

# **De Zilveren Gids**

Informatie voor  
55-plussers in de  
gemeente Goes



## **Colofon**

De Zilveren Gids is een uitgave van:  
Stichting Maatschappelijk Werk en Welzijn Oosterschelderegio (SMWO)

Teksten, vormgeving en realisatie: Jan Priem en Nathalie de Schepper  
Foto's: [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)

Oplage: 5.000 stuks

Datum: mei 2017

Zonder toestemming van de uitgever is het overnemen van gegevens niet toegestaan. Aan de gegevens in deze gids kunnen geen rechten worden ontleend.

# Voorwoord

Sinds de decentralisatie in 2015, zet de overheid fors in op het versterken van burgerkracht en het vergroten van de zelfredzaamheid van burgers. Mensen worden geacht zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen en een beroep te doen op het eigen sociale netwerk van familie, vrienden, buren en vrijwilligers.

In de Zilveren Gids hebben we de belangrijkste informatie voor u op een rij gezet. Zo vindt u onder andere informatie op het gebied van welzijn, gezondheid, zorg, wonen, geldzaken en vervoer.

Wij hebben de Zilveren Gids met grote zorgvuldigheid samengesteld. Helaas is het niet mogelijk om volledig te zijn en is het mogelijk dat u elders aanvullende informatie kunt krijgen. In de gids vindt u gegevens van organisaties die u kunnen helpen met het invullen van formulieren, het behartigen van uw belangen of u kunnen adviseren.

We bedanken de gemeente Goes voor het mede mogelijk maken van deze Zilveren Gids.

Wij hopen dat u veel gemak heeft van de Zilveren Gids.

Met vriendelijke groet,

Marja Noordhoek  
Directeur SMWO

# Inhoudsopgave

<b>1. Gezondheid en Zorg</b>	<b>7</b>
1.1 Huisartsen en apotheken	8
1.2 Ziekenhuis	9
1.3 Revalidatie en therapie	10
1.4 Voetzaken	11
1.5 Psychische zorg	13
1.6 Palliatieve zorg	14
1.7 Verlies en rouw	16
1.8 Zorgcentra / verzorgingshuizen	16
1.9 Verpleeghuizen	18
1.10 Zorgverzekering	19
1.11 Hulpmiddelen	21
<b>2. Hulp en ondersteuning bij zelfstandig wonen</b>	<b>24</b>
2.1 Hulp en zorg	25
2.2 Hulp door vrijwilligers	29
2.3 Maaltijdvoorzieningen	31
2.4 Personenalarmering	33
2.5 Tijdelijke opvang	35
2.6 Mantelzorgondersteuning	36
2.7 Dementie	38
<b>3. Zelfstandig wonen met extra's</b>	<b>42</b>
3.1 Woning aanpassen	43
3.2 Seniorenwoningen	45
3.3 Zelfstandig wonen met zorg	46
3.4 Toeslagen en kwijtscheldingen	47
3.5 Veiligheid	48
<b>4. Vervoer</b>	<b>50</b>
4.1 Openbaar vervoer	51
4.2 Busvervoer	54
4.3 Taxivervoer	55
4.4 Eigen auto	57
4.5 Overige vervoersvoorzieningen	58

<b>5. Financiële en juridische zaken</b>	<b>61</b>
5.1 AOW en werknemerspensioen	62
5.2 Aanvulling op het inkomen	65
5.3 Belastingen	67
5.4 Financiële problemen	68
5.5 Overlijden	69
5.6 Adviezen voor nabestaanden	73
5.7 Juridische hulp	75
<b>6. Inspanning en ontspanning</b>	<b>80</b>
6.1 Sociale en recreatieve activiteiten	81
6.2 Sport en bewegen	84
6.3 Cursussen	86
6.4 Computer, tablet en smartphone	87
6.5 Lezen en luisteren	88
6.6 Vrijwilligerswerk	89
<b>7. Informatie, advies en hulp</b>	<b>92</b>
7.1 Advies en ondersteuning	93
7.2 Ledenorganisaties	96
<b>Register</b>	<b>98</b>



# **1.**

# **Gezondheid en zorg**

Mocht u informatie, advies of hulp nodig hebben bij de onderwerpen in dit hoofdstuk, dan kunt u terecht bij:

- SMWO
- GR De Bevelanden, afdeling WIZ
- Ouderenbonden
- Ouderentelefoon
- Sensor

De gegevens van deze organisaties vindt u in hoofdstuk 7.

In de gemeentegids Goes, in het hoofdstuk Gezondheidszorg vindt u namen en adressen van huisartsen, tandartsen, apothekers, fysiotherapeuten enzovoort.

## 1.1 Huisartsen en apotheken

### Huisartsenpost

U hebt 's avonds, 's nachts, in het weekend of op een feestdag dringend een huisarts nodig? Neemt u dan contact op met de huisartsenpost in Goes. Zonder afspraak kunt u niet binnenlopen. U moet altijd eerst bellen. Tijdens het telefoongesprek wordt gevraagd naar uw medicijngebruik en verzekeringsgegevens. Zorg dat u deze bij de hand hebt. Neem bij een bezoek aan de huisartsenpost uw legitimatiebewijs mee.

#### **Huisartsenpost Zeeland, locatie De Bevelanden**

's-Gravenpolderseweg 114b

4462 RA Goes

0900-1785

Fax voor doven en slechthorenden: 0113-234 642

Maandag t/m vrijdag van 18.00 tot 08.00 uur

Zaterdag, zondag en feestdagen van 08.00 tot 08.00 uur

### **Direct hulp nodig? Bel 112**

U belt 112 als er sprake is van een levensbedreigende situatie.



## **Griepprik**

Jaarlijks wordt in het najaar een vaccin samengesteld om voor de risicogroep de kans op griep zoveel mogelijk te beperken. U behoort tot de risicogroep als u ouder bent dan 60 jaar of lijdt aan een chronische ziekte (bijvoorbeeld hart-, long-, nierziekte of diabetes).

Mensen uit de risicogroep krijgen van hun huisarts een uitnodiging om gratis een griepprik te halen. De griepprik is niet verplicht. Behoort u niet tot de doelgroep, dan kunt u tegen betaling een griepprik krijgen van uw huisarts. Informeer bij uw eigen huisarts naar de mogelijkheden en kosten.

## **Apotheken**

Spoedeisende hulp tijdens de avond en de nacht, in het weekend en tijdens feestdagen wordt verzorgd door de Zeeuwse Apotheek. Apotheek de Pijlers en Apotheek de Goese Polder verlenen geen diensten buiten de normale werktijden.

### **De Zeeuwse Apotheek**

Stationspark 35  
4462 DZ Goes  
0113-270 620

## **Bezorgdienst**

De drie apotheken in Goes hebben een gezamenlijke bezorgdienst. Deze service is bedoeld voor patiënten die slecht ter been of ziek thuis zijn en geen andere mogelijkheid hebben om naar de apotheek te komen. Op werkdagen wordt er bezorgd binnen de bebouwde kom van Goes, Kloetinge, 's-Heer Hendrikskinderen, Wilhelminadorp en Kattendijke.

# **1.2 Ziekenhuis**

Wanneer u een afspraak wilt maken voor het spreekuur van een medisch specialist of voor onderzoek of behandeling, dan moet u altijd een verwijfsbrief van uw (huis)arts hebben. Houd bij het maken van een afspraak uw burgerservicenummer (BSN) en verzekeringsgegevens bij de hand.

## **Openbaar vervoer naar het ziekenhuis**

De buslijnen 185 (pendelbus richting ziekenhuis) en 225 (richting 's-Gravenpolder) rijden tussen het station en het ziekenhuis. Lijn 185 rijdt uitsluitend op werkdagen tussen 07.00 en 18.00 uur.

's Avonds en in het weekend kan een beroep worden gedaan op de haltetaxi Zeeland, lijn 995. De haltetaxi rijdt niet volgens een dienstregeling. De haltetaxi moet u minimaal anderhalf uur van tevoren reserveren. Voor het gebruik ervan dient u te beschikken over een gebruikerspas. U betaalt hetzelfde tarief als in de bus, maar u kunt niet afrekenen met uw OV-chipkaart.

### **Haltetaxi Zeeland**

088-23 58 000 (bereikbaar tussen 07.00 en 23.00 uur)  
info@haltetaxi.nl

## **Bezoek- en wachttijden**

De bezoektijden verschillen per verpleegafdeling. De bezoektijden vindt u op de website van het ziekenhuis.

Ook vindt u op de website van het ziekenhuis een overzicht van de wachttijd per specialisme, zowel voor de polikliniek als opname voor behandeling.

### **Admiraal de Ruyterziekenhuis**

's-Gravenpolderseweg 114  
4462 RA Goes  
www.adrz.nl  
0113-234 000

# **1.3 Revalidatie en therapie**

## **Revalidatie**

Revalidatie kan nodig zijn bij neurologische, orthopedische en chirurgische aandoeningen, hart-, long- en handrevalidatie, revalidatie na amputatie en bij pijnklachten van spieren en gewrichten.

In veel gevallen vindt de behandeling poliklinisch plaats. Afhankelijk van de aard kan een opname in de revalidatiekliniek noodzakelijk zijn.

**Revalidatie Revant Lindenhof**

's-Gravenpolderseweg 114a  
4462 RA Goes  
www.revant.nl

**Zeeuws Hand- en Polscentrum (ZHPC)**

Piet Heinstraat 35  
4461 GL Goes  
www.zhpc.nl

**Ergotherapie (aan huis)**

U komt in aanmerking voor ergotherapie als u problemen hebt bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten, zoals wassen, kleden, lopen, eten en koken. Een ergotherapeut leert u nieuwe technieken om deze activiteiten zo goed mogelijk uit te voeren, eventueel met gebruik van hulpmiddelen. De meeste zorgverzekeraars vergoeden ergotherapie. U moet dan wel een verwijzing van een (huis)arts hebben.

## 1.4 Voetzaken

Uw voeten kunnen bij het ouder worden zo achteruit gaan, dat u er last van gaat krijgen. Een pijnlijke aandoening gaat ten koste van uw zelfstandigheid en mobiliteit. Voetproblemen moet u daarom tijdig onderkennen en laten behandelen, zodat lopen plezierig blijft. In bepaalde gevallen, bij een medische indicatie, kunnen de kosten van pedicure en een podotherapeut worden vergoed uit uw basisverzekering of aanvullende verzekering. Vraag dit na bij uw zorgverzekeraar.

**Pedicure**

Bij een pedicure kunt u terecht voor de verzorging van teennagels en de voethuid. Om gebruik te maken van een pedicure is een verwijzing van een arts niet nodig.

Informatie over pedicures bij u in de buurt vindt u bijvoorbeeld in de telefoongids. Ook kunt u voor informatie terecht bij Provoet, een landelijke organisatie voor pedicures.

**Provoet**

0318-551 369

[www.provoet.nl](http://www.provoet.nl)**Podotherapeut**

Bij ernstige voetproblemen is specialistische zorg noodzakelijk. Uw (huis)arts kan u verwijzen naar een podotherapeut.

Een podotherapeut behandelt uw voetklachten en/of bewegingsklachten waarvan de voeten de oorzaak zijn. Zo kan een verkeerde stand van de voet bijvoorbeeld rugklachten of vermoeidheid veroorzaken. Tevens behandelt een podotherapeut klachten als gevolg van diabetes (suikerziekte) en reuma.

**Orthopedische schoenmakers**

Een arts kan u doorverwijzen naar een orthopedisch schoenmaker. Een orthopedisch schoenmaker behandelt uw voetproblemen met schoeisel dat voor u op maat is gemaakt of dat met voorzieningen is aangepast.

**Donkersteeg Orthopedische Schoentechniek**

Piet Heinstraat 2a

4461 GL Goes

0113-251 720

[www.donkersteegschoentechniek.nl](http://www.donkersteegschoentechniek.nl)**N. van Mook Schoentechniek BV**

Spreekuurlocaties:

Centrum De Pijlers

Van Dusseldorpstraat 9

4461 LT Goes

**Revant Lindenhof**

's-Gravenpoldersweg 114a

4462 RA Goes

0165-550 945

[www.van-mook.nl](http://www.van-mook.nl)

## 1.5 Psychische zorg

Ouder worden gaat gepaard met veranderingen. Door allerlei omstandigheden kunnen problemen u boven het hoofd groeien. U raakt uit evenwicht. Psychische hulp kan dan noodzakelijk zijn. Als eerste kunt u terecht bij uw huisarts. Er wordt een inschatting gemaakt van uw klachten. Mocht de huisarts of praktijkondersteuner de gewenste zorg niet kunnen bieden, dan wordt u doorverwezen.

### **Basis Geestelijke Gezondheidszorg - Basis GGZ**

De Basis GGZ (voorheen eerstelijns GGZ) biedt hulp bij lichte psychische en/of sociale problemen. De basisverzekering vergoedt de behandeling. Voorwaarde is dat er sprake moet zijn van een vastgestelde diagnose en dat een arts u doorverwijst. Vergoedingen voor alternatieve geneeswijzen vinden uitsluitend plaats via de aanvullende verzekering.

In de gemeentegids Goes vindt u namen en adressen van praktijken van psychotherapeuten en psychologen.

### **Cursussen en trainingen**

Ervaat u problemen als stress, angst, somberheid of piekeren? Met een (korte) cursus of training kunt u leren om zelf actief met uw problemen aan de slag te gaan en te voorkomen dat uw klachten erger worden.

Heeft u tijdelijk ondersteuning nodig om uw problemen de baas te worden? Dan kunt u bij Indigo een kortdurende behandeling volgen. De zorg van Indigo valt onder de basisverzekering.

#### **Indigo Zeeland**

0113-246 060 of 0118-625 113

[info@indigozeeland.nl](mailto:info@indigozeeland.nl)

[www.indigozeeland.nl](http://www.indigozeeland.nl)

## **Gespecialiseerde Geestelijke Gezondheidszorg**

Voor volwassenen vanaf 65 jaar met psychische problemen, ziekten en aandoeningen die nauw samenhangen met het ouder worden, biedt Emergis afdeling ouderenpsychiatrie behandeling, begeleiding, verzorging en verpleging.

### **Emergis, centrum voor geestelijke gezondheidszorg**

Oostmolenweg 101  
4481 PM Kloetinge  
0113-267 000  
[www.emergis.nl](http://www.emergis.nl)

## **1.6 Palliatieve zorg**

Palliatieve zorg is de zorg voor mensen in de laatste fase van hun leven. De zorg richt zich niet meer op genezing van de ziekte, maar op het voorkomen of verlichten van klachten en ongemakken. Er is aandacht voor verschillende moeilijkheden in deze fase, zoals lichamelijke klachten, gevoelens van angst, verdriet en verwerking van de ziekte en allerlei praktische zaken.

### **Palliatieve afdelingen**

Verschillende verpleeghuizen en zorgcentra in de regio hebben een afdeling Palliatieve zorg. Deze afdelingen bieden plaats aan cliënten die in de laatste fase van hun leven niet meer thuis verzorgd kunnen worden. Medewerkers en vrijwilligers zijn opgeleid om cliënten en hun naasten bij de laatste levensfase optimaal te begeleiden.

#### **SVRZ, de Zorglijn**

0900-78 79 777  
[www.svrz.nl](http://www.svrz.nl)

#### **Ter Weel, cliëntenservicebureau**

0900-22 44 880  
[www.terweel.nl](http://www.terweel.nl)

## **Palliatieve zorg in een hospice**

Een hospice is een instelling met een huiselijke sfeer, gespecialiseerd in de zorg voor mensen die ongeneeslijk ziek zijn. De huiselijke sfeer wordt vaak prettiger ervaren dan een ziekenhuisomgeving. Er is dag en nacht een verpleegkundige aanwezig, die ondersteund wordt door vrijwilligers.

### **Hospice 'Het Clarahofje'**

's-Heer Hendrikskinderendijk 100  
4461 EC Goes  
0113-242 600  
info@hospicehetclarahofje.nl  
www.hospicegoes.nl

## **Vrijwillige palliatieve zorg**

Veel mensen willen graag in hun vertrouwde omgeving blijven om te sterven. De verpleging vindt dan thuis plaats. Dit neemt niet weg dat familie en vrienden het thuis verzorgen van een ernstig zieke als een hele belasting kunnen ervaren. Extra ondersteuning door vrijwilligers kan het mogelijk maken het tot het einde toe vol te houden.

De steun van vrijwilligers kan bestaan uit het helpen bij de verzorging, bieden van emotionele steun, waken en aanwezig zijn. De vrijwillige hulp is geen vervanging van de professionele zorg, maar een aanvulling op de hulp van gezinsleden, vrienden of burens (mantelzorg).

### **Clara Thuis (onderdeel van Stichting het Clarahofje)**

's-Heer Hendrikskinderendijk 100  
4461 EC Goes  
06-23496684  
info@clarathuis.nl  
www.clarathuis.nl

## 1.7 Verlies en rouw

Naarmate u ouder wordt, wordt u vaker geconfronteerd met verlieservaringen zoals het overlijden van familieleden, vrienden en bekenden. Het verwerken van een verlies hoeft u niet alleen te doen. U kunt een beroep doen op (gespecialiseerde) hulpverleners.

### **Zeeuws Verlies**

Zeeuws Verlies is er voor alle inwoners van Zeeland die vragen hebben op de verschillende terreinen van verlies en rouw. Deskundige vrijwilligers beantwoorden uw vragen en kunnen u verwijzen naar aanbieders van rouwzorg in de eigen regio.

#### **Zeeuws Verlies**

Postbus 176  
4330 AD Middelburg  
06-25032498  
info@zeeuwsverlies.nl  
www.zeeuwsverlies.nl

### **Gespreksgroep verliesverwerking SMWO**

De gespreksgroep verliesverwerking is bedoeld voor mensen die een verlies hebben geleden, zoals de dood van een dierbare, verlies van gezondheid of een echtscheiding. Deelnemers gaan met elkaar in gesprek over hun verlies. Het delen van ervaringen leert u om beter om te gaan met het verlies.

