ Beverwijk

T [0251 - 23 34 47](tel:0251-233447)

E korps.kennemerland@legerdesheils.nl

W <https://www.legerdesheils.nl/>

MET Heemskerk

(hierin opgenomen **Socius**)

T [088 – 88 76 900](tel:088-8876900)

E info@socius-md.nl

W <https://socius-md.nl/vestigingen/diensten-in-heemskerk/>

> Eenzaamheid, rouw, relatieproblemen, financiële problemen, mishandeling ouderen, wonen, zorg en welzijn.

> zie Activiteiten 1 op [pagina 5](#)

MantelZ, Centrum voor Mantelzorg

>Zie bij Hulp en Zorg Thuis op [pagina 9](#)

Parnassia

Algemeen bezoekadres

Oude Parklaan 129

1901 ZZ Castricum

T [088 – 358 00 00](tel:088-3580000)

W <https://www.parnassia.nl/>

Parnassia Ambulant Midden – K'land

Büllerlaan 4A

1945 SR Beverwijk

T [088 – 358 02 00](tel:088-3580200)

>Parnassia is er voor volwassenen en ouderen met (ernstige) psychiatrische problemen. Maandag ÷ donderdag 8.00-20.00 u & vrijdag 8:00 -16.30 u

Indigo (onderdeel Parnassia Groep)

Simon van Haerlemstraat 50

1962 VD Heemskerk

T [088 – 358 00 00](tel:088-3580000)

W <https://indigo.nl/regios/noord-holland/>

> Indigo NH, in samenwerking met huisarts. Voorlichting, cursussen en korte behandelingen bij psychische, psychosociale en/of verslavingsproblemen.

Gemeente

> zie Gemeente Heemskerk op [pagina 11](#)

Dementie & diabetes

> zie Activiteiten 2 op [pagina 6](#)

Bibliotheek

>Biedt ondersteuning bij het aanvragen van bijvoorbeeld een DigiD. zie verder bij Activiteiten 2 op [pagina 6](#)

Sensor

T [088 076 70 00](tel:0880767000)

T [023 - 547 14 71](tel:023-5471471)

E ehulp@deluisterlijn.nl

W www.sensor.nl

> Dag en nacht voor iedereen die behoefte heeft aan anoniem contact.

Humanitas IJmond

T [06 35113435](tel:0635113435)

E ijmond@humanitas.nl

W <https://www.humanitas.nl/afdeling/ijmond/>

> Activerend en vriendschappelijk huisbezoek. Maatjes participatie immigranten, Maatjes GGZ, Huisbezoek door getrainde vrijwilligers

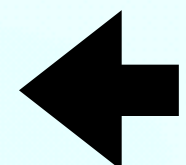
Zonnebloem

T [0251 – 24 89 46](tel:0251-248946)

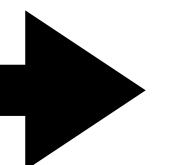
W landelijk <https://www.zonnebloem.nl/>

W www.zonnebloem.nl/heemskerk

> Bij de Zonnebloem draait het om mensen. Met vrijwilligers zetten wij ons in voor mensen met een lichamelijke beperking vanaf 18 jaar.



Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of **E** > naar e-mail / contactsite, **T** > belt nummer, **W** > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina



Hulp en Zorg Thuis

Klik op de ezel om naar de inhoudsopgave te gaan >>



De meeste ouderen willen zolang mogelijk thuis blijven wonen. Goede thuiszorg, aanvullende diensten en hulp van vrijwilligers maken dat mogelijk. Een aantal instellingen biedt huishoudelijke hulp, persoonlijke verzorging en verpleging. Met een persoonsgebonden budget (PGB) kunt u zelf zorg regelen en inkopen. Voor ondersteuning via de gemeente is voor beiden is een **indicatie nodig**, zonder indicatie is er particuliere zorg/hulp.

INDICATIE (voor toegang)

- > zie Advies etc. op [pagina 8](#)
- > **Wmo** indicatie via Serviceplein
- W** www.heemskerk.nl/werk-inkomen-zorg-en-welzijn/wmo-voorziening
- > **WLZ** indicatie via zorgkantoor
- > zie ook [pagina 10](#), [pagina 11](#)

THUISHULP

Buurtzorg (verzorging, verpleging)
Starweg 58
1964 PX Heemskerk
E heemskerk@buurtzorgnederland.com
W www.buurtzorgnederland.com
>Verzorging en verpleging.