Voor gegevens van SMWO, zie hoofdstuk 7.

## 1.8 Zorgcentra/verzorgingshuizen

Een zorgcentrum biedt senioren huisvesting, verzorging en begeleiding. De meeste verzorgingshuizen beschikken over appartementen met een zit- en slaapkamer (aparte slaapkamer in een tweepersoons-appartement), douche/toilet en keukenhoek. Telefoon- en kabel-aansluiting en alarmering zijn standaard aanwezig.



De maaltijden worden verzorgd en de kamer schoongehouden. Gemeenschappelijke ruimtes zijn bijvoorbeeld een ontmoetingsruimte, eetzaal en bibliotheek. Medewerkers en vrijwilligers organiseren activiteiten zoals kerkdiensten, spelmiddagen, modeshows of culturele avonden.

### **Aanvraag opname**

Voor 24-uurs zorg in een verzorgingshuis heeft u een indicatie nodig voor Wlz-zorg. De eisen voor een indicatie worden steeds strenger. U moet veel zorg nodig hebben om een indicatie te krijgen. Zelfstandig wonen met zorg in een woonzorgcentrum kan een alternatief zijn, zie ook hoofdstuk 3.

Zorggroep Ter Weel heeft in Goes drie locaties, te weten zorgcentrum Gasthuis, zorgcentrum Randhof en woonzorgcentrum Sint Maarten in de Groe.

#### **Ter Weel, cliëntenservicebureau**

0900-22 44 880

[www.terweel.nl](http://www.terweel.nl)

Stichting Zorgverlening van de Gereformeerde gemeenten in Zeeland heeft een woonzorgcentrum in Goes, namelijk Rehoboth.

#### **Rehoboth**

0113-224 500

[www.cedrah.nl](http://www.cedrah.nl)

### **Eigen bijdrage**

De kosten voor opname in een verzorgingshuis of verpleeghuis worden voor het grootste gedeelte betaald vanuit de Wlz (Wet langdurige zorg). Het overige deel betaalt u zelf, de eigen bijdrage. De hoogte van de eigen bijdrage is afhankelijk van uw persoonlijke situatie, uw inkomen en vermogen. Het CAK berekent en incasseert de eigen bijdrage.

## 1.9 Verpleeghuizen

Verpleeghuizen bieden huisvesting en zorg aan senioren die door lichamelijke en/of psychogeriatrische aandoeningen permanente zorg nodig hebben. Als die niet meer thuis kan worden geboden, dan biedt een tijdelijke of blijvende opname uitkomst. In een verpleeghuis worden verschillende vormen van zorg aangeboden, zoals fysiotherapie, logopedie, ergotherapie, maatschappelijk werk en activiteitenbegeleiding.

De verpleeghuiszorg binnen de gemeente Goes is veelal kleinschalig georganiseerd. Zij bestaat uit kleinschalige woongroepen die onderdeel uitmaken van een wooncomplex voor ouderen of een zorgcentrum. Zorggroep Ter Weel, SVRZ en Rehoboth bieden verpleeghuiszorg aan op diverse locaties in Goes en in enkele dorpen er omheen.

### **Aanvraag opname**

In overleg met de huisarts of specialist, doet u of uw familie een aanvraag voor opname in een verpleeghuis bij het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). Bij een positief advies (indicatie) wordt u op de wachtlijst geplaatst.

### **Dagbehandeling**

Na een ongeval of CVA kunt u te maken krijgen met chronische lichamelijke problemen. Voor thuiswonende mensen bestaat de mogelijkheid van dagbehandeling. Specialisten zoals de fysiotherapeut en ergotherapeut staan voor u klaar.

Voor dagbehandeling hebt u een indicatie van het CIZ nodig. De kosten van dagbehandeling worden deels betaald vanuit de Wlz. Daarnaast betaalt u via het CAK een eigen bijdrage. Het vervoer van en naar de dagbehandeling is inbegrepen.

**Ter Valcke**  
**SVRZ, de Zorglijn**  
0900-78 79 777  
[www.svrz.nl](http://www.svrz.nl)

## **Wlz-cliëntondersteuning**

Niet alle ouderen hebben de kennis, vaardigheden en energie om zelf hun weg te vinden in het aanbod van dienst- en zorgverlening. Wie een Wlz-indicatie heeft, kan informatie, advies en ondersteuning krijgen bij het maken van keuzes voor passende zorg. Ook is er hulp beschikbaar bij het aanvragen van een herindicatie of bij het indienen van een klacht of bezwaar. De Wlz-cliëntondersteuner is onafhankelijk en werkt vanuit het belang van de cliënt.

### **SMWO, Wlz-cliëntondersteuning**

0900-55 50 777

infopunt@smwo.nl

www.smwo.nl

## **Intensieve zorg en verpleging thuis**

In bepaalde situaties is het mogelijk de intensieve zorg en verpleging thuis te ontvangen. Het gaat dan om 24-uurs zorg thuis. Verpleging, begeleiding, huishoudelijke hulp en maaltijden kunnen hieronder vallen. Er is een eigen bijdrage verschuldigd en de woonlasten zijn uiteraard voor eigen rekening.

# **1.10 Zorgverzekering**

## **Basisverzekering**

Alle inwoners van Nederland zijn verplicht een zorgverzekering af te sluiten. Verzekeraars zijn op hun beurt verplicht om iedereen die zich voor de basisverzekering aanmeldt, te accepteren. De dekking van de basisverzekering is bij elke verzekeraar gelijk. Wel kan de premie per zorgverzekeraar verschillen. Elk jaar, met ingang van 1 januari, kunt u van verzekeraar veranderen.

## **Verplicht eigen risico**

Elke verzekerde van achttien jaar en ouder heeft een verplicht eigen risico van € 385,- per jaar (2017). Bezoeken aan de huisarts vallen niet onder het eigen risico.

## **Aanvullende verzekering**

Bepaalde kosten worden niet vergoed door de basisverzekering. Hiervoor kunt u zich aanvullend verzekeren. Bij deze verzekering kan de verzekeraar wel eisen stellen om u toe te laten tot de verzekering. De verzekeraars hebben verschillende pakketten waaruit u kunt kiezen. Elk jaar kunt u van verzekering en verzekeraar wisselen.

## **Collectieve verzekering**

Samen met een grote groep mensen kunt u gebruik maken van een collectieve verzekering. De groep kan korting bedingen op de premie van de basisverzekering en/of aanvullende verzekering. Eventueel wordt dit gecombineerd met een betere dekking van de aanvullende verzekering. Voorwaarde daarvoor is meestal dat u lid bent van een bepaalde organisatie. Als u nog in loondienst bent, kunt u vaak via uw werkgever een collectieve verzekering afsluiten. Aanbieders van collectieve verzekeringen zijn onder andere ouderenbonden, patiëntenverenigingen, vakbonden en landelijke sportverenigingen.

## **Aanvullende verzekering gemeente Goes**

De gemeente Goes heeft een overeenkomst met de CZ-groep voor een goedkopere aanvullende verzekering voor mensen met een laag inkomen.

## **Tegemoetkoming zorgkosten**

Chronisch zieke of gehandicapte inwoners uit de gemeente Goes, met een laag inkomen, kunnen in 2017 een bijdrage voor zorgkosten ontvangen. Het gaat om kosten die niet worden vergoed door de verzekeraar. De maximale vergoeding bedraagt € 375,-. Jaarlijks wordt de regeling vastgesteld. De uitvoering wordt verzorgd door GR De Bevelanden.

## **Zorgtoeslag**

U kunt een tegemoetkoming krijgen voor de kosten van de basisverzekering: de zorgtoeslag. Deze toeslag vraagt u aan bij de Belastingdienst. De hoogte van de toeslag is afhankelijk van uw persoonlijke situatie, uw inkomen en vermogen. In 2017 ontvangt een alleenstaande maximaal € 1056,- zorgtoeslag.

Zorgtoeslag kunt u rechtstreeks aanvragen via de website van de Belastingdienst, [www.belastingdienst.nl](http://www.belastingdienst.nl). U kunt ook een aanvraagformulier zorgtoeslag krijgen via de BelastingTelefoon: 0800-05 43.

Voor hulp bij het invullen van uw aanvraagformulier zorgtoeslag kunt u terecht bij de organisaties die genoemd worden in hoofdstuk 7.

## **Ziekenvervoer**

Zorgverzekeraars vergoeden voor bepaalde groepen patiënten een deel van de reiskosten voor doktersbezoek. De regeling geldt alleen voor behandelingen uit het basispakket van de zorgverzekering. Gaat u voor een andere behandeling naar de dokter of het ziekenhuis, dan krijgt u uw reiskosten niet vergoed. U dient vooraf toestemming te vragen. Dit kan door telefonisch contact op te nemen met uw zorgverzekeraar en vervolgens een aanvraagformulier in te vullen.

# **1.11 Hulpmiddelen**

Er zijn allerlei voorzieningen en hulpmiddelen om het leven met een beperking makkelijker te maken. Voorbeelden zijn een rolstoel, scootmobiel, woningaanpassing of hulpmiddelen bij een medische behandeling (inфуuspomp, injectiespuit). Veel informatie vindt u op de website [www.hulpmiddelenwijzer.nl](http://www.hulpmiddelenwijzer.nl).

## **Eenvoudige loophulpmiddelen**

De kosten van een eenvoudig loophulpmiddel zoals een rollator, looprek, kruk of wandelstok worden niet vergoed. Vraag voordat u tot aanschaf overgaat advies aan uw huisarts of fysiotherapeut. Heeft u tijdelijk een loophulpmiddel nodig, dan kunt u hiervoor ook terecht bij een uitleen van hulpmiddelen.

Onderhoud aan een rollator is belangrijk. Een goede en veilige rollator kan veel valongelukken voorkomen. Bij voorkomende problemen met uw rollator geldt: bel uw leverancier. SMWO organiseert regelmatig een rollatorspreekuur. Daar wordt naar de staat en de afstelling van uw rollator gekeken en ontvangt u tips en adviezen.

## **Hulpmiddelen via de gemeente**

Heeft u een hulpmiddel nodig om thuis zelfstandig te kunnen blijven wonen? Of om u in huis en daarbuiten goed te kunnen verplaatsen? Deze hulpmiddelen kan de gemeente u verstrekken vanuit de Wmo. Voorbeelden zijn een rolstoel, traplift of scootmobiel. Voor de meeste hulpmiddelen moet u via het CAK een eigen bijdrage betalen. Informeert u vooraf bij GR De Bevelanden naar de hoogte hiervan.

## **Hulpmiddelen en verpleegartikelen via de zorgverzekeraar**

Uw zorgverzekering regelt hulpmiddelen en verpleegartikelen die u nodig heeft voor behandeling, verpleging, revalidatie en verzorging. Bijvoorbeeld een verstelbaar bed of een speciaal matras als u langdurige bedrust nodig heeft. Voor meer informatie hierover, neemt u contact op met uw zorgverzekeraar.

## **Uitleen hulpmiddelen en verpleegartikelen**

Tijdelijk krukken nodig, een rollator of rolstoel? Dit kan noodzakelijk zijn na een val of operatie. Of u hebt thuis een ziekenhuisbed nodig na een opname in het ziekenhuis.

Verpleegartikelen en hulpmiddelen kunt u zonder kosten lenen voor maximaal een half jaar. Voor verpleegartikelen is een indicatie nodig. Grote artikelen worden thuisbezorgd. Hulpmiddelen kunt u lenen zonder indicatie en kunt u zelf ophalen.

### **Welzorg Winkel**

Kolveniershof 50  
0113-753 193  
goes@welzorg.nl

### **CombiComfort**

Nobelweg 1  
0113-341 049  
info@combicomfort.nl

### **Medipoint**

Klein Frankrijk 31  
088-12 48 130



**2.**

**Hulp en  
ondersteuning  
bij zelfstandig  
wonen**



Mocht u informatie, advies of hulp nodig hebben bij de onderwerpen in dit hoofdstuk, dan kunt u terecht bij:

- SMWO
- GR De Bevelanden, afdeling WIZ
- Ouderenbonden
- Ouderenhulplijn
- Mezzo

De gegevens van deze organisaties vindt u in hoofdstuk 7.

De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) regelt dat mensen ondanks een beperking mee kunnen doen in de samenleving. Dit kan bijvoorbeeld door het verstrekken van hulp of hulpmiddelen. De uitvoering van de wet heeft de gemeente ondergebracht bij GR De Bevelanden. Eén plaats waar u terecht kunt met al uw vragen en verzoeken om hulp.

## 2.1 Hulp en zorg

### **Keukentafelgesprek**

Wanneer u zich met uw vraag om ondersteuning meldt bij GR De Bevelanden wordt er een afspraak ingepland, een zogenaamd keukentafelgesprek. Als eenvoudige vragen ook schriftelijk of telefonisch kunnen worden afgehandeld, zal een gesprek niet altijd nodig zijn.

In het keukentafelgesprek wordt zorgvuldig naar uw persoonlijke omstandigheden gekeken om vast te kunnen stellen welke hulp nodig is. Er wordt met u besproken wat u zelf kunt doen om de vraag op te lossen. Ook wordt bekeken of familie, burens of vrijwilligers kunnen helpen bij de oplossing van uw vraag. Indien nodig zal de ondersteuning door een professionele organisatie worden ingezet.

De gemeenteambtenaar maakt van het gesprek een verslag en legt dit aan u voor. Uiteindelijk deelt de gemeente u schriftelijk haar besluit mee in een beschikking. Hierin staat welke hulp en voorzieningen u krijgt.

Het is belangrijk dat u zich goed voorbereidt op het gesprek. Het gesprek is bepalend voor de zorg en ondersteuning die u krijgt. Iemand die uw situatie goed kent, kunt u vragen bij het gesprek aanwezig te zijn, bijvoorbeeld een familielid, buur of mogelijk een professioneel hulpverlener zoals een cliëntondersteuner van SMWO. Samen kunt u vooraf doornemen wat u wilt zeggen en alle belangrijke punten op papier zetten, zodat u niets vergeet.

## **Hulp bij het huishouden**

Lukt het u niet meer om uw huishoudelijk werk te doen, dan kunt u een verzoek doen voor hulp in het huishouden bij GR De Bevelanden. Bij het toekennen van hulp wordt onderscheid gemaakt tussen huishoudelijke hulp en huishoudelijke zorg.

Huishoudelijke hulp is er voor het uitvoeren van huishoudelijk werk. Daarnaast kan er hulp nodig zijn bij het regelen van het huishouden. Voor de hulp bij het huishouden betaalt u een eigen bijdrage. De hoogte van de eigen bijdrage is afhankelijk van uw inkomen en persoonlijke situatie.

Heeft de gemeente u huishoudelijke hulp toegezegd, dan wordt die geleverd door een thuiszorginstelling waar de gemeente een contract mee heeft afgesloten. Met de thuiszorgorganisatie van uw keuze bespreekt u welke taken u zelf (en met mensen uit uw netwerk) kunt doen en welke taken de hulp doet. Hulp in het huishouden kunt u ook regelen met een persoonsgebonden budget (PGB).

## **Huishoudelijke Hulp Toelage**

U kunt er in 2017 ook voor kiezen om naast het aantal uren dat via de Wmo is toegekend, extra uren huishoudelijke hulp in te kopen. De gemeente draagt hier € 17,50 per uur aan bij. Het resterende deel betaalt u zelf (ca € 7,50). Aanvragen verlopen via de zorgaanbieder.

## **Persoonlijke verzorging en verpleging**

Persoonlijke verzorging is bijvoorbeeld hulp bij het douchen, hulp bij het opstaan uit bed en hulp bij het eten of scheren. Verpleging is bijvoorbeeld het verzorgen van een wond of het toedienen van een injectie.

Voor persoonlijke verzorging en verpleging kunt u zelf contact opnemen met een wijkverpleegkundige. De wijkverpleegkundige stelt de indicatie en regelt dat u de zorg krijgt. Een verwijzing van de huisarts is niet nodig. Uw zorgverzekering vergoedt persoonlijke verzorging en verpleging.

### **Persoonsgebonden budget**

Met een persoonsgebonden budget (PGB) wordt u een geldbedrag toegekend waarmee u zelf zorg inkoop. U kunt hiermee zelf uw hulpverlener kiezen. Het geeft u meer vrijheid om de zorg te regelen naar uw behoefte. Daar staat tegenover dat u zelf de zorg moet gaan organiseren.

Er zijn vier soorten PGB's:

- PGB-Wmo voor ondersteuning die valt onder de Wet Maatschappelijke Ondersteuning;
- PGB-Wlz voor intensieve zorg thuis die valt onder de Wet langdurige zorg;
- PGB-Jeugdwet voor zorg die valt onder de Jeugdwet;
- PGB-ZVV voor wijkverpleegkundige zorg die valt onder de Zorgverzekeringswet.

U kunt een PGB aanvragen:

- bij de gemeente voor Wmo en jeugdzorg;
- bij het zorgkantoor voor Wlz-zorg;
- bij de zorgverzekeraar voor ZVV-zorg.

Het is mogelijk dat u meerdere budgetten tegelijkertijd ontvangt. Voldoet u aan de voorwaarden dan stuurt de gemeente, het zorgkantoor of uw zorgverzekeraar een beschikking waarin staat dat u een PGB krijgt en hoe hoog uw budget is.

U ontvangt het geldbedrag niet persoonlijk. Het uitbetalen van uw zorgverlener verloopt via De Sociale Verzekeringsbank (SVB). Een PGB voor een hulpmiddel of woonvoorziening wordt wel direct aan u uitbetaald.

Laat u goed adviseren of u voor de zorg waar u recht op hebt ook gebruik kunt maken van een PGB en op welke manier. Meer informatie over het persoonsgebonden budget krijgt u bij:

### **Per Saldo**

(Vereniging van budgethouders voor hulp en hulpmiddelen)  
Postbus 19161  
3501 DD Utrecht  
0900-74 24 857  
[www.pgb.nl](http://www.pgb.nl)

### **CIZ Bergen op Zoom - Vlissingen**

Postbus 166  
4600 AD Bergen op Zoom  
088-78 91 460  
[www.ciz.nl](http://www.ciz.nl)

### **Zorgkantoor Zeeland**

Bezoekadres: Wulfaertstraat 25, Goes (CZ-kantoor)  
Postadres: Postbus 5130, 5004 EC Tilburg  
0113-274 400  
[infozorgkantoren@cz.nl](mailto:infozorgkantoren@cz.nl)  
[www.cz.nl/zorgkantoor](http://www.cz.nl/zorgkantoor)

## **Eigen bijdrage**

Krijgt u zorg vanuit de Wmo (via de gemeente) en/of vanuit de Wlz (via het zorgkantoor), dan betaalt u daarvoor in veel gevallen een eigen bijdrage. De eigen bijdrage van alle zorg en voorzieningen samen mogen niet zomaar bij elkaar worden opgeteld. Er geldt een maximum voor de totale eigen bijdrage. De maximale eigen bijdrage is afhankelijk van uw inkomen, uw persoonlijke omstandigheden en uw eventuele vermogen. Hoeveel u werkelijk gaat betalen, is ook afhankelijk van de hoeveelheid zorg die u ontvangt.

Het Centraal Administratiekantoor (CAK) berekent en int uw eigen bijdrage. U krijgt daar bericht van. De maximale hoogte van uw eigen bijdrage kunt u ook zelf berekenen, bijvoorbeeld op de website van het CAK.

## **CAK**

Antwoordnummer 1608  
2509 VB Den Haag  
0800-19 25  
www.hetcak.nl

### **Service- en dienstenpakketten**

Zorgcentra, thuiszorginstellingen, verzekeringsmaatschappijen en particuliere bureaus bieden zogenaamde service- en dienstenpakketten aan. Een pakket geeft korting op service of diensten van aanbieders waarmee een contract is afgesloten. Een pakket kan onder andere bestaan uit:

- ontspannings- of bewegingsactiviteiten;
- een alarmeringssysteem;
- maaltijdvoorziening;
- onderhoud van woning en/of tuin;
- korting bij een kapsalon, was- en strijkservice, pedicure of diëtist.

De samenstelling, de prijs en de korting die u kunt krijgen, lopen sterk uiteen. Voordat u een abonnement op een service- of dienstenpakket neemt, kunt u zich het volgende afvragen:

- Kan ik bepaalde hulp bij de gemeente of welzijnsorganisatie aanvragen?
- Heb ik behoefte aan de aangeboden diensten?
- Wil ik gebruik maken van de aanbieder waarmee een contract is afgesloten?

## **2.2 Hulp door vrijwilligers**

U woont nog zelfstandig en wilt extra hulp en aandacht. Dan kunt u mogelijk een beroep doen op een vrijwilliger. De hulp die vrijwilligers bieden is praktische hulp en geen vervanging van de professionele thuiszorg. Het is een aanvulling op de hulp die u krijgt van eventuele mantelzorgers (bijvoorbeeld uw partner, kinderen, burens of vrienden).

## **Wat kan de vrijwilliger voor u doen?**

Praktische zaken, zoals boodschappen doen, vervoer naar arts of ziekenhuis, kleine klusjes in huis en tuin, maar ook gewoon samen gezellige dingen doen als wandelen, winkelen, naar het theater of koffiedrinken.

Er zijn tal van organisaties die beschikken over vrijwilligers die voor dit doel kunnen worden ingezet. Het Vrijwilligerspunt Goes heeft een goed overzicht van alle mogelijkheden. Bovendien beschikt het Vrijwilligerspunt Goes over een eigen vrijwilligersgroep. Namens een cliënt kan er ook hulp worden aangevraagd door de familie, huisarts, wijkverpleegkundige, thuiszorg, maatschappelijk of pastoraal werkers.

### **Vrijwilligerspunt Goes**

's-Heer Elsdorppweg 12  
4461 WK Goes  
0113-277 122 (09.30 - 12.30 uur)  
0113-277 111 (12.30 - 17.00 uur)  
info@vrijwilligerspuntgoes.nl  
www.vrijwilligerspuntgoes.nl

Andere organisaties die u kunt benaderen voor hulp van een vrijwilliger zijn onder andere:

- Kergenootschappen;
- Ouderenbonden;
- De Zonnebloem;
- Rode Kruis;
- Humanitas;
- Leger des Heils;
- 't Gilde de Bevelanden;
- Ruilwinkel Goes.

Enkele wijken en dorpen hebben een eigen vrijwilligerscentrale.

### **'s-Heer Hendrikskinderen**

0113-228 984  
adrivanoosten@hetnet.nl

**'s-Heer Arendskerke**  
0113-561 802  
jannynagel@zeelandnet.nl

**Kattendijke**  
06-31260396  
kadozekattendijke@gmail.com

**Goes (stad) Buur4Goes**  
Burenhulp via Facebook

## 2.3 Maaltijdvoorzieningen

Ook als u niet (geregeld) een warme maaltijd kan of wil bereiden, zijn er vele mogelijkheden om dagelijks warm te eten. Supermarkten verkopen kant-en-klare maaltijden in vele variaties die opgewarmd kunnen worden in de magnetron of oven. Bij restaurants of cateringbedrijven kunt u maaltijden afhalen of laten bezorgen. Adressen vindt u onder andere in advertentiebladen.

### **Maaltijd Thuis**

Maaltijd Thuis bezorgt tegen betaling maaltijden bij u thuis. Deelname aan Maaltijd Thuis is mogelijk voor ouderen die niet in staat zijn tijdelijk of langere tijd zelf een warme maaltijd te bereiden. Met een eventueel dieet wordt rekening gehouden. De maaltijden worden vijf dagen per week bezorgd door vrijwilligers.

Heeft u een minimuminkomen (netto AOW) dan kunt u bij GR De Bevelanden, afdeling WIZ een financiële tegemoetkoming in de kosten voor deze maaltijd aanvragen.

**Maaltijd Thuis**  
Zorggroep Ter Weel  
0113-654 259

## **Restaurants zorgcentra**

Verschillende zorgcentra hebben een restaurant. U kunt daar, meestal dagelijks, een warme maaltijd nuttigen voor een redelijke prijs. U eet samen met andere bezoekers en bewoners. U dient zelf voor vervoer te zorgen. Informeer bij onderstaande instellingen naar de dagen, het tijdstip en de kosten.

### **Zorgcentrum Gasthuis**

Kievitlaan 64  
4461 RB Goes  
0113-654 350

### **Zorgcentrum Randhof**

's-Heer Elsdorpweg 18  
4461 WL Goes  
0113-654 222

### **Zorgcentrum Sint Maarten in de Groe**

Beukenstraat 190  
4462 CB Goes  
0113-654 321

### **Zorgcentrum Rehoboth**

Bergweg 1  
4461 LX Goes  
0113-224 500

### **Verpleeghuis Ter Valcke**

Louise de Colignylaan 2  
4461 SP Goes  
0113-315 300

### **Erasmuspark**

Troelstralaan 162  
4463 XZ Goes  
0900-78 79 777

### **Poelwijck**

Boogstraat 48  
4458 CB 's-Heer Arendskerke  
0113-315 300



### **Smakelijk uit.....**

Onder deze noemer verzorgen een aantal zorgorganisaties in samenwerking met de Vredeskerk en het Goese Lyceum regelmatig maaltijden in Goes-Zuid, Goes-West en Goes-Oost. Vraag naar een folder bij één van de deelnemende organisaties. In 's-Heer Hendrikskinderen en Kattendijke wordt maandelijks een maaltijd georganiseerd in het dorpshuis.

## **2.4 Personenalarmering**

Een alarmsysteem zorgt ervoor dat u in noodgevallen dag en nacht verzekerd bent van hulp. Het systeem bestaat uit een melder en een zender. De melder staat bij uw telefoon en de zender draagt u steeds bij u. De zender is licht en kleiner dan een luciferdoosje. Bij een noodsituatie drukt u op de knop van de zender en komt er een spreekluisterverbinding tot stand met de alarmcentrale van SPAZ. U kunt dan eventueel een gesprek voeren met de medewerker van de centrale.

U kunt kiezen uit twee abonnementsvormen. Informeert u bij de aanbieders naar de kosten van het abonnement en de eenmalige aansluitingskosten.

De gemeente Goes kan voor personenalarmering een tegemoetkoming geven in de kosten. Heeft u een laag inkomen en weinig eigen vermogen, dan kunt u een beroep doen op bijzondere bijstand bij GR De Bevelanden, afdeling WIZ.

### **Alarmopvolging door contactpersonen**

U geeft bij aanmelding de gegevens op van minimaal drie contactpersonen (familie, burens) die telefonisch bereikbaar zijn. De contactpersonen krijgen van u een huissleutel. Zodra er een melding van u binnenkomt bij de alarmcentrale, wordt één van uw contactpersonen gebeld om u verder te helpen.

### **Professionele alarmopvolging**

Bij deze vorm wordt er na uw melding een professionele zorgverlener ingeschakeld, die naar u toekomt om u te helpen. In dit geval beschikt de organisatie over uw huissleutel. Dit is een duurder abonnement dan de alarmopvolging door contactpersonen.

Voor personenalarmering kunt u een vergoeding aanvragen bij uw zorgverzekeraar. U moet dan wel een medische verklaring hebben van uw huisarts. Informeert u bij uw zorgverzekeraar naar de mogelijkheden.

### **Mobiele alarmering**

Met mobiele alarmering is het mogelijk om te allen tijde een alarm te maken, waar u zich ook bevindt. Hiervoor levert de SPAZ een klein mobiel apparaatje van Wuzzi Alert. Dit apparaatje is voorzien van een GSM om verbinding te maken met de meldcentrale van de SPAZ. Verder is het voorzien van een krachtige GPS om uw exacte locatie te kunnen bepalen.

Als u de alarmknop indrukt, wordt er verbinding gemaakt met de meldcentrale van de SPAZ en kunt u praten met de centralist van SPAZ. Indien nodig waarschuwt deze één van uw contactpersonen. Bovendien kan de centralist van SPAZ exact zien waar u op dat moment bent. Mocht u niet kunnen praten, dan kan men toch hulp naar u toesturen.

### **Alarmering via GSM**

Steeds meer mensen hebben geen vast telefoontoestel meer, maar bellen via hun GSM. Tot voor kort konden deze mensen geen gebruik maken van een alarmtoestel voor personenalarmering. Bij de SPAZ kan dat nu wel.

#### **Stichting Personenalarmering Zeeland (SPAZ)**

0118-551 215 (maandag t/m vrijdag van 09.00 - 12.00 uur)

[info@personenalarmering.nl](mailto:info@personenalarmering.nl)

[www.personenalarmering.nl](http://www.personenalarmering.nl)

### **Telefooncirkel Goes**

De telefooncirkel is voor alleenwonende ouderen in Goes. Aan de deelname zijn geen kosten verbonden. Een telefooncirkel heeft behalve alarmering ook een sociale functie. SMWO zorgt voor de organisatie.

Deelnemers aan een cirkel bellen elkaar iedere ochtend voor een kort gesprek. Wanneer de telefoon niet wordt opgenomen, gaat iemand van de begeleiding na of er wat aan de hand is. De begeleiding van de telefooncirkel is in handen van vrijwilligers. Begeleiders organiseren geregeld activiteiten voor de deelnemers, zoals koffiemiddagen.

## 2.5 Tijdelijke opvang

### **Noodopvang**

Goese kerkgenootschappen hebben een noodopvang gerealiseerd voor iedereen die in een crisissituatie verkeert en onderdak nodig heeft. U kunt in principe één of twee nachten in de noodopvang verblijven. De volgende dag wordt samen met u geprobeerd een duurzamere vorm van opvang te regelen. Vrijwilligers regelen de begeleiding en zorg.

#### **Noodopvang De Bevelanden**

Ravelijn de Groene Jager 70

4461 DJ Goes

Bereikbaarheidsdienst: 06-51338781

### **Tijdelijk verblijf**

Tijdelijk verblijf in een woonzorgcentrum kan uitkomst bieden wanneer uw vaste dagelijkse mantelzorgers tijdelijk niet beschikbaar is, bijvoorbeeld vanwege ziekte of vakantie. Of wanneer u na een ziekenhuisopname nog niet voldoende hersteld bent om zelfstandig thuis te wonen.

U kunt zowel met als zonder indicatie gebruik maken van tijdelijk verblijf. Informeer vooraf naar de wijze van bekostiging.

#### **SVRZ, de Zorglijn**

0900-78 79 777

[www.svrz.nl](http://www.svrz.nl)

#### **Ter Weel, cliëntenservicebureau**

0900-22 44 880

[www.terweel.nl](http://www.terweel.nl)

#### **Erasmuspark**

Troelstralaan 162

4463 XZ Goes

0900-78 79 777

## 2.6 Mantelzorgondersteuning

Mantelzorg is hulp van niet-professionele hulpverleners, zoals familieleden, buren of kennissen. Degenen die helpen doen dat graag en verwachten daar zelden iets voor terug. Zeker wanneer het om naaste familieleden gaat, staan mantelzorgers dag en nacht klaar. Vaak moeten zij daarbij ook hun eigen huishouden draaiende houden en sommigen hebben nog een baan. Belangrijk is dat het allemaal niet te veel wordt. Mantelzorgers hebben immers ook tijd voor zichzelf nodig.

Schroomt u daarom niet om af en toe professionele of vrijwillige hulp in te schakelen, ook al krijgt u hulp van een mantelzorger. U kunt vervangende zorg krijgen voor een bepaalde periode.

### **U bent zelf mantelzorger**

Als mantelzorger kunt u terecht bij het Mantelzorgpunt Goes van SMWO. De ondersteuning is kosteloos. Neemt u gerust contact op met het Mantelzorgpunt als u:

- advies en informatie wilt;
- behoefte heeft aan een luisterend oor;
- een cursus, themabijeenkomst of gespreksgroep wilt bezoeken;
- een vrijwilliger zoekt die uw taak kan verlichten;
- vragen heeft over de mantelzorgwaardering.

### **Respijtzorg**

Mantelzorgers kunnen de zorg langer volhouden als zij af en toe de zorg uit handen kunnen geven en zelf nieuwe energie kunnen opdoen. Een tijdelijke en volledige overname van zorg, met als doel de mantelzorger een adempauze te geven, wordt respijtzorg genoemd.

Ervaren vrijwilligers kunnen de zorg enkele uren van u overnemen. Daardoor kunt u even tijd voor uzelf nemen. Informeer naar de mogelijkheden bij het Mantelzorgpunt Goes.

Wanneer het wenselijk is dat u langer dan enkele uren de zorg overdraagt, dan kunt u een beroep doen op een woonzorgcentrum of logeershuis dat tijdelijk verblijf biedt, zie paragraaf 2.5.

Wanneer u voor een aantal dagen de zorg wilt overdragen, dan kunt u ook een beroep doen op de landelijke Stichting Handen-in-Huis. Ervaren vrijwilligers nemen in uw huis de zorg van u over, zodat u de gelegenheid hebt voor familiebezoek, een korte vakantie enzovoort. Na een zorgvuldige intakeprocedure vindt er een kennismakingsgesprek plaats tussen u en de vrijwilliger. Indien beiden positief zijn, kan de respijtzorg in gang worden gezet. De meeste zorgverzekeraars vergoeden respijtzorg vanuit een aanvullende polis.

### **SMWO Mantelzorgpunt Goes**

's-Heer Elsdorpweg 12  
4461 WK Goes  
0113-277 122 (09.30 - 12.30 uur)  
0113-277 111 (12.30 - 17.00 uur)  
mantelzorg@smwo.nl  
www.vrijwilligerspuntgoes.nl

### **Stichting Handen-in-Huis**

030-659 09 70  
info@handeninhuis.nl  
www.handeninhuis.nl

Voor informatie over mantelzorg kunt u ook contact opnemen met Mezzo: de landelijke vereniging voor mantelzorg en vrijwillige hulp.

### **De Mantelzorglijn**

Voor iedereen die voor een ander zorgt  
0900-20 20 496 (€ 0,10 p/m)  
Iedere werkdag bereikbaar tussen 09.00 en 16.00 uur  
mantelzorglijn@mezzo.nl  
www.mezzo.nl

### **Mantelzorgwaardering**

Als blijk van waardering stelt de gemeente Goes een financiële tegemoetkoming beschikbaar voor mantelzorgers die langdurig en intensief voor iemand zorgen. Jaarlijks stelt de gemeente deze tegemoetkoming vast. In 2017 bedraagt de waardering € 75.

Doorgaans kunt u de aanvraag van 1 februari t/m 31 maart indienen bij het Mantelzorgpunt Goes. Het bijbehorende aanvraagformulier kunt u ophalen bij SMWO of de gemeente Goes of downloaden op de website [www.vrijwilligerspuntgoes.nl](http://www.vrijwilligerspuntgoes.nl) (kopje Mantelzorg) of op de website [www.goes.nl/mantelzorg](http://www.goes.nl/mantelzorg).

## 2.7 Dementie

In Goes en omgeving worden verschillende vormen van ondersteuning geboden voor mensen die een partner of familielid verzorgen met dementie.

### **Casemanager dementie**

Dementie is een aangrijpende aandoening, niet alleen voor de persoon die het treft, maar ook voor mensen in de directe omgeving. Vooral voor de partner en kinderen zijn de gevolgen groot. Hoe ga je met de ziekte om? Hoe verwerk je alle veranderingen die optreden? Wanneer roep je hulp in en van wie krijg je steun zodat je er niet alleen voor staat?