Alfa&Zorg (huishoudelijke hulp)
T 0857-602509
E info@alfazorg
W <https://alfazorg.nl/>

INIS Zorg (huishoudelijke hulp)
T 035-800 99 77
E cht@thuiszorginis.nl
W www.thuiszorginis.nl/

ThuiszorgInHolland (huishoudhulp)
Laan van Berlijn 329
2034 SM Haarlem
T 088-9911300
E info@thuiszorginholland.nl
W www.thuiszorginholland.nl

Tzorg (huishoudelijke hulp)
Verlengde Velmolen 1
5406 NT Uden
T 020 - 7054444.
E informatie@tzorg.nl
W www.tzorg.nl

Viva! Zorggroep
Parlevinkerstraat 23
1951AR Velsen-Noord
T Algemeen 088 – 995 80 00
>werkdagen 08.00 u ÷ 22.00 u
T Wijkverpleging 088 - 995 86 42.
T Zorg&verpleging 088 - 995 83 90
W www.vivazorggroep.nl

Viva! Zorggroep / Medipoint
Thuiszorgwinkel
Maltezerplein 35
1961 JC Heemskerk
T 088 – 102 01 00
E Winkel.Heemskerk@Medipoint.nl
W www.medipoint.nl
> Kopen, huren en lenen.

Zorgbalans (huishoudelijke hulp)
Leidsevaart 588, 3e etage
2014 HT Haarlem
Postbus 6166 2001 HD Haarlem
T 023 – 891 89 18
> ma ÷ vrij 9:00 ÷ 17:00 u
E info@zorgbalans.nl
W www.zorgbalans.nl

De Zorgspecialist (huishoudhulp)
Crocusstraat 1,
2071 NW Santpoort-Noord
T 023 5 100 200
E info@dezorgspecialist.nl/
W www.dezorgspecialist.nl/

MANTELZORG ONDERSTEUNING

>Zorgt u langdurig, onbetaald en soms intensief voor een naaste met een chronische ziekte of beperking? Dan bent u mantelzorg uit liefde. Geen betaalde baan of vrijwilligerswerk.
>Respijtzorg, ook wel logeerszorg genoemd is vervangende zorg. Geïndiceerd vanuit de WLZ (Wet Langdurige Zorg), vanuit de ZKV (ziekttekostenverzekering) en Wmo (Wet Maatschappelijke ondersteuning) Zie **Respijtzorgwijzer**

MantelZ, Centrum voor Mantelzorg
Wilgenhoflaan 2C
1944 TD Beverwijk.
T 088 – 995 77 88
E info@maatjez.nl
W <https://www.maatiez.nl/>

Respijtzorgwijzer © MantelZ
W: <https://www.mantelz.nl/respijtzorgwijzer/>
Bevat informatie over mantelzorgondersteuning, respijtzorg, trainingen en themabijeenkomsten voor mantelzorgers.

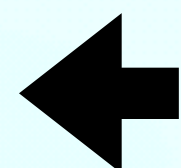
GEMEENTEGIDS

W <https://lokaaltotaal.nl/gidsen/heemskerk/>
>Aanvullingen op Seniorenwijzer

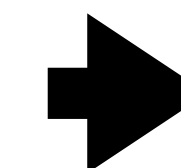
OVERIG

Stichting Algemene Hulpdienst Heemskerk (AHD)
T 0251 – 25 74 80
>op werkdagen telefonisch bereikbaar 9.30 ÷ 11.00 uur
E ahdheemskerk@live.nl
W www.ahdheemskerk.nl
>Vrijwilligers helpen met (technische) klusjes en boodschappen (tegen vergoeding).

Stichting Hospice Groep Midden-Kennemerland
Zeestraat 92
1942 AT Beverwijk
T 0251 - 218 316
T respijtzorg 06-51170489
E info@hospice-beverwijk.nl
W www.hospice-beverwijk.nl
> Terminale Thuiszorg Vrijwillige hulp in laatste levensfase.



Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of **E** > naar e-mail / contactsite, **T** > belt nummer, **W** > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina



Als thuis wonen niet meer lukt, kunt u in een woonzorgcentrum of verpleeghuis gaan wonen. Hier kunt u rekenen op verpleging en verzorging als dat nodig is, 24 uur per dag. Voor opname in een verpleeghuis of een woonzorgcentrum stelt het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) eerst vast of dit nodig is (indicatie). Tijdelijk opnemen is mogelijk. Een aantal ouderen krijgt enkele dagen per week (overdag) dagbesteding of dagbehandeling in een verzorgings- of verpleeghuis. Tijdelijk logeren in een instelling (respijtzorg), behoort ook tot de mogelijkheden. Indicatie wordt niet alleen geïndiceerd vanuit de WLZ (Wet Langdurige Zorg). Ook vanuit de ZKV (ziektelastverzekering) en de Wmo. (Wet Maatschappelijke ondersteuning).

Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ)

CIZ Amsterdam

T [088 - 789 10 00](tel:088-7891000)

W www.ciz.nl

> Indicatie opname via Wet Langdurige Zorg.

Zorgkantoor Zilveren Kruis (i.v.m. Wet langdurige zorg)

Postbus 353

8000 AJ Zwolle

T [038 - 456 78 99](tel:038-4567899)

T [038 - 456 78 88](tel:038-4567888) (voor vragen over PGB)

W [zorgtoewijzing / meerzorg](#)

W [pgb informatie](#) (voor vragen over PGB)

W www.zilverenkruis.nl/zorgkantoor

Marquant

Marquettelaan 2

1961 JP Heemskerk

T [023 - 510 04 00](tel:023-5100400)

E <https://www.wonenalsthuis.nl/zorgvilla-kleinschalige-woonzorg/marquant/#contact>

W <https://www.wonenalsthuis.nl/zorgvilla-kleinschalige-woonzorg/marquant/>

> Kleinschalig vooral gericht op mensen met dementie.

Ook dagopvang.

Viva! Zorggroep Woonzorgcentra & Verpleeghuizen

T [088 - 995 80 00](tel:088-9958000).

E info@vivazorggroep.nl

W <https://www.vivazorggroep.nl>

> Ook voor dagbesteding & dagbehandeling

Zorgbemiddeling Wijkverpleging

T [088 - 995 86 42](tel:088-9958642).

> op werkdagen telefonisch bereikbaar 08.30 - 16.30 u

Zorgbemiddeling Verpleeg- en verzorgingshuizen

T [088 - 995 86 40](tel:088-9958640).

> op werkdagen telefonisch bereikbaar 8.30 - 16.30 u

Verpleeg- en verzorgingshuizen:

> Westerheem, Sint Agnes, Waterrijck, Heemswijk

en Meerstate

adressen en telefoonnummers [zie pagina 2](#)

Woonzorgboerderij de Reigershoeve

Oosterweg 5B (kantoor), C-F (woningen)

1968 KM Heemskerk

T [0251 - 20 70 27](tel:0251-207027)

E info@reigershoeve.nl

W www.reigershoeve.nl

> Woonzorg gericht op mensen met dementie.

> Tevens bieden zij dagbesteding.

> Logeerszorg / Respijtzorg

> zie ook op [pagina 6](#) voor UitJeZorg, Activiteiten en ontmoetingen in een veilige, ongedwongen sfeer. Voor mensen met dementie en hun naasten.

Stichting Hospice Groep Midden-Kennemerland

Hospicehuis

Zeestraat 92

1942 AT Beverwijk

T [0251 - 218 316](tel:0251-218316) / [06 - 511 740 89](tel:06-51174089).

E info@hospice-beverwijk.nl

W www.hospice-beverwijk.nl

> Opvang van mensen in de laatste levensfase

> Logeerszorg / Respijtzorg.

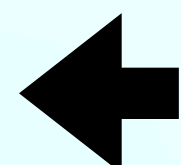
Logeerszorg / Respijtzorg

Woonzorgboerderij de Reigershoeve

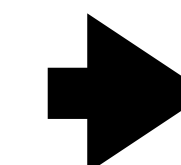
Stichting Hospice Groep Midden-Kennemerland

Viva!Zorggroep

> Tijdelijk logeren onder juiste verzorging



Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of E > naar e-mail / contactsite, T > belt nummer, W > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina



Heeft u een vraag op het gebied van werk, inkomen, zorg of welzijn? Dan kunt u op verschillende plekken terecht. Het Serviceplein is het handigste. Hier wordt u zo snel mogelijk geholpen met uw vraag én hoeft u uw verhaal maar één keer te vertellen. Samen kijken we naar een antwoord of oplossing voor uw vraag. Waar heeft u misschien hulp bij nodig? Wat kunt u zelf?