De casemanager kan hulp en zorg organiseren. Ook kan hij/zij ondersteuning bieden aan de mantelzorger en andere betrokkenen. Het doel hierbij is om overbelasting te voorkomen. Als u een casemanager wilt inschakelen, kunt u dit aangeven bij uw huisarts of specialist. Er zijn geen kosten aan verbonden en er is geen eigen bijdrage verschuldigd.

### **Gespreksgroep mantelzorgers dementerenden**

Door kennis en ervaringen te delen met andere mantelzorgers leert u beter omgaan met de zorg voor een dementerende. Er zijn zeven bijeenkomsten. Beroepskrachten begeleiden de groep.

#### **Ter Weel**

Cliëntenservicebureau  
0900-22 44 880  
[www.terweel.nl](http://www.terweel.nl)

## **Dagbesteding**

Dagbesteding is gericht op activering. Het is bedoeld voor thuiswonende ouderen die behoefte hebben aan contacten en niet meer zelfstandig kunnen functioneren. Zij kunnen één of meerdere dagdelen per week deelnemen. Dagbesteding vindt plaats binnen woonzorgcentra en zorgboerderijen.

Dagbesteding specifiek naar aandoening komt steeds minder vaak voor. Groepen zijn gevarieerd samengesteld, waarbij gekeken wordt naar de behoefte van iedere deelnemer. Na indicatie wordt dagbesteding vergoed vanuit de Wmo. Er is een eigen bijdrage verschuldigd.

## **Alzheimercafé**

Het Alzheimercafé is een maandelijks informele bijeenkomst voor mensen met dementie, hun naasten en belangstellenden. De bijeenkomsten starten meestal met een inleiding door een deskundige of vertoning van een film, waarna de bezoekers ideeën, informatie en ervaringen kunnen uitwisselen. Alzheimercafé De Bevelanden wordt gehouden op de laatste maandag van de maand van 19.00 – 21.30 uur.

### **Alzheimercafé De Bevelanden**

Zorgcentrum Randhof  
's Heer Elsdorpweg 18, Goes  
06-53839902 of 06-10251777  
acbevelanden@gmail.com  
www.alzheimer-nederland.nl

## **Ontmoetingscentrum Erasmuspark**

Het ontmoetingscentrum geeft ondersteuning, zowel aan mensen met dementie als de mantelzorger. Het programma komt tot stand in overleg met de deelnemers. Er is ruimte voor ontmoeten, bewegen en recreatie.

### **Ontmoetingscentrum Erasmuspark**

Troelstralaan 162  
4463 XZ Goes  
0900-78 79 777 (SVRZ-zorglijn)  
zorglijn@svrz.nl  
www.svrz.nl

## **Mentorschap Zeeland**

Wie voor ondersteuning niet kan terugvallen op een vertrouwd persoon in de eigen omgeving, kan een beroep doen op Mentorschap Zeeland. Een mentor helpt bij het nemen van beslissingen op het gebied van zorg, wonen en begeleiding. Pas wanneer de kantonrechter een verzoek voor mentorschap goedkeurt, start de mentor de ondersteuning.

### **Mentorschap Zeeland**

06-12581561

[info@mentorschapzeeland.nl](mailto:info@mentorschapzeeland.nl)

[www.mentorschapzeeland.nl](http://www.mentorschapzeeland.nl)





**3.**

**Zelfstandig  
wonen met  
extra's**

Mocht u informatie, advies of hulp nodig hebben bij de onderwerpen in dit hoofdstuk, dan kunt u terecht bij:

- SMWO
- GR De Bevelanden

De gegevens van deze organisaties vindt u in hoofdstuk 7.

De indicaties voor verblijf in een verzorgings- of verpleeghuis zijn aangescherpt. Langer zelfstandig wonen is de norm. Er zijn meer mogelijkheden gekomen voor 24-uurs zorg en verpleging thuis, zodat u minder snel hoeft te verhuizen naar een zorgcentrum.

Wanneer u wordt geconfronteerd met beperkingen kan een seniorvriendelijke woning eraan bijdragen dat u zelfstandig kunt blijven wonen. Zo kunt u bijvoorbeeld kiezen voor een nultriedewoning, een serviceflat of een zorgwoning. In uw huidige woning blijven wonen kan ook een oplossing zijn, zeker als u uw woning laat aanpassen.

## **3.1 Woning aanpassen**

Het aanpassen van de woning kan bestaan uit vaste of losse voorzieningen in uw woning. Bij vaste voorzieningen kunt u denken aan het verwijderen van drempels, het aanbrengen van handgrepen en steunen, het installeren van een traplift, het realiseren van een uitbouw of het regelen van toegang voor een rolstoel. Losse voorzieningen zijn bijvoorbeeld een douchestoeltje, een patiëntenlift in de slaapkamer of vervanging van de vloerbedekking. Kleine voorzieningen zult u in veel gevallen zelf moeten betalen. Ga in gesprek met de Wmo-consulent en bespreek de mogelijkheden.

Soms is verhuizen een betere oplossing. De gemeente mag u namelijk vragen om te verhuizen naar een andere, aangepaste woning, als dat een goede oplossing is voor uw woonprobleem. In specifieke situaties kan het zijn dat u in aanmerking komt voor een tegemoetkoming in de verhuiskosten.

## **Ideeën voor een veilige woning**

Alvast enkele ideeën om uw woning aan te passen en vooral de veiligheid in en om de woning te verbeteren. Sommige tips kunt u ook zelf uitvoeren:

- Leg geen losse kleedjes op gladde vloeren.
- Zorg voor een rookmelder op elke verdieping.
- Plaats automatische verlichting in de gang die reageert op beweging. Hiermee schrikt u bovendien inbrekers af.
- Zorg voor een mogelijkheid om post op te vangen achter de brievenbus. Dan hoeft u niet te bukken voor de post.
- Gebruik in huis een draadloze telefoon die u overal mee naar toe kunt nemen.
- Zorg dat er geen klinkers en grind op het toegangspad naar uw woning liggen. Gebruik liever betontegels en zorg dat uw toegangspad 90 cm breed is en vrij van obstakels.
- Voorzie vloer, bad en douchebak van anti-sliptegels.
- Vervang uw ligbad door een inloopdouche.

### **VeiligheidNL**

020-51 14 511

[info@veiligheid.nl](mailto:info@veiligheid.nl)

[www.veiligheid.nl](http://www.veiligheid.nl)

## **In Balans**

Een valongeval kan nare gevolgen hebben. U kunt zelf veel doen om te voorkomen dat u slachtoffer van een valongeval wordt. VeiligheidNL heeft een breed scala aan activiteiten ontwikkeld die het risico op vallen tot de helft verminderen.

SMWO en Zorggroep Ter Weel organiseren regelmatig In Balans activiteiten, onder andere een voorlichting, een korte cursus, beweegprogramma's en een rollatorspreekuur.

## 3.2 Seniorenwoningen

Seniorenwoningen zijn afgestemd op leeftijd en eventuele beperkingen. De woningen zijn doorgaans gelijkvloers, al dan niet met een kleine tuin. Een serviceflat biedt u daarnaast een pakket met extra diensten aan zoals welzijnsactiviteiten, een huismeester en een winkeltje.

Aanbieders van huurwoningen in de gemeente Goes, speciaal voor 65-plussers zijn:

**RWS Wonen**

0113-231 674

info@rwsgoes.nl

www.rwsgoes.nl

www.zuidwestwonen.nl

*(voor het aanbod, inschrijven en reageren op huurwoningen)*

**Woonzorg Nederland**

0900-12 34 996

klant@woonzorg.nl

www.woonzorg.nl

**Serviceflat De Horst**

0113-228 120

receptie@dehorstgoes.nl

www.dehorstgoes.nl

**Serviceflat De Schakel**

0113-228 951

receptie@deschakelgoes.nl

www.deschakelgoes.nl

**Stichting Zorgverlening van de  
Gereformeerde Gemeenten in Zeeland**

0113-224 500

infogoes@stichtingzorgverlening.nl

www.stichtingzorgverlening.nl

**E-Property**  
06-25083206  
info@e-property.nl  
www.e-property.nl

## 3.3 Zelfstandig wonen met zorg

### **Aanleunwoning**

Wanneer u zorg nodig heeft, kunt u in veel gevallen zelfstandig blijven wonen. Een aantal zorgcentra bezit aanleunwoningen. Als het nodig is, kunt u een beroep doen op de diensten van het aangrenzende zorgcentrum.

### **Zorgappartement in een zorgcentrum**

Enkele zorgcentra bieden de mogelijkheid om zonder indicatie een appartement in het verzorgingshuis te huren. U betaalt huur voor uw appartement en u kunt tegen extra vergoeding aanvullende diensten afnemen zoals een warme maaltijd, schoonmaak en kleding wassen.

### **Zorgappartement in een woonzorgcentrum**

In enkele wooncomplexen voor senioren is er een zorgteam van een zorgorganisatie aanwezig voor zorg en ondersteuning. U koopt of huurt een appartement en, indien nodig, ontvangt u alle zorg van het zorgteam. Daarnaast kunt u gebruik maken van een uitgebreid servicepakket.

**RWS Wonen**  
0113-231 674  
www.rwsgoes.nl

**SVRZ**  
0900-78 79 777 (de Zorglijn)  
www.svrz.nl

**Ter Weel**  
0900-22 44 880 (Cliëntenservicebureau)  
www.terweel.nl

**Stichting Zorgverlening van de  
Gereformeerde Gemeenten in Zeeland**  
0113-224 500  
www.stichtingzorgverlening.nl

## 3.4 Toeslagen en kwijtscheldingen

### Huurtoeslag

Huurtoeslag ontvangt u als tegemoetkoming in de huurkosten van een zelfstandige woning. Betaalt u te veel huur in verhouding tot uw inkomen, dan komt u in aanmerking voor huurtoeslag. Ook de hoogte van uw vermogen bepaalt of u recht hebt op huurtoeslag.

### Bijzondere bijstand

Heeft u te maken met onverwachte kosten en heeft u niet de middelen om deze zelf te betalen? In dat geval kan de gemeente u een tegemoetkoming verstrekken. De afdeling Werk, Inkomen en Zorg (WIZ) beoordeelt uw aanvraag en houdt rekening met uw omstandigheden.

**GR De Bevelanden**  
**Afdeling Werk, Inkomen en Zorg (WIZ)**  
*(voor gegevens, zie hoofdstuk 7)*

### Kwijtschelding onroerendezaakbelasting en afvalstoffenheffing

De gemeente Goes legt verschillende heffingen op, zoals de onroerendezaakbelasting (OZB) en afvalstoffenheffing. Heeft u een laag inkomen en weinig vermogen? Dan kunt u in aanmerking komen voor (gedeeltelijke) kwijtschelding.

Een verzoek om kwijtschelding bij de gemeente geldt ook voor de waterschapsbelastingen van Waterschap Scheldestromen. Sabewa Zeeland int de heffingen en behandelt uw verzoek om kwijtschelding. Let op, de heffing voor éénpersoonshuishoudens is lager dan voor meerpersoonshuishoudens.

**Sabewa Zeeland**  
088-99 95 800  
www.sabewazeeland.nl

## 3.5 Veiligheid

Als senior heeft u wellicht het gevoel dat u meer kans maakt om slachtoffer te worden van criminaliteit. Politiecijfers geven echter aan dat juist andere leeftijdsgroepen vaker slachtoffer van een misdrijf zijn. Voelt u zich toch onveilig? De politie heeft folders over preventietips. Zie ook [www.politie.nl/themas](http://www.politie.nl/themas).

### **Babbeltrucs**

Onbekenden bellen bij u aan en gebruiken een mooie smoes om binnen te komen. Vervolgens stelen zij uw geld en andere waardevolle bezittingen. Dieven doen zich soms voor als meteropnemer of reparateur. Of ze vragen om een glas water of een pen. Durf 'nee' te zeggen!

Kijk voor u de deur opendoet eerst wie heeft aangebeld. Zorg dat u de deur op een kier kunt zetten met een kierstandhouder of laat een kijkgaatje in uw deur maken.

### **Veilig op straat**

Als senior kunt u het nodige doen om te voorkomen dat u wordt bestolen of opgelicht:

- Stop uw geld altijd goed weg, bijvoorbeeld in een binnenzak;
- Leg niets van waarde in het mandje van uw rollator;
- Houd uw handtas buiten bereik van anderen;
- Laat niemand meekijken wanneer u uw pincode intoetst. Niemand hoeft uw pincode te kennen. Bankmedewerkers en politie zullen nooit vragen naar uw pincode.

### **Veilig gebruik van uw computer**

Wanneer u actief bent op internet, ga dan nooit in op vragen om uw wachtwoord, bankgegevens of creditcardnummer bekend te maken. Fraudeurs kunnen zich in e-mails voordoen als een bekende instantie, bijvoorbeeld uw bank. Met uw gegevens wordt daarna geld van uw rekening afgeschreven. Bent u toch slachtoffer geworden, breng dan meteen de bank op de hoogte.





# 4.

# Vervoer

Mocht u informatie, advies of hulp nodig hebben bij de onderwerpen in dit hoofdstuk, dan kunt u terecht bij:

- SMWO
- GR De Bevelanden
- Ouderenbonden
- Ouderenhulplijn

De gegevens van deze organisaties vindt u in hoofdstuk 7.

## 4.1 Openbaar vervoer

Voor reisadviezen van deur tot deur met het openbaar vervoer:  
0900-9292 (€ 0,70 p/m)  
[www.9292ov.nl](http://www.9292ov.nl)

### OV-chipkaart

Om te reizen met het openbaar vervoer heeft u een OV-chipkaart nodig. Of u reist met de bus, trein, tram of metro; u maakt gebruik van dezelfde kaart. Op de OV-chipkaart kunt u een saldo laden waarmee u kunt reizen. Het papieren treinkaartje is vervangen door een OV-chipkaart, maar op de meeste stations is nog een automaat voor papieren kaartjes in werking. Vrijwel iedere treinreiziger moet in- en uitchecken.

U kunt kiezen voor een persoonlijke of een anonieme OV-chipkaart. Iedere kaart heeft zijn eigen voordelen.

Anonieme OV-chipkaart:

- u kunt de kaart delen (maar niet tegelijkertijd);
- is op verschillende plaatsen verkrijgbaar;
- u hoeft uw persoonlijke gegevens niet bekend te maken.

De anonieme kaart kunt u kopen bij een Primera-winkel, het loket van een vervoerder of in de bibliobus.

Persoonlijke OV-chipkaart:

- kan leeftijdskorting verrekenen;
- kan automatisch worden opgeladen;
- u kunt uw reisgegevens op een website bekijken;
- bij verlies of diefstal kan de kaart geblokkeerd worden.

Een persoonlijke OV-chipkaart kunt u aanvragen op de website [www.ov-chipkaart.nl](http://www.ov-chipkaart.nl). Een papieren aanvraagformulier kunt u ophalen bij een loket van een vervoerder of aanvragen via de Klantenservice OV-chipkaart 0900-0980 (€ 0,50 p/m).

Oplaadpunten voor de OV-chipkaart in de gemeente Goes:

**Primera Goes**

Kolveniershof 13-15  
4461 DG Goes

**Albert Heijn**

Kolveniershof 44  
4461 DB Goes

**Agrimarkt**

van Doornestraat 2  
4462 EX Goes

**NS-station Goes**

**Bibliobus**

In bibliobussen tijdens de haltetijden op de standplaats in 's-Heer Hendrikskinderen en Wilhelminadorp.

**OV-ambassadeurs**

Bent u 55 jaar of ouder en ziet u er tegenop om met het openbaar vervoer te reizen en/of de OV-chipkaart te gebruiken? Roep dan de hulp in van een OV-ambassadeur. Dit zijn ervaren reizigers die u persoonlijk advies geven over het gebruik van de bus en de OV-chipkaart. U kunt zelfs samen een proefreis maken.

[ov-ambassadeurs@connexxion.nl](mailto:ov-ambassadeurs@connexxion.nl)

**NS Klantenservice**  
030-75 15 155  
[www.ns.nl/klantenservice](http://www.ns.nl/klantenservice)

### **Goedkope treinkaartjes**

Verschillende bedrijven, maar ook de NS bieden regelmatig goedkope treinkaartjes aan.

[www.goedkooptreinkaartje.com](http://www.goedkooptreinkaartje.com)

### **Bureau Assistentieverlening Gehandicapten**

Als u een beperking heeft, kan het zijn dat u hulp nodig heeft bij het reizen met de trein; bijvoorbeeld bij het in- en uitstappen of om uw weg te vinden op het station. Daarvoor zet de NS reisassistenten in. Belangrijk is dat u uw reis op tijd aanmeldt. Elke reis met assistentie moet u minstens een uur van tevoren aanvragen.

**NS Servicecentrale**  
030-23 57 822

### **OV-begeleiderskaart**

Met een OV-begeleiderskaart mag een begeleider gratis met u mee-reizen. U komt voor een OV-begeleiderskaart in aanmerking wanneer u in Nederland woont en als gevolg van een beperking niet in staat bent om zelfstandig met het openbaar vervoer te reizen. Voor het aanvragen van een OV-begeleiderskaart belt u met:

**Argonaut**  
030-23 54 661

### **Zonetaxi**

Voor een laag tarief van en naar het station reizen, kunt u met een zonetaxi doen. Ook in Goes kunt u voor korte ritten gebruik maken van de zonetaxi. U dient zich vooraf te registreren. Via internet of telefonisch kunt u een taxirit reserveren.

0900-67 98 294 (€ 0,20 p/m)  
[www.ns.nl](http://www.ns.nl)

## **OV-fiets**

Vanaf een treinstation verder reizen naar uw plaats van bestemming kan ook met een OV-fiets. Voor een klein bedrag huurt u dan een fiets bij het station. U moet hier een gratis fietsabonnement voor aanvragen. Dit abonnement koppelt u aan uw OV-chipkaart. Meer informatie en aanmelden kan via de website.

info@ov-fiets.nl  
www.ov-fiets.nl

## **4.2 Busvervoer**

### **Vaste buslijnen**

Deze buslijnen verbinden de regio's en grotere kernen onderling. Het zijn veelgebruikte buslijnen die de hele week volgens een vaste dienstregeling rijden.

**Connexxion Klantenservice**  
0900-26 66 399  
www.connexxion.nl

### **Buurtbus**

Deze kleinere bussen rijden onder verantwoordelijkheid van lokale buurtbusverenigingen en worden bestuurd door vrijwilligers. De buurtbussen rijden enkel op werkdagen van 08.00-18.00 uur. Het betreft steeds uurdiensten. U kunt betalen met de OV-chipkaart. Een voorbeeld is lijn 582 van Oud-Sabbinge via Wolphaartsdijk en Wilhelminadorp naar Goes.

06-19802532  
www.buurtbuszuidbeveland.nl  
info@buurtbuszuidbeveland.nl

### **Haltetaxi**

De haltetaxi sluit aan op de dienstregeling van de bus en rijdt alleen als er een rit wordt aangevraagd. De haltes zijn te herkennen aan de sticker "Haltetaxi". Voor het gebruik van de haltetaxi heeft u een

gebruikerspas nodig. Vraag uw reis minimaal anderhalf uur van tevoren aan. U betaalt hetzelfde tarief als in een bus.

Let op: u kunt in de haltetaxi geen gebruik maken van uw OV-chipkaart of uw abonnement. Voorbeeld is lijn 995 van station Goes naar het ziekenhuis.

088-23 58 000  
info@haltetaxi.nl

## 4.3 Taxivervoer

Als u vanwege een beperking geen gebruik kunt maken van het openbaar vervoer of een ander vervoermiddel zoals fiets of bromfiets, dan kunt u zich bij GR De Bevelanden melden met uw vervoersprobleem. Samen wordt met u naar een oplossing gezocht. Een oplossing kan zijn het gebruik van de Regiotaxi.

### **Regiotaxi Oosterschelde**

Met de Wmo-vervoerspas kunt u tegen een gereduceerd tarief gebruik maken van Regiotaxi Oosterschelde. Met de Regiotaxi reist u van deur-tot-deur zonder overstappen naar de plaats van bestemming. Wel kan de taxi omrijden, omdat bestemmingen van andere passagiers worden gecombineerd. Aan het omrijden zijn geen extra kosten verbonden. De omweg mag niet meer tijd kosten dan de normale reistijd plus 50%.

In bijzondere situaties kan het nodig zijn dat er een begeleider mee-reist. Deze begeleider reist gratis mee. Hiervoor is wel een extra indicatie nodig.

Voor het gebruik van de Regiotaxi gelden de volgende regels:

- De Regiotaxi rijdt dagelijks van 07.00 - 23.00 uur.
- De chauffeur mag behalve om uw vervoerspas ook om uw legitimatiebewijs vragen.
- U betaalt voor een rit een vast instaptarief en een lage prijs per kilometer. Het lage tarief geldt voor ritten van maximaal 30 kilometer en tot 2000 kilometer per jaar. Bij overschrijding betaalt u € 1,43 per km. (2017)

- Het vertrek- of eindpunt moet binnen de Oosterschelderegio liggen.
- U kunt tot uiterlijk 1 uur (liever eerder) voor uw gewenste vertrek een taxirit reserveren.
- De taxi mag 15 minuten voor of na de afgesproken tijd voor komen rijden. U kunt gebruik maken van de terugbelservice. Dit houdt in dat u vijf minuten voordat u wordt opgehaald een melding krijgt dat de taxi onderweg is.
- Per rit mag er één persoon met u meereizen tegen het lage tarief.

**Een rit reserveren:**

0113-745 050

[www.regiotaxi-oosterschelde.nl](http://www.regiotaxi-oosterschelde.nl)

Meer informatie over de Wmo-vervoerspas en Regiotaxi Oosterschelde-regio krijgt u bij GR De Bevelanden. U kunt daar ook terecht met klachten over de Regiotaxi.

**Valys**

Valys is vervoer per (rolstoel)taxi buiten de regio voor reizigers met een beperking. Om van Valys gebruik te kunnen maken, heeft u de Valys-pas nodig. De pas kost eenmalig € 6,80 (2017).

U komt in aanmerking voor de Valys-pas als u beschikt over één van de volgende documenten:

- bewijs van de gemeente dat u recht hebt op Wmo-vervoer;
- bewijs van de gemeente dat u recht hebt op een Wmo-rolstoel of scootmobiel;
- gehandicaptenkaart van uw gemeente;
- OV-begeleiderskaart.

Met Valys Basis krijgt u jaarlijks een persoonlijk kilometerbudget van 600 kilometer waarmee u reist voor € 0,20 per kilometer. Reist u meer, dan betaalt u een hoger tarief van € 1,31 (gegevens 2017). Kunt u om medische redenen niet met de trein reizen en u hebt geen alternatief, dan komt u mogelijk in aanmerking voor een hoger persoonlijk kilometerbudget. Valys Vrij biedt de mogelijkheid om taxivervoer en zelfstandig treinvervoer met elkaar te combineren, waardoor u langer of vaker kunt reizen.



Het boeken van een taxi van Valys kan telefonisch via de website. Tot een uur voor vertrek is dit mogelijk, maar geadviseerd wordt een dag van tevoren uw reis te boeken. Hulp bij het in-, uit- of overstappen op NS-stations kunt u meteen bij de boeking regelen.

**Valys**

0900-96 30 (€ 0,05 per minuut)

[www.valys.nl](http://www.valys.nl)

## 4.4 Eigen auto

### Rijbewijs vernieuwen

#### Ouder dan 65 jaar

U bent 65 jaar of ouder en u wilt uw rijbewijs vernieuwen. Houdt u dan rekening met het volgende. Bent u tussen 65 en 70 jaar, dan ontvangt u een nieuw rijbewijs dat geldig is tot de leeftijd van 75 jaar. Wie ouder is dan 70 jaar, krijgt een rijbewijs dat vijf jaar geldig is.

#### Ouder dan 75 jaar

Vanaf de leeftijd van 75 jaar moet u voor iedere vernieuwing van het rijbewijs verplicht medisch gekeurd worden. Deze regelmatige keuring is bedoeld om ouderen veilig en verantwoord aan het verkeer deel te laten nemen. De keuring moet elke vijf jaar gebeuren. Vanaf het zeventigste jaar hebt u voor de aanvraag van het rijbewijs altijd een Verklaring van geschiktheid nodig.

De weg naar uw nieuwe rijbewijs in het kort:

1. U koopt een Eigen verklaring bij de gemeente of het CBR en vult deze zelf in.
2. Ga met uw ingevulde Eigen verklaring en identiteitsbewijs naar een arts. Op grond van een medische keuring vult de arts de Eigen verklaring verder in.
3. U stuurt de Eigen verklaring naar het CBR.
4. Indien het CBR akkoord is, kunt u het nieuwe rijbewijs aanvragen.

Het is raadzaam om deze procedure tijdig in gang te zetten. Doet u dit in ieder geval vier maanden voordat uw rijbewijs verloopt.

**CBR Divisie Rijgeschiktheid**

0900-02 10

[www.cbr.nl](http://www.cbr.nl)

### **Medische keuring**

De medische keuring wordt verricht door een onafhankelijke arts. Uw huisarts kan u naar een collega verwijzen. Bij SMWO ouderenwerk en bij de ouderenbonden kunt u navragen welke tarieven artsen hanteren voor deze keuring.

### **Gehandicaptenparkeerkaart en -parkeerplaats**

Heeft u een loopbeperking van langdurige aard? Dan kunt u bij GR De Bevelanden een gehandicaptenparkeerkaart en/of gehandicaptenparkeerplaats aanvragen. Bij een eerste aanvraag is op uw kosten een medische keuring vereist. De parkeerkaart kan aangevraagd worden voor een bestuurder of een passagier. U betaalt op een gehandicaptenparkeerplaats geen parkeergeld. Een eigen gehandicaptenparkeerplaats wordt in de directe omgeving van uw woning gerealiseerd.

## **4.5 Overige vervoersvoorzieningen**

Wanneer u een vervoersprobleem heeft en de Regiotaxi geen passende oplossing biedt, kijkt GR De Bevelanden met u naar andere oplossingen. Bijvoorbeeld een scootmobiel, driewiel fiets of aanpassing van uw auto. Een vervoersvoorziening wordt door de gemeente verstrekt in het kader van de Wmo. Indien nodig wordt aan een medisch deskundige advies gevraagd.

Een voorziening ontvangt u in bruikleen. Het type is afhankelijk van de beperkingen die u ondervindt. Noodzakelijke aanpassingen aan bijvoorbeeld een rolstoel of scootmobiel horen ook bij de verstrekking. Er wordt gekozen voor de goedkoopste en meest passende oplossing.

Voor de voorziening dient u een eigen bijdrage te betalen. Deze wordt geïnd door het CAK. De hoogte is afhankelijk van uw inkomen en dat van uw eventuele partner. Bij een hoger inkomen kan het voordeliger uitpakken wanneer u de voorziening (tweedehands) zelf aanschaft.

### **Scootmobielpool**

Als u niet ver kunt lopen en niet kunt fietsen, dan is het mogelijk om vrijblijvend vier weken lang een scootmobiel uit te proberen. De scootmobiel wordt thuis afgeleverd en na vier weken weer opgehaald. Hieraan zijn geen kosten verbonden en een indicatie is niet nodig. U kunt hiervoor contact opnemen met Medipoint. Wanneer de scootmobiel uw vervoersprobleem oplost, kunt u de scootmobiel kopen, huren of via de Wmo een aanvraag doen voor bruikleen.

#### **Medipoint**

Klein Frankrijk 31  
088-12 48 130  
medipoint.goes@medipoint.nl

### **Rijden met een scootmobiel**

Het rijden met een scootmobiel of elektrische rolstoel vraagt zowel kennis van verkeersregels als praktische rijvaardigheid. In een training leert u veilig en met zelfvertrouwen met uw vervoermiddel aan het verkeer deel te nemen. Ook kunt u individuele hulp en instructies krijgen hoe u veilig met een scootmobiel op weg gaat.

#### **SMWO Ouderenwerk**

0113-277 111  
ouderenwerk@smwo.nl

### **Scootmobielactiviteiten**

In de gemeente Goes worden diverse ritten voor scootmobielrijders georganiseerd. Zo kunnen mensen met een scootmobiel deelnemen aan de Fietsvierdaagse en The Ride voor the Roses. Voor een actueel aanbod kunt u terecht bij SMWO Ouderenwerk.



# **5.**

# **Financiële en juridische zaken**

Mocht u informatie, advies of hulp nodig hebben bij de onderwerpen in dit hoofdstuk, dan kunt u terecht bij:

- SMWO
- GR De Bevelanden
- Ouderenbonden
- Ouderenhulplijn
- Belastingdienst

De gegevens van deze organisaties vindt u in hoofdstuk 7.

DigiD (digidee) staat voor 'digitale identiteit'. Met uw DigiD kunt u inloggen op websites van de overheid en van de zorg. Een DigiD verloopt als deze drie jaar niet gebruikt is. In dat geval moet u een nieuwe DigiD aanvragen. Dit kan via [www.digid.nl](http://www.digid.nl).

Steeds meer overheidszaken kunt u digitaal regelen. Dit kunt u zelf doen of laten doen door iemand die u vertrouwt. Aangezien uw DigiD privé is, wilt u deze wel geheim houden. Met DigiD Machtigen geeft u iemand anders toestemming om met zijn eigen DigiD uw overheidszaken namens u te regelen. U bepaalt zelf waarvoor u iemand machtigt en hoe lang. U vraagt een machtiging aan via [machtigen.digid.nl](http://machtigen.digid.nl).

Vindt u de digitale wereld eerder gedoe dan gemak? Informeer dan bij de betreffende overheidsinstantie of u op een andere manier uw zaken kunt regelen.

## 5.1 AOW- en werknemerspensioen

De Algemene Ouderdomswet (AOW) regelt een pensioen op minimumniveau voor wie in Nederland gewoond en gewerkt heeft. De komende jaren wordt de leeftijd waarop u recht heeft op AOW stapsgewijs verhoogd tot 67 jaar en drie maanden.

Heeft u in de 50 jaren voorafgaand aan uw AOW-leeftijd een periode in het buitenland gewoond of gewerkt, dan ontvangt u een gedeeltelijk AOW-pensioen. Voor ieder jaar dat u in het buitenland woonde of werkte, wordt uw AOW met 2% gekort. Voor het verschil tussen uw inkomen en volledig AOW kunt u een aanvulling aanvragen bij de Sociale Verzekeringsbank (SVB).

Ongeveer zes maanden voordat u recht hebt op AOW, ontvangt u bericht van de Sociale Verzekeringsbank. Daarin staat uitgelegd hoe u uw AOW aanvraagt. Het AOW-pensioen wordt iedere maand uitbetaald door de SVB. In mei ontvangt u de vakantietoeslag. Op het pensioen worden belasting en premies ingehouden. Eenmaal per jaar ontvangt u een jaarpogave van het uitbetaalde pensioen.

### **Hoogte van uw AOW**

De hoogte van uw AOW-pensioen hangt af van uw situatie: woont u alleen of met een kind, bent u getrouwd, woont u samen of woont u met meerdere mensen samen.

### **Alleenstaand of alleenstaande ouder**

In beide situaties hebt u recht op een pensioen voor alleenstaanden. Is uw kind nog minderjarig, dan ontvangt u een éénouderpensioen.

### **Gehuwd of samenwonend**

Gehuwden en samenwonenden ontvangen ieder het 'gehuwden-pensioen'. Niet alleen gehuwden en partners die als gehuwden samenwonen krijgen een gehuwdenpensioen. U wordt ook als samenwonend beschouwd als u met één ander persoon een gezamenlijke huishouding voert.

### **Partnertoeslag**

Heeft uw partner de AOW-leeftijd nog niet bereikt, dan heeft u wellicht recht op de partnertoeslag. De partnertoeslag is in 2015 verdwenen voor nieuwe gevallen. Krijgt u nu al partnertoeslag dan behoudt u die.

### **Meerpersoonshuishouden**

Woont u als alleenstaande met nog twee of meer andere volwassenen in één huis, dan is dat een meerpersoonshuishouden. Dit kan bijvoorbeeld in een woongroep zijn, in een klooster of in familieverband. U heeft dan recht op een pensioen voor een alleenstaande.

### **Sociale Verzekeringsbank**

Bij de SVB kunt u terecht voor meer informatie over uw AOW wanneer:

- u in het buitenland woont of wilt gaan wonen;
- u ook recht hebt op een buitenlands staatspensioen;
- u of uw partner langdurig wordt opgenomen in een zorgcentrum of verpleeghuis;
- uw echtgenoot of de partner waarmee u samenwoont komt te overlijden.

Wanneer uw (gezins)situatie verandert, kan dit invloed hebben op de hoogte van uw AOW-pensioen. In sommige gevallen moet u de wijzigingen zelf doorgeven aan de SVB en soms krijgt de SVB de nieuwe gegevens van andere instanties, zoals de gemeente. Bijvoorbeeld bij een verhuizing binnen Nederland.

Wijzigingen kunt u via de website van de SVB of met een wijzigingsformulier doorgeven. Geef wijzigingen altijd binnen vier weken door aan de SVB. Als u wijzigingen niet (op tijd) doorgeeft, kan de SVB u een boete opleggen.

De SVB biedt haar klanten de mogelijkheid om hun zaken via internet te organiseren, zoals de AOW-uitkering aanvragen, jaargaven printen, maandspecificaties raadplegen en persoonlijke gegevens wijzigen. Meer informatie vindt u op de website van de SVB.

### **Sociale Verzekeringsbank**

Loket AOW, vestiging Breda

076-54 85 010

[www.svb.nl](http://www.svb.nl)

### **Werknemerspensioen**

Bent u voor uw pensionering actief verzekerd als werknemer, dan ontvangt u drie tot vier maanden voordat u met pensioen gaat bericht van uw pensioenuitvoerder. Voor uw oude pensioenaanspraken (regelingen waaraan u niet meer actief deelneemt) is het verstandig om zelf contact op te nemen met de pensioenuitvoerders. Zorg dat uw schriftelijke aanvraag minimaal drie maanden voor de datum van uw pensionering is ingediend.

Komt u te overlijden voordat u met pensioen gaat, dan moeten uw eventuele nabestaanden de aanvraag voor partnerpensioen indienen. Als u gescheiden bent, moet uw ex-partner zijn of haar deel van het pensioen zelf aanvragen.



## Oude pensioenaanspraken terugvinden

Het kan lastig zijn om uw pensioenaanspraken te achterhalen. U weet bijvoorbeeld niet meer bij welke werkgevers u pensioen hebt opgebouwd. Of het blijkt dat de werkgever en de pensioenuitvoerder niet meer bestaan en u geen pensioenopgaven hebt. Toch is het mogelijk om uw 'vergeten pensioenen' op te sporen.

[www.mijnpensioenoverzicht.nl](http://www.mijnpensioenoverzicht.nl)

## 5.2 Aanvulling op het inkomen

GR De Bevelanden, afdeling WIZ, heeft verschillende voorzieningen waarmee iedere bewoner met alleen AOW of AOW en een klein pensioen, zijn of haar inkomsten kan aanvullen.

### Bijzondere bijstand

U kunt in aanmerking komen voor bijzondere bijstand als u door bijzondere omstandigheden extra kosten moet maken. Over het algemeen gaat het om kosten die te maken hebben met uw leefomstandigheden, zoals:

- een alarmtelefoon;
- reiskosten voor het bezoeken van een ziek familielid;
- kosten budgetbeheer of bewindvoering;
- extra waskosten of dieetkosten.