Gemeentehuis

Maerten van Heemskerckplein 1

T 14 0251

W <https://www.heemskerk.nl/>

>Maandag tot en met woensdag van 9.00 tot 17.00 uur;

Donderdag van 9.00 tot 20.00 uur;

Vrijdag van 9.00 tot 12.30 uur.

Gemeente Regelingen

W <https://www.heemskerk.nl/werk-inkomen-zorg-en-welzijn>

>Regelingen, zie ook Serviceplein hieronder

- voor inwoners met weinig geld
- voor wmo-voorzieningen
- voor hulp bij geldzorgen
- voor bijstandsregelingen
- voor verkrijgen gehandicapten-parkeerkaart/plaats

Serviceplein

Maerten van Heemskerckplein 1 in Heemskerk

T 14 0251 (ma t/m do 09.00-17.00, vr 09.00-12.30)

E info@servicepleinheemskerk.nl (ma t/m do 09.00-17.00, vr 09.00-12.30)

W <https://servicepleinheemskerk.nl/>

> Het Serviceplein ivoor al uw vragen op het gebied van werk, inkomen, zorg en welzijn.

Gemeentegids (voor aanvullingen)

W <https://lokaaltotaal.nl/gidsen/heemskerk/>

Zee van tijd

W <https://www.heemskerkzeevantijd.nl/>

>Toeristische website

Klik op onderstreepte woorden om naar antwoorden op de website van het Serviceplein te gaan



Rechtstreeks naar antwoorden op het Serviceplein voor vragen over:

W Gezond blijven en problemen voorkomen

Tips en hulp voor een gezonde, actieve levensstijl.

W Ik zorg voor een ander

Tips en hulp voor mensen die zorgen voor anderen uit hun omgeving (mantelzorgers).

W Opleiding en inburgering

Alles over leren door volwassenen zoals inburgeren, Nederlands, cursussen en opleidingen.

W Opvoeding en gezin

Antwoord op vragen over opvoeden en opgroeien en over verzorging en opvang van uw kind.

W Vervoer en mobiliteit

Mogelijkheden voor mobiliteit. Met of zonder hulpmiddelen. Ver weg of dichtbij.

W Vrijwilligerswerk

Vrijwilligerswerk vinden of problemen oplossen met hulp van anderen.

W Werk, geld en uitkering

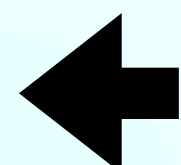
Over geldzaken, administratie, werk en werkloosheid of uitkeringen (bijstand).

W Wonen en huishouden

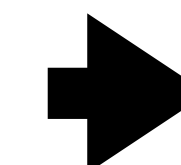
Hoe u met hulp of aanpassingen zo zelfstandig mogelijk kunt blijven wonen.

W Zorg en ondersteuning

Alles over zorg en (wettelijke) ondersteuning. Voor u of voor anderen.



Onderstreepte woorden klik erop: > naar andere pagina of E > naar e-mail / contactsite, T > belt nummer, W > naar website. Pijlen <-> naar andere pagina of vorige/volgende pagina



Het Steunpunt is in januari 2020 gestart ter ondersteuning van vrijwilligers en organisaties in Heemskerk die met vrijwilligers werken. De dienst wordt door MET Heemskerk uitgevoerd.

Zonder de inspanningen van mantelzorgers en vrijwilligers is de zorg onmogelijk. En naast de zorg nog veel meer

Steunpunt Vrijwilligers Heemskerk

Lauraplein 1
1961 GB Heemskerk
E: svhinfo@metheemskerk.nl
W: <https://www.beverwijkheemskerkvoorelkaar.nl/steunpunt-vrijwilligers-heemskerk>
T: (0251) 731 700 (ma-di-woe-do-vrij 09.30-12.00 uur)
Inloop: elke vrijdag 10.00-12.00

Wilt u uw talent ook aanbieden?
En wat wilt U?



Een aantal voorbeelden:

- administratie
- bardienst
- begeleider reizen
- begeleider vakantie
- boodschappen doen
- chauffeur
- huisbezoek
- hulp bij (medische) afspraak
- hulp bij dagbesteding
- koffie schenken
- maatje
- ontvangst
- secretariaat
- sociaal contact
- telefooncirkel
- vervoer
- verzorging

Wilt u een gesprek?

Neem contact met ons op:

W www.beverwijkheemskerkvoorelkaar.nl