Bijzondere bijstand kan wellicht ook uitkomst bieden als u dure huishoudelijke apparaten moet vervangen zoals een wasmachine of koelkast en u hiervoor niet heeft kunnen reserveren. U dient bijzondere bijstand vooraf aan te vragen.

### Declaratiefonds

Het declaratiefonds vergoedt kosten voor activiteiten op cultureel, maatschappelijk, sportief en recreatief gebied. Per persoon geldt een maximale vergoeding van € 200,- per jaar. U betaalt de kosten zelf vooraf en declareert achteraf. Zorg dat u uw bewijs van betaling bewaart.

Voorbeelden zijn:

- lidmaatschap van een vereniging;
- benodigdheden voor sport of hobby;
- abonnementsgeld voor de bibliotheek;
- bioscoop-, toneel- en theaterbezoek;
- cursusgeld voor ROC Zeeland of Zeeuwse Volksuniversiteit;
- een zwembadkaart of zwemlessen;
- seizoenskaart voor bezoeken van wedstrijden;
- evenementen en attracties binnen en buiten Goes;
- abonnementskosten internet;
- abonnementskosten op een dagblad of een hobbytijdschrift;
- abonnement voor de kerktelefoon;
- dierenarts.

### **Individuele inkomenstoelage**

Bent u nog niet gepensioneerd en heeft u al lange tijd weinig inkomsten, dan kunt u één keer per jaar een inkomenstoelage krijgen. Voorwaarde is dat u uw inkomen niet kunt aanvullen vanuit werk of vermogen.

### **Collectieve Zorgverzekering**

Informatie hierover vindt u in hoofdstuk 1.

### **Inkomensvoorziening oudere werkloze en gedeeltelijk arbeidsongeschikte werknemer**

Voor oudere werklozen en/of gedeeltelijk arbeidsongeschikten kan het inkomen aangevuld worden tot het sociaal minimum. Dit geldt ook voor zelfstandigen die na beëindiging van hun bedrijf onvoldoende inkomen hebben.

### **Andere voorzieningen**

Naast de genoemde voorzieningen heeft de gemeente nog een aantal regelingen voor mensen met een laag inkomen. Kijkt u daarvoor in hoofdstuk 3 Wonen en hoofdstuk 4 Vervoer.

### **Overige regelingen**

Behalve de regelingen bij de gemeente zijn er ook landelijke regelingen, zoals zorg- en huurtoeslag. U kunt bij verschillende organisaties advies vragen om na te gaan van welke regelingen u mogelijk gebruik kunt maken. Meer informatie daarover vindt u in hoofdstuk 7.

## 5.3 Belastingen

Voor de belasting verandert er heel wat op het moment dat u de pensioengerechtigde leeftijd heeft bereikt. Het belastingtarief over uw inkomen wordt lager. Dit komt omdat u geen AOW-premie meer betaalt.

De heffingskortingen wijzigen. Heffingskortingen zijn kortingen op inkomstenbelasting en premie volksverzekeringen:

- de algemene heffingskorting wordt lager;
- als u stopt met werken, krijgt u geen arbeidskorting meer;
- mogelijk heeft u recht op ouderenkorting en de alleenstaande-ouderenkorting.

Als u alleen een AOW-uitkering heeft of een AOW-uitkering met een klein pensioen, komt u in aanmerking voor aftrek van specifieke zorgkosten. Onder specifieke zorgkosten vallen bijvoorbeeld:

- medicijnen;
- kosten tandarts, huisarts, fysiotherapeut en specialist;
- verpleging in een ziekenhuis of andere instelling;
- sommige hulpmiddelen, zoals een hoortoestel of kunstgebit;
- reiskosten.

U mag deze uitgaven echter alleen aftrekken als zij hoger zijn dan een bepaald bedrag, de drempel. De hoogte van deze drempel hangt af van uw inkomen en ook van het inkomen van uw eventuele fiscale partner. Niet aftrekbaar zijn onder andere de premies voor uw zorgverzekering, de eigen bijdrages aan het CAK, uw eigen risico in de zorg en de aanpassing van uw huis.

Heeft u nog vragen over belastingen en de aangifte daarvan, dan kunt u bellen met de BelastingTelefoon (0800-0543). Wilt u advies over uw belastingaangifte of hulp bij het invullen van uw aangifteformulieren, dan kunt u daarvoor bij verschillende organisaties terecht. Meer informatie daarover vindt u in hoofdstuk 7.

## 5.4 Financiële problemen

Naarmate u ouder wordt, zult u merken dat uw inkomen nauwelijks zal stijgen. In verhouding bent u steeds meer geld kwijt aan vaste lasten, zoals huur, verwarming en vervoer. Met als gevolg dat u minder geld overhoudt voor de dagelijkse boodschappen, uitstapjes, cadeautjes en onvoorziene uitgaven.

### **Financiële hulp en ondersteuning van de gemeente**

Soms zijn er problemen of onvoorziene omstandigheden waarbij u wilt beschikken over extra geld of u kunt niet meer aan uw financiële verplichtingen voldoen. Afdeling Werk, Inkomen en Zorg (WIZ) van GR De Bevelanden kan u dan wellicht helpen.

Bij de afdeling WIZ Schulddienstverlening kunt u terecht als u schulden hebt die u niet meer kunt voldoen. Dinsdagochtend en donderdagmiddag is er een spreekuur waar u zonder afspraak terecht kunt voor al uw vragen over financiële problemen. Ook kunt u tijdens het spreekuur terecht om te kijken of u in aanmerking komt voor een traject schuldhulpverlening. Het spreekuur vindt plaats op het Stadskantoor in Goes.

### **Betalingsregeling gemeentelijke belastingen**

In sommige gevallen kunt u in aanmerking komen voor kwijtschelding, zie hoofdstuk 3. Krijgt u geen kwijtschelding en lukt het u niet om de gemeentelijke belastingen als onroerende zaakbelasting (OZB) op tijd te betalen, dan kunt u bij Sabewa (die de belasting int namens de gemeente) een betalingsregeling aanvragen. U kunt de belasting dan in meerdere termijnen betalen.

#### **Sabewa Zeeland**

088-99 95 800

[www.sabewazeeland.nl](http://www.sabewazeeland.nl)

### **Een ander uw geldzaken laten regelen**

Er kan een moment komen dat u vanwege ziekte of ouderdom uw geldzaken niet meer zelf kunt regelen. U wordt dan afhankelijk van iemand anders, die u uiteraard moet kunnen vertrouwen. U kunt nu al, nu u daar zelf nog over kunt beslissen, iemand aanwijzen die straks uw geldzaken van u overneemt.

U kunt een volmacht laten opmaken bij de notaris waarin u iemand aanwijst als gevolmachtigde. Zo'n volmacht kan meteen ingaan of later, bijvoorbeeld na een bepaalde periode. In de akte wordt omschreven voor welke bezittingen en handelingen de volmacht precies geldt. Een volmacht kunt u ook weer ongedaan maken of wijzigen. Het kan verstandig zijn aan twee mensen een volmacht te verstrekken met de mogelijkheid dat zij op elkaar toezicht houden.

Uw bank kunt u vragen om een ander te machtigen voor uw bankrekening. Of u opent een en/of-rekening voor uzelf en een tweede persoon. Informeer bij uw eigen bank naar de mogelijkheden en consequenties.

## 5.5 Overlijden

### **Uitvaartverzekeringen**

Een uitvaartverzekering kan de kosten van een begrafenis of crematie dekken. Er bestaan twee soorten uitvaartverzekeringen.

### **Sommenverzekering**

Een sommenverzekering keert bij overlijden een vast bedrag uit. Wanneer de uitvaart duurder uitvalt, komt dit voor rekening van de nabestaanden. Een eventueel overschot wordt gevoegd bij de nalatenschap. In de polis kan worden vastgelegd dat het uit te keren bedrag waardevast is. Bij een sommenverzekering regelen de nabestaanden de uitvaart zelf. Wie jaren geleden een uitvaartverzekering heeft afgesloten, doet er goed aan te kijken of de verzekering voldoende dekking geeft voor de verwachte kosten. In plaats van een verzekering af te sluiten, kunt u ook een bedrag op een spaarrekening zetten.

### **Natura-uitvaartverzekering**

Dit is een verzekering waarbij na overlijden de verzekeraar de begrafenis of crematie regelt zoals in de polis is afgesproken. Er wordt doorgaans geen geld uitgekeerd, alleen diensten verleend. Een natura-uitvaartverzekering wordt meestal afgesloten om nabestaanden niet op te zadelen met de rompslomp van het regelen van een begrafenis of crematie. In de praktijk is dat maar ten dele waar, omdat de natura-

uitvaartverzekering slechts een beperkte basisdekking biedt en de nabestaanden toch zullen moeten beslissen hoe de uitvaart concreet wordt uitgevoerd.

Hebt u eenmaal een natura-uitvaartverzekering afgesloten, dan kunt u niet overstappen naar een andere verzekeraar of de verzekering stopzetten. Een reden om voor het afsluiten een goede afweging te maken.

## **Begraafplaatsen in de gemeente Goes**

In de gemeente Goes zijn acht begraafplaatsen. Op elke begraafplaats is een strooiveld voor de verstrooiing van as. Op de begraafplaatsen in Goes en Kloetinge is een gedeelte ingericht voor urnengraven. Op de begraafplaats in Goes is een Islamitisch gedeelte ingericht waar overeenkomstig de Islamitische gebruiken kan worden begraven.

De begraafplaatsen bevinden zich op de volgende locaties:

- Goes, Geldeloozepad; de begraafplaats heeft een algemeen Rooms-Katholiek en Islamitisch gedeelte;
- 's-Heer Arendskerke, Noordweegseweg;
- 's-Heer Hendrikskinderen, Oude Rijksweg;
- Kattendijke, Kureweg;
- Kloetinge, Kapelseweg;
- Oud-Sabbinge, Oudelandseweg;
- Wilhelminadorp, Brugstraat;
- Wolphaartsdijk, Boomdijk.

Op de begraafplaats Geldeloozepad worden in een algemeen huurgraf twee overledenen boven elkaar begraven. In de dorpen wordt in deze graven één overledene begraven. De gemeente Goes kan u verdere informatie geven over algemene en eigen (urnen)graven, grafbedekking, onderhoud en tarieven. Zie ook [www.goes.nl](http://www.goes.nl).

## **Crematorium Goes**

Er zijn vergaande plannen om in Goes een crematorium te bouwen. Dit komt tussen de Nansenbaan en de A58, aan de zuidkant van Goes. Het crematorium wordt naar alle waarschijnlijkheid eind 2017 in gebruik genomen.

## **Uw nalatenschap**

Als u komt te overlijden, laat u vermogen na: bezittingen en misschien ook schulden. Dat is de nalatenschap. Het erfrecht regelt wie uw erfgenamen zijn en hoe uw nalatenschap wordt verdeeld over de erfgenamen. De standaardregels gelden alleen als iemand geen testament heeft gemaakt.

De positie van geregistreerde partners is in het erfrecht gelijk aan de positie van gehuwden. Daar waar over echtgenoot wordt gesproken, wordt ook geregistreerd partner bedoeld.

De verdeling van uw nalatenschap volgens het erfrecht:

- u bent getrouwd en heeft geen kinderen, dan is uw echtgenoot de enige erfgenaam;
- u bent niet getrouwd, maar u heeft wel kinderen, dan zijn uw kinderen de erfgenamen en erven zij ieder een gelijk deel;
- u heeft een echtgenoot en kinderen, dan erft uw echtgenoot samen met de kinderen, ieder een gelijk deel. De kinderen krijgen hun erfdeel niet in handen. Hun erfdeel wordt omgerekend in geld. Dit bedrag kunnen uw kinderen pas opeisen als uw echtgenoot ook is overleden;
- u heeft geen echtgenoot en kinderen, dan erven uw ouders, (half) broers en (half)zusters of (achter)neven en (achter)nichten.

Met een testament is het mogelijk om van de standaardregels af te wijken. Een testament is nodig als u:

- uw nalatenschap op een andere wijze dan de wettelijke verdeling moet worden verdeeld;
- uw kinderen en/of echtgenoot wilt onterven;
- uw stiefkinderen ook wilt betrekken in de verdeling van uw nalatenschap;
- de partner waarmee u samenwoont uw nalatenschap wilt laten erven;
- andere personen of organisaties (goede doelen) tot erfgenaam wilt benoemen;
- ook niet-financiële zaken na uw overlijden wilt regelen;
- een executeur (iemand die uw erfenis afwikkelt) wilt aanwijzen;
- een legaat wilt opnemen.

## **Notaris**

De notaris kan u adviseren over de mogelijkheden en legt uw wensen vast in een notariële akte. Een eenvoudig testament kunt u voor weinig kosten via internet ook zelf opstellen. De notaris blijft dan nog wel noodzakelijk voor de afronding en geldigheid van het testament. U kunt uw testament altijd wijzigen of herroepen.

De tarieven van notarissen zijn vrij. U kunt bij verschillende notarissen een prijsopgave vragen of de prijzen van een online testament met elkaar vergelijken.

[www.notaris.nl](http://www.notaris.nl)  
[www.erfwijzer.nl](http://www.erfwijzer.nl)

## **Legaat**

Een legaat is een duidelijk omschreven goed of een bepaald genoemd geldbedrag dat u aan iemand nalaat. Een legaat wordt opgenomen in uw testament.

## **Codicil**

Behalve een testament, kunt u ook een codicil maken. U schrijft dan zelf op wie uw meubels, sieraden en/of kleding krijgen als u komt te overlijden. U kunt in het codicil ook aangeven hoe uw uitvaart moet verlopen. Geldbedragen kunt u niet via een codicil aan iemand toewijzen.

Een codicil moet handgeschreven zijn en voorzien van datum en handtekening. Een voordeel van een codicil is dat u er niet voor naar de notaris hoeft. Nadeel is dat erfgenamen niet kunnen weten dat er een codicil is. Vertel uw erfgenamen en de begunstigden dat u een codicil hebt gemaakt en vertel ook waar u het bewaart. Maak eventueel kopieën van het codicil en geef deze aan de erfgenamen en de begunstigden.

## **Donorregistratie**

Wilt u na uw overlijden organen en weefsel doneren, dan kunt u zich laten registreren als donor bij het Donorregister. U kunt dit met uw DigiD via internet doen of door het opsturen van een formulier. Registratie schept duidelijkheid voor uw nabestaanden en voor artsen.



Registreren is niet hetzelfde als 'ja' zeggen tegen donatie. U kunt ook 'nee' laten registreren of de keus te zijner tijd overlaten aan uw nabestaanden. Bovendien kunt u uw besluit altijd veranderen, zo vaak als u wilt. Wilt u zich als geregistreerde bij nader inzien toch uit het Donorregister laten verwijderen? Dan kan dat ook.

[www.donorregister.nl](http://www.donorregister.nl)

### **Nederlandse Transplantatiestichting**

0900-82 12 11 66

[info@transplantatiestichting.nl](mailto:info@transplantatiestichting.nl)

[www.transplantatiestichting.nl](http://www.transplantatiestichting.nl)

## **5.6 Adviezen voor nabestaanden**

In de eerste dagen na een overlijden is er veel te regelen. Een uitvaartondernemer neemt u veel werk uit handen en regelt de nodige formaliteiten voor de burgerlijke stand en verzekeringen.

### **Uitvaart**

Het is niet verplicht om de hele uitvaart door een uitvaartonderneming te laten verzorgen. U kunt een uitvaart op eigen wijze verzorgen, als u zich maar aan de wettelijke voorschriften houdt. Bij uitvaartondernemingen is informatie te krijgen over de uitvaart en alles wat ermee samenhangt.

### **Afhandelen erfenis**

Om de erfenis af te handelen, moet u eerst weten wie de erfgenamen zijn. In een testament zijn de erfgenamen en de verdeling van de erfenis vastgelegd. Als er geen testament is, wijst de wet de erfgenamen aan. Zie paragraaf 5.5 voor meer informatie.

### **Is er een testament?**

Iedereen die ooit een testament heeft gemaakt, is geregistreerd bij het Centraal Testamentenregister (CTR). Daar wordt bijgehouden wie, wanneer en bij welke notaris een testament heeft laten opmaken. Bij een aanvraag bij het CTR moet een kopie van het uittreksel uit het overlijdensregister worden meegestuurd. Een aanvraag moet schriftelijk worden ingediend.

## **Centraal Testamentenregister**

Postbus 19398

2500 CJ Den Haag

0900-11 44 114 (€ 0,25 p/m)

[www.centraaltestamentenregister.nl](http://www.centraaltestamentenregister.nl)

*(Hier vindt u een aanvraagformulier om uit te printen)*

### **De volmacht**

De erfgenamen zijn samen verantwoordelijk voor de afwikkeling van de erfenis. Het is handig en gebruikelijk dat de erfgenamen één erfgenaam aanwijzen die zij een volmacht geven om de erfenis af te wikkelen. Ook kunnen erfgenamen een buitenstaander een volmacht geven om de erfenis af te wikkelen.

### **De verklaring van erfrecht**

Als iemand overlijdt, blokkeert de bank zijn of haar rekening. U kunt geen geld meer van deze bankrekening halen of geld overmaken. Veel banken maken trouwens wel een uitzondering voor de betaling van de uitvaartkosten. De blokkering is op te heffen door de akte van overlijden of een verklaring van erfrecht te overhandigen. Een en/of-rekening mag niet worden geblokkeerd en kan gebruikt blijven worden.

Een verklaring van erfrecht wordt opgemaakt door een notaris. De notaris verklaart hierin wie is overleden, of de overledene een testament heeft gemaakt en wat er in dit testament is bepaald. Bovendien verklaart de notaris wie de erfgenamen van de overledene zijn en eventueel wie van de erfgenamen door de overige erfgenamen gemachtigd is om de erfenis van de overledene af te wikkelen.

Als er uitkeringsinstanties en (levens)verzekeringsinstanties zijn, moeten die ook weten dat iemand overleden is. Zo lang de bank of een andere instantie niet om een verklaring van erfrecht vraagt, is het niet nodig een verklaring van erfrecht op te laten maken.

### **Abonnementen**

Alle lopende abonnementen van de overledene moeten worden opgezegd. Als de overledene de abonnementskosten al vooruit heeft betaald, kunt u deze kosten terugvorderen.

## **De woning en inboedel**

De huur van een huurwoning moet worden opgezegd. Het huis moet in de oorspronkelijke staat aan de verhuurder worden teruggegeven.

Als er een koopwoning is, zijn er twee mogelijkheden:

- Eén van de erfgenamen gaat er wonen. Hij of zij moet dan de andere erfgenamen uitkopen.
- Geen van de erfgenamen gaat er wonen en het huis wordt te koop aangeboden.

De inboedel moet worden verdeeld of verkocht.

## **De belastingen**

De belastingdienst stuurt na het overlijden aan de erfgenamen een aangifteformulier voor de inkomstenbelasting (F-biljet). Over het lopende jaar moet tot het moment van overlijden over het inkomen van de overledene met de belastingdienst worden afgerekend.

Wie een erfenis ontvangt, betaalt belasting over het gedeelte dat boven de vrijstelling uitkomt. Hoeveel je exact moet betalen, hangt af van de relatie tot de overledene. Verwacht de belastingdienst dat u aangifte erfbelasting moet doen, dan ontvangt u een aangifteformulier.

## **Het geld**

Als alle rekeningen van de overledene zijn betaald, de belastingen zijn afgehandeld, de goederen van de overledene zijn verdeeld en er alleen nog een bepaald tegoed op de bankrekening staat, kan de verdeling voor de erfgenamen worden gemaakt.

# **5.7 Juridische hulp**

Iedereen kan met een juridische procedure te maken krijgen, bijvoorbeeld bij een probleem met de woning, een verkeersongeval, een geschil met een leverancier, overheid of een andere instantie. Meestal worden deze zaken in goed overleg opgelost, maar soms loopt het uit op een rechtszaak. De kosten van een juridische procedure kunnen hoog oplopen.

## **Rechtsbijstandverzekering**

Een rechtsbijstandverzekering geeft geen geld, maar recht op juridische hulp. Die hulp varieert van het geven van advies tot het voeren van een rechtszaak. In het geval van een proces verlenen advocaten en andere deskundigen juridische bijstand.

Bent u al verzekerd voor rechtsbijstand, dan kunt u op deze verzekering een beroep doen bij een geschil. Wilt u een rechtsbijstandverzekering afsluiten, houdt u er dan rekening mee dat de verzekering een bepaalde wachttijd kent vanaf het moment dat de verzekering is afgesloten.

## **Juridisch Loket**

Het Juridisch Loket biedt burgers met een juridische vraag of juridisch probleem gratis informatie en advies. Naast informatie en advies over algemene juridische vragen, richt de dienstverlening zich ook op ouderen en de juridische vragen of problemen die specifiek bij hen spelen. U kunt daarbij denken aan vragen op het gebied van AOW, omgangsregelingen en erfrecht.

Denkt u ook aan het Juridisch Loket bij consumentenrecht, in het bijzonder met verkooptoestanden als telefoongerichtte en verkoop aan de deur (bijvoorbeeld het aanbieden van 'goedkope' telefoonproviders, 'gratis' pillen, 'aantrekkelijke' abonnementen en energiecontracten).

### **Juridisch Loket Middelburg**

0900-80 20 (€ 0,25 p/m)

Bezoekadres  
Rotterdamse Kaai 69  
4331 GN Middelburg

Inloopsprekuren: woensdag van 09.00 – 11.00 uur.  
[www.juridischloket.nl](http://www.juridischloket.nl)

## **Gesubsidieerde rechtsbijstand**

Als u echter verdere hulp van een advocaat nodig heeft, en u valt binnen de normen van de gesubsidieerde rechtsbijstand, vergoedt de overheid een deel van de kosten. De hoogte hiervan is afhankelijk van uw inkomsten en die van uw eventuele partner.

Het Juridisch Loket kan u informeren over de normen voor gesubsidieerde rechtsbijstand, over eventueel bijkomende kosten zoals griffierechten en over de risico's om de proceskosten te moeten betalen als u een zaak verliest. Een rechtszaak kost geld, is tijdrovend en niet altijd nodig. Conflictbemiddeling, mediation of een geschillencommissie kunnen ook uitkomst bieden.

### **Geschillencommissies**

Heeft u een klacht tegen een ondernemer en komt u er samen niet uit, dan kunt u terecht bij De Geschillencommissie. De Geschillencommissie is bedoeld om geschillen tussen consumenten en ondernemers op een goedkope, snelle en eenvoudige manier uit de wereld te helpen.

#### **De Geschillencommissie**

070-31 05 310

[www.degeschillencommissie.nl](http://www.degeschillencommissie.nl)

### **Slachtofferhulp**

Slachtofferhulp helpt na een misdrijf of verkeersongeluk. Vrijwilligers bieden u praktische en juridische hulp en emotionele ondersteuning onder andere door:

- met u te praten over wat u is overkomen;
- advies en informatie te geven over praktische zaken;
- mee te gaan naar politie, arts, advocaat of rechtbank;
- voor u te bemiddelen bij een verzekeringsmaatschappij, juridisch specialist, officier van justitie, Schadefonds Geweldmisdrijven enzovoort.

#### **Slachtofferhulp Nederland**

0900-01 01

[www.slachtofferhulp.nl](http://www.slachtofferhulp.nl)

### **ConsuWijzer**

ConsuWijzer geeft consumenten praktisch advies over hun rechten. ConsuWijzer bestaat uit een website met informatie over uw rechten en plichten als consument, tips, voorbeelden en doorverwijzing naar relevante instanties. U kunt ook telefonisch of schriftelijk contact opnemen met ConsuWijzer.

### **ConsuWijzer**

Postbus 21021  
3001 AA Rotterdam  
088-07 07 070  
[www.consuwijzer.nl](http://www.consuwijzer.nl)

### **Bel-me-niet Register**

Wilt u geen ongevraagde (verkoop)telefoontjes van bedrijven meer krijgen? Meldt u dan aan voor het Bel-me-niet Register. Mocht u toch worden gebeld, hang dan gerust op; u hoeft daar geen uitleg over te geven.

Bij SMWO kunt u het aanmeldformulier krijgen en eventueel hulp bij het invullen. U kunt zich ook telefonisch of via de website aanmelden.

### **Bel-me-niet Register**

0900-66 61 000  
[www.bel-me-niet.nl](http://www.bel-me-niet.nl)

### **Ombudsman**

De Nationale ombudsman kunt u kosteloos inschakelen bij klachten over overheidsinstanties als bijvoorbeeld ministeries, waterschappen, Provincies, het UWV, de SVB of de politie. Ook particuliere instellingen die een overheidstaak uitoefenen, zoals de Stichting Centraal Bureau Rijvaardigheidsbewijzen (CBR), worden als overheidsinstantie beschouwd.

### **Nationale ombudsman**

0800-33 55 555  
[www.ombudsman.nl](http://www.ombudsman.nl)

De gemeente Goes, GGD Zeeland en Sabewa zijn aangesloten bij:

### **De Zeeuwse Ombudsman**

Postbus 6000  
4330 LA Middelburg  
0118-675 571 of 0118-675 572  
[info@dezeeuwseombudsman.nl](mailto:info@dezeeuwseombudsman.nl)  
[www.dezeeuwseombudsman.nl](http://www.dezeeuwseombudsman.nl)



# **6. Inspanning en ontspanning**



## 6.1 Sociale & recreatieve activiteiten

### Seniorensozen

Leden van seniorensozen ondernemen met elkaar allerlei activiteiten, meestal in de vorm van spelen, zoals biljarten, bingo, koersbal of kaarten. Ook worden er uitstapjes en maaltijden georganiseerd. In bijna elke wijk of dorp van de gemeente Goes is wel een seniorensoos te vinden.

De Goese seniorensozen organiseren elk jaar ook een aantal grotere activiteiten, waar ook niet-soosleden aan deel kunnen nemen, zoals theatervoorstellingen, koersbaltoernooien en fietstochten.

#### **Seniorensoos De Legerdijk**

Westwal 8  
Goes  
0113-212 350

#### **Inloopsoos Goes**

Singelstraat (R.K. kerkzaal)  
Goes  
0113-228 099 (mevrouw A. Zweedijk)  
0113-270 045 (mevrouw E. van Es)

#### **Seniorenclub Leger des Heils**

Ravelijn de Groene Jager 72  
Goes  
0113-270 720 (mevrouw J. de Wit)

#### **Seniorensoos Goese Polder**

Wijkgebouw De Spinne  
Goes  
0113-215 266 (de heer H. Nelisse)

#### **Seniorensoos De Westkant**

Evertsenstraat 15  
Goes  
0113-223 598 (mevrouw J. Eversen)

**Seniorensoos De Pit**

Appelstraat 2a

Goes

0113-213 114 (de heer K. Louwerse)

**Seniorensociëteit Goes-Oost**

Bergweg 12

Goes

0113-227 349 (mevrouw L. van de Does)

**Seniorensociëteit Amicitia**

Schimmelpenninckstraat 14

Kloetinge

0113-228 005 (mevrouw M.J. Breen)

**Seniorensociëteit De Griffioen**

Oostkerkstraat 24

Wolphaartsdijk

0113-581 767 (mevrouw M. van Strien)

**Seniorensoos Meuleweie**

Meuleweie 34

Wolphaartsdijk

0113-581 911 (mevrouw A. Bazen)

**Seniorensoos Wilhelminadorp**

Brugstraat 4

Wilhelminadorp

0113-216 882 (mevrouw M. Schouwenaar)

**Seniorensoos Maelstede**

Te Werfstraat 18

's-Heer Hendrikskinderen

0113-213 825 (mevrouw E. van Diemen)

**Seniorensoos Heer Arendshuis**

Torenring 46

's-Heer Arendskerke

0113-213 763 (de heer C. Coppoolse)

## **Inloophuis Oase**

In de Goese Polder kunt u gerust binnenstappen bij inloophuis Oase voor een praatje en een bakje koffie. Oase organiseert ook een aantal activiteiten zoals tekenen en schilderen, een leeskring en gezamenlijke maaltijden.

### **Inloophuis Oase**

Rooseveltlaan 87  
4463 GL Goes  
06-27620909

## **Activiteiten woonzorgcentra**

Naast het verlenen van zorg organiseren woonzorgcentra activiteiten voor wijkbewoners. Zo kunnen wijkbewoners in het restaurant de maaltijd gebruiken. Zie hoofdstuk 2 voor meer informatie.

U kunt er ook deelnemen aan ontmoetingsactiviteiten en sportieve activiteiten. Informeer bij het woonzorgcentrum in uw buurt naar de mogelijkheden. In veel centra is een activiteitenoverzicht beschikbaar.

## **Vier 't Leven**

Wilt u een theatervoorstelling bezoeken in Goes en omgeving, maar kunt u er niet zelfstandig heen? Laat u dan begeleiden door een vrijwilliger van Vier 't Leven. U wordt thuis opgehaald en na de voorstelling thuisgebracht. Naast uw toegangskaartje betaalt u een deel van de kosten van de vrijwilliger. Informatie en een programmaboekje kunt u opvragen bij:

### **Vier 't Leven**

035-52 45 156  
[www.4hetleven.nl](http://www.4hetleven.nl)

## **Actief 55-plus kalender**

Twee keer per jaar brengt SMWO de Actief 55-plus kalender uit. In de kalender vindt u informatie over een groot aantal activiteiten in de gemeente Goes voor senioren. De kalender is onder andere af te halen bij SMWO en de bibliotheek en wordt verspreid in appartementen- en seniorencomplexen.

## **Reizen en uitstapjes**

Op het internet, bij reisbureaus en VVV-kantoren is veel informatie te vinden en te verkrijgen over reizen en dagtochten naar alle mogelijke bestemmingen. Ook voor senioren.

De Nederlandse Branchevereniging Aangepaste Vakanties (NBAV) brengt jaarlijks de Blauwe Gids uit. Hierin vindt u een aanbod van aangepaste vakanties voor mensen met een functiebeperking.

### **NBAV**

088-33 55 700

info@nbav.nl

www.deblauwegids.nl

## **6.2 Sport en bewegen**

### **Beweegcoach**

Goes kent een gevarieerd aanbod van sport- en beweegactiviteiten voor 55-plussers. Wanneer u vragen heeft of informatie wilt over sportief bewegen, kunt u terecht bij de Beweegcoach van SMWO. De Beweegcoach kan u ook helpen wanneer u op zoek bent naar een beweegactiviteit die past bij uw mogelijkheden.

### **Beweegcoach SMWO**

0113-277 111

info@smwo.nl

### **Elke Stap Telt**

Met Elke Stap Telt wandelt u op uw eigen niveau. Wekelijks is er een gezamenlijke wandeling. Daarnaast loopt u uw stappen volgens uw persoonlijk opbouwplan. Een stappenteller helpt u daarbij. In tien weken bouwt u op een eenvoudige manier uw conditie op. De Beweegcoach van SMWO kan u hier verder over informeren.

### **GALM en SCALA**

GALM biedt mensen van 55 tot 70 jaar de mogelijkheid de sportieve draad weer op te pakken. GALM staat voor Gezond Actief Leven Model. GALM biedt gevarieerde beweeglessen, waarbij plezier en ontspanning voorop staan.

Mensen met een chronische aandoening of een beperking kunnen deelnemen aan de beweeglessen van SCALA. Deelnemen aan SCALA-lessen is mogelijk voor mensen van 50 tot 75 jaar. Specifieke beweeggroepen zijn er voor mensen met longklachten, hartklachten en Parkinson. De Bewegcoach van SMWO kan u hier verder over informeren.

### **In Balans**

Een valongeluk kan grote gevolgen hebben. De oorzaken zijn heel verschillend. Het risico op een val kunt u verkleinen wanneer u een valpreventietraining volgt. SMWO biedt regelmatig In Balans trainingen aan. In Goes zijn een aantal In Balans beweeggroepen. De oefeningen zijn rustig en niet moeilijk. De Bewegcoach van SMWO kan u hier verder over informeren.

### **Bewegen voor Ouderen**

De lessen Bewegen voor Ouderen zijn minder bewegingsintensief dan GALM en zeer geschikt voor 70-plussers. Allévo beheert in veel dorpen en wijken beweeggroepen. Goed bewegen betekent een betere conditie en ook een kleinere kans op vallen.

#### **Allévo**

0113-249 111

[www.allevo.nl](http://www.allevo.nl)

### **Seniorenfitness**

Op tal van plaatsen kunt u deelnemen aan seniorenfitness. Sportscholen hebben steeds vaker specifieke programma's en uren voor senioren. Ook zorgcentra en fysiotherapiepraktijken bieden fitness aan.

### **Zwembad Omnium**

Wie in beweging blijft, blijft fit. Zwemmen is een ideale bewegingsvorm, omdat het de pezen en gewrichten weinig belast. Voor mensen met een chronische aandoening, zoals reuma, zijn er speciale arrangementen.

In Revalidatiecentrum Lindenhof is een speciale zwemgroep voor mensen met chronische gezondheidsklachten. Meer informatie kunt u opvragen via [info@sportenbewegenzeeland.nl](mailto:info@sportenbewegenzeeland.nl).

## **Omnium**

Zwembadweg 3  
4463 AB Goes  
0113-233 388  
info@omnium.nl

## **6.3 Cursussen**

In Goes en omgeving is een breed aanbod van cursussen, ook voor senioren. In de PZC, de nieuwsbladen en de Actief 55-plus kalender staat geregeld informatie over aanbieders en cursussen.

### **Zeeuwse Volksuniversiteit (ZVU)**

De ZVU biedt voor volwassenen cursussen, lezingen, workshops en excursies aan over zeer verschillende onderwerpen in heel Zeeland. Omstreeks half augustus geeft de ZVU een gids uit met het aanbod voor het nieuwe cursusjaar. Leden van de ZVU krijgen de gids automatisch thuisgestuurd. Het lidmaatschap van de ZVU geeft ook recht op korting op het cursusgeld. Het aanbod bestaat onder andere uit taalcursussen, creatieve en kunstzinnige cursussen, kookworkshops en computercursussen.

#### **ZVU**

Kousteensedijk 7  
4331 JE Middelburg  
0118-634 800  
zeeland@volksuniversiteit.nl  
www.volksuniversiteitzeeland.nl

### **Creatieve activiteiten**

Er is een groot aantal aanbieders van creatieve cursussen en workshops. U vindt deze activiteiten onder andere in wijk- en buurtcentra, woonzorgcentra en bij particulieren. SMWO Ouderenwerk kan u hierover verder informeren.

## 6.4 Computer, tablet en smartphone

Het leren omgaan met de computer, tablet en smartphone biedt veel voordelen. Zo kunt u e-mailen met anderen, Internetbankieren, websites bezoeken of foto's bewerken. Veel informatie kunt u hierover vinden op [www.seniorweb.nl](http://www.seniorweb.nl). Tevens vindt u op deze website uitleg over allerlei toepassingen.

Gewoon door het te doen, leert u het snelste werken met de computer. Dat kan bijvoorbeeld door deelname aan een cursus of door een bezoek aan een inloop- en adviespunt. In Goes zijn er verschillende mogelijkheden.

### **Bibliotheek Goes**

In de bibliotheek aan de Oostwal kunt u deelnemen aan een computer-, tablet- of Ipad-cursus. Verder is er maandelijks een Tabletcafé, waar ervaren gebruikers tips en trucs uitwisselen met minder ervaren gebruikers. Ook zijn er regelmatig gratis inloopspreekuren voor vragen over de smartphone, laptop, e-reader enzovoort.

#### **Bibliotheek Goes**

Oostwal 34  
[www.bibliotheekooosterschelde.nl](http://www.bibliotheekooosterschelde.nl)  
0113-562 626

### **Digitaal in de Wijk**

Voor vragen en ondersteuning op digitaal gebied kunt u in veel wijken en dorpen terecht bij een inloop- en adviespunt van Stichting Digisteun en/of SMWO. U vindt de inloop in een aantal dorpshuizen en woonzorgcentra. Regelmatig organiseert Digisteun cursussen voor laptop, tablet of smartphone.

#### **Digisteun**

0113-745 959  
[info@digisteun.nl](mailto:info@digisteun.nl)  
[www.digisteun.nl](http://www.digisteun.nl)

## 6.5 Lezen en luisteren

### **Bibliotheek Goes**

De bibliotheek leent behalve boeken, ook cd's, dvd's, bladmuziek, puzzels en tijdschriften uit. Er is een leesruimte waar kranten en tijdschriften kunnen worden geraadpleegd. Tegen betaling kunt u een computer gebruiken om te internetten. Om te kunnen lenen, moet u lid zijn van de bibliotheek. Dit lidmaatschap is geldig bij alle Zeeuwse bibliotheken.

#### **Bibliotheek Goes**

Oostwal 34  
4461 JT Goes  
0113-213 620  
secretariaat@bibliotheekoosterschelde.nl  
www.bibliotheekoosterschelde.nl

### **Bibliobus**

Bibliobussen zijn in het bijzonder bedoeld voor de inwoners van de kleine kernen, met name kinderen tot 13 jaar en ouderen. De biblioservicebus is een bibliobus met extra diensten en producten, zoals een geldautomaat, OV-chipkaart, TNT Post Servicepunt en veel informatie over wonen, zorg en welzijn. In de dorpen Wilhelminadorp en 's-Heer Hendrikskinderen komt wekelijks of tweewekelijks de biblioservicebus.

### **Leespunt**

Een Leespunt is een mini-bibliotheek met een kleine collectie boeken. Het Leespunt richt zich op kinderen en op mensen die niet naar de bibliotheek in Goes kunnen gaan. De gehele collectie van alle Zeeuwse bibliotheken is beschikbaar. Gereserveerde materialen worden meegenomen naar het Leespunt, waar ze afgehaald kunnen worden. In de basisscholen van 's-Heer Arendskerke en Wolphaartsdijk treft u een Leespunt aan.

### **Leeskring**

In Goes zijn ruim twintig leeskringen actief. Een leeskring bestaat uit een aantal mensen die gezamenlijk een gekozen boek bespreken.



Bibliotheek Goes informeert de leeskringen over speciale acties en kan u doorverwijzen naar een leeskring die aansluit bij uw wensen.

### **Anders lezen**

De bibliotheek biedt verschillende alternatieve boeken en hulpmiddelen aan als u geen 'gewone' boeken kunt lezen. Deze materialen zijn geschikt voor blinden en slechtzienden, maar ook voor mensen met leesblindheid, reuma of afasie. Voor mensen voor wie 'gewoon' lezen te vermoeiend is, zijn er ook hulpmiddelen beschikbaar. Er is een ruime collectie 'Grote Letterboeken'. De medewerkers bieden hulp bij het lenen bij de Blindenbibliotheek. U vindt een 'Passend Lezen Informatiepunt' in de bibliotheekvestiging aan de Oostwal 34 in Goes.

### **Luisterboeken**

Luisterboeken zijn voorgelezen boeken, die worden uitgegeven op CD. Er zijn vele soorten luisterboeken, zoals jeugdverhalen, romans en zelfs hoorcolleges.

Een luisterboek is een uitkomst voor wie slechtziend of blind is. Ook veel mensen zonder een gezichtsbeperking hebben het luisterboek ontdekt. De Bibliotheek Goes heeft tientallen titels in bezit om uit te lenen.

## **6.6 Vrijwilligerswerk**

Op de kleinkinderen passen, zieken verzorgen, boodschappen doen voor anderen en deelnemen in het bestuur van een vereniging. Voor veel senioren is het werkende leven niet afgelopen na de pensionering. Vrijwilligerswerk zorgt ervoor dat uw kennis en talenten niet verloren gaan en dat u samen met anderen actief bent en blijft.

### **Vrijwilligerspunt Goes**

Het vertrekpunt voor mensen die vrijwilligerswerk willen doen in Goes en omgeving is het Vrijwilligerspunt van SMWO. Hier vindt u een groot aanbod van vrijwilligersvacatures. Medewerkers van het Vrijwilligerspunt helpen u bij het maken van een keuze uit het aanbod. Het Vrijwilligerspunt heeft dagelijks een inloopsprekuur van 09.30 - 12.30 uur. Op afspraak langskomen is ook mogelijk. Zie hoofdstuk 2 voor meer informatie.

### **Vrijwilligerspunt Goes**

's-Heer Elsdorppweg 12  
4461 WK Goes  
0113-277 122 (09.30 - 12.30 uur)  
0113-277 111 (12.30 - 17.00 uur)  
info@vrijwilligerspuntgoes.nl  
www.vrijwilligerspuntgoes.nl

### **'t Gilde de Bevelanden**

't Gilde de Bevelanden is een vrijwilligersorganisatie van ouderen die hun kennis en ervaring inzetten voor iedereen die daar om vraagt. Ouderen hebben nu eenmaal in de loop van hun leven een schat aan kennis en ervaring opgedaan met hun werk, studies, hobby's, reizen en het omgaan met mensen. 't Gilde koppelt vraag en aanbod aan elkaar.

### **'t Gilde de Bevelanden**

06-14530601  
info@gildedebevelanden.nl  
www.gildedebevelanden.nl

### **Vraagbaak Ouderen voor Ouderen**

Vraagbaak Ouderen voor Ouderen is een service waarbij ouderen gebruik kunnen maken van de specifieke kennis en deskundigheid van seniorenadviseurs. Zorg, wonen, financiën en welzijn zijn de terreinen waarover wordt geadviseerd. Praktische hulp wordt geboden bij het invullen van formulieren en het op orde brengen van de administratie.

### **SMWO Ouderenwerk**

's-Heer Elsdorppweg 12  
4461 WK Goes  
0113-277 111  
ouderenwerk@smwo.nl



# **7.**

# **Informatie, advies en hulp**

## 7.1 Advies en ondersteuning

### **SMWO**

Stichting Maatschappelijk Werk en Welzijn Oosterschelderegio (SMWO) biedt een uitgebreid pakket met diensten, waar u in de meeste gevallen kosteloos gebruik van kunt maken. Bij SMWO krijgt u informatie en advies over alle in deze gids genoemde onderwerpen. Medewerkers helpen u bij het invullen van formulieren, bemiddelen voor u bij instanties en behartigen uw belangen daar. Ook uitgebreidere hulp en langdurige ondersteuning zijn mogelijk, bijvoorbeeld van een maatschappelijk werker of cliëntondersteuner.

### **SMWO**

Postbus 310  
4460 AS Goes  
's-Heer Elsdorpweg 12  
4461 WK Goes  
0113-277 111  
infopunt@smwo.nl  
www.smwo.nl

### **Vrijwilligerspunt Goes**

Voor het aanvragen van vrijwillige thuiszorg en het vinden van vrijwilligerswerk kunt u terecht bij het Vrijwilligerspunt Goes. Verder biedt het Vrijwilligerspunt informatie en ondersteuning aan burgers en organisaties over allerlei zaken die te maken hebben met vrijwilligerswerk. Zie hoofdstuk 2 voor meer informatie.

0113-277 122 (09.30 - 12.30 uur)  
0113-277 111 (12.30 - 17.00 uur)  
info@vrijwilligerspuntgoes.nl  
www.vrijwilligerspuntgoes.nl

### **Mantelzorgpunt Goes**

Onderdeel van SMWO is het Mantelzorgpunt. Het Mantelzorgpunt biedt informatie, advies en praktische steun aan mantelzorgers. Zie hoofdstuk 2 voor meer informatie.

### **Mantelzorgpunt**

0113-277 122 (09.30 - 12.30 uur)

0113-277 111 (12.30 - 17.00 uur)

[mantelzorg@smwo.nl](mailto:mantelzorg@smwo.nl)

[www.vrijwilligerspuntgoes.nl](http://www.vrijwilligerspuntgoes.nl)

### **Cliëntondersteuning**

Clientondersteuning is er voor alle mensen met een beperking. Wanneer u een Wlz-indicatie heeft, kunnen cliëntondersteuners u helpen bij het vinden van passende zorg. Zie hoofdstuk 1 voor meer informatie.

### **SMWO, Wlz-cliëntondersteuning**

0900-55 50 777

[infopunt@smwo.nl](mailto:infopunt@smwo.nl)

[www.smwo.nl](http://www.smwo.nl)

### **Gemeente Goes**

Voor tal van zaken kunt u terecht bij de gemeente Goes. In deze gids wordt onder andere ingegaan op parkeervergunningen en de regels rondom begraven.

#### **Gemeente Goes (algemene gegevens)**

M.A. de Ruijterlaan 2

4461 GE Goes

Postbus 2118

4460 MC Goes

0113-249 600

[stadskantoor@goes.nl](mailto:stadskantoor@goes.nl)

[www.goes.nl](http://www.goes.nl)

### **GR De Bevelanden, afdeling WIZ**

Alle regelingen rondom Werk, Inkomen en Zorg (WIZ) heeft de gemeente Goes ondergebracht bij GR De Bevelanden. Deze organisatie werkt voor alle Bevelandse gemeenten. U kunt er terecht voor informatie, advies en vragen over ondersteuning.

#### **GR De Bevelanden**

M.A. de Ruijterlaan 2

4461 GE Goes

0113-239 100

[info@grdebevelanden.nl](mailto:info@grdebevelanden.nl)

[www.grdebevelanden.nl](http://www.grdebevelanden.nl)

## **Belastingdienst**

Met belastingen krijgt iedereen te maken. Bij de Belastingdienst kunt u onder andere informatie krijgen over:

- regels voor erven, schenken en giften;
- aanvragen of wijzigen van huur- en zorgtoeslag;
- teruggave van belastingen.

### **Belastingdienst**

0800-05 43 (BelastingTelefoon)

[www.belastingdienst.nl](http://www.belastingdienst.nl)

## **Sociale Verzekeringsbank (SVB)**

De SVB regelt alles rondom de AOW en de uitbetaling van het PGB.

### **Sociale Verzekeringsbank**

076-54 85 010

[www.svb.nl](http://www.svb.nl)

## **Hulplijnen**

Heeft u vragen over wonen, zorg, welzijn, mobiliteit of geldzaken voor ouderen? De OuderenOmbudsman helpt u op weg. U kunt zowel telefonisch contact opnemen als via Internet. De OuderenOmbudsman is een service van het Nationaal Ouderenfonds.

### **OuderenOmbudsman**

0800-13 25 (*gratis*)

[www.ouderenombudsman.nl](http://www.ouderenombudsman.nl)

U kunt Sensoor bellen als u behoefte heeft aan een gesprek. Dat kan gaan over bijvoorbeeld eenzaamheid, ziekte, angst, huwelijksproblemen, dood en verslaving. Deskundige vrijwilligers luisteren naar u. Als u dat wenst, kunnen zij u in contact brengen met iemand die u hulp kan bieden. U kunt bellen zonder uw naam te noemen, geheimhouding is verzekerd. Via de website is het mogelijk te chatten en te e-mailen met medewerkers van Sensoor.

### **Sensoor**

0900-07 67 (24 uur per dag, 7 dagen per week)

[www.sensoor.nl](http://www.sensoor.nl)

Zorgt u voor een ander en heeft u vragen of behoefte aan ondersteuning? U kunt dan contact opnemen met de Mantelzorglijn. Overdag op werkdagen kan dat telefonisch, daarbuiten via e-mail.

**Mezzo Mantelzorglijn**

0900-20 20 496 (€ 0,10 p/m)

[www.mantelzorglijn@mezzo.nl](http://www.mantelzorglijn@mezzo.nl)

## 7.2 Ledenorganisaties

### **Ouderenbonden landelijk**

Ouderenbonden komen op voor de belangen van senioren. Elke bond geeft een ledenblad of nieuwsbrief uit. Vanaf ongeveer 50 jaar kunt u lid worden van een bond. De bonden hebben een servicedienst voor informatie en advies over onderwerpen die in deze gids aan de orde zijn geweest.

### **Algemene Nederlandse Bond voor Ouderen (ANBO)**

Raad & Daad Advieslijn ANBO is er voor vragen over de dienstverlening van ANBO en voor het geven van voorlichting en advies over wonen, zorg, welzijn, mobiliteit, koopkracht en inkomen. Ook niet-leden kunnen gebruik maken van de advieslijn.

**ANBO Raad & Daad**

0348-46 66 88

[raadendaad@anbo.nl](mailto:raadendaad@anbo.nl)

[www.anbo.nl](http://www.anbo.nl)

### **Unie Katholieke Bond voor Ouderen (KBO)**

De Unie KBO heeft de Servicetelefoon, voor vragen op het gebied van wonen, zorg, welzijn, financiën en juridische zaken. De KBO Servicetelefoon is er alleen voor KBO-leden.

0900-82 12 183

[ledenservice@uniekbo.nl](mailto:ledenservice@uniekbo.nl)

[www.uniekbo.nl](http://www.uniekbo.nl)



## **Protestants Christelijke Ouderen Bond (PCOB)**

Belangenbehartiger voor senioren vanaf 50 jaar.

030-34 00 600  
secretariaat@pcob.nl  
www.pcob.nl

## **Nederlandse Bond voor Pensioenbelangen (NBP)**

Ledenservice, voor vragen over pensioenen en alle andere zaken die daarmee te maken hebben.

070-36 01 921  
info@pensioenbelangen.nl  
www.pensioenbelangen.nl

## **Ouderenbonden in Goes**

De ouderenbonden kennen ook plaatselijke of regionale afdelingen. Zij organiseren voor hun leden allerlei activiteiten zoals lezingen, cursussen, ontmoetingsactiviteiten en excursies.

### **KBO afdeling Goes (Katholieke Bond voor Ouderen)**

0113-211 017  
m.hopmans@kbogoes.nl  
www.kbogoes.nl

### **Algemene Seniorenvereniging Goes**

0113-570 699  
hdj@zeelandnet.nl

### **PCOB afdeling Goes (Protestants Christelijke Ouderenbond)**

0113-220 317  
frugoes@versatel.nl

## **Vakbonden**

Leden van de vakbonden van FNV en CNV kunnen gebruik maken van de ledenservice van hun vakbond voor het invullen van belastingformulieren.

# Register

## A

Aangepaste vakanties	84
Aanleunwoning	46
Aanpassen woning	43
Aanvullende bijstand	65
Aanvullende verzekering	20
Actief 55-plus kalender	83
Afvalstoffenheffing	47
Algemene seniorenvereniging Goes	97
Alzheimercafé	39
ANBO	96
Anders lezen	89
AOW	62
Apotheken	9

## B

Babbeltrucs	48
Basisverzekering	19
Begraafplaatsen	70
Belasting	67
Belastingdienst	95
BelastingTelefoon	67
Bel-me-niet Register	78
Betalingsregeling	68
Beweegcoach	84
Bewegen voor Ouderen	85
Bibliobus	88
Bibliotheek Goes	88
Bijzondere bijstand	47, 65
Bureau Assistentieverlening Gehandicapten	53
Busvervoer	54

## C

Centraal Testamentenregister	74
CIZ	18, 28
Cliëntondersteuning	94

Codicil	72
Collectieve verzekering	20
Computer, tablet, smartphone	87
ConsuWijzer	77
Crematorium	70

## D

Dagbehandeling verpleeghuis	18
Declaratiefonds	65
Dementie	38
DigiD	62
Donorregistratie	72
Driewiel fiets	58

## E

Eigen bijdrage	17, 28
Elke Stap Telt	84
Erfbelasting	75
Erfgenamen	71
Ergotherapie	11

## F

Financiële hulp	68
-----------------	----

## G

GALM	84
Geestelijke Gezondheidszorg	13
Gehandicaptenparkeerkaart en -parkeerplaats	58
Gemeente Goes	94
Geschillencommissies	77
Gespreksgroep verliesverwerking	16
Gesubsidieerde rechtsbijstand	76
GR De Bevelanden	94
Griep prik	9

<b>H</b>			
Haltetaxi	10, 54	Noodopvang	35
Hospice	15	Notaris	72
Huisartsenpost (HAP)	8	NS	53
Huishoudelijke hulp	26	<b>O</b>	
Huishoudelijke zorg	26	Ombudsman	78
Hulpmiddelen	21	Onroerendezaakbelasting	47
Huurtoeslag	47	Ontmoetingscentrum	
<b>I</b>		Erasmuspark	39
In Balans	44, 85	Openbaar vervoer	51
Individuele inkomenstoelage	66	Orthopedisch schoenmaker	12
Inkomensvoorziening ouderen	66	Ouderenbonden	96
Inloophuis Oase	83	OV-ambassadeurs	52
<b>J</b>		OV-begeleiderskaart	53
Juridisch loket	76	OV-chipkaart	51
<b>K</b>		OV-fiets	54
Keukentafelgesprek	25	<b>P</b>	
<b>L</b>		Palliatieve zorg	14
Leeskring	88	Partnertoelage	63
Leespunt	88	PCOB	97
Legaat	72	Pedicure	11
Logeerhuis	36	Pensioenaanspraken	64
Luisterboeken	89	Personenalarmering	33
<b>M</b>		Persoonlijke verzorging	26
Maaltijdvoorziening	31	Persoonsgebonden budget (PGB)	27
Mantelzorg	36	Podotherapeut	12
Mantelzorgpunt Goes	37, 93	Psychische zorg	13
Mantelzorgwaardering	37	<b>R</b>	
<b>N</b>		Rechtsbijstandverzekering	76
Nalatenschap	71	Regeling chronisch zieken	20
NBP	97	Regiotaxi Oosterschelde	55
		Respijtzorg	36
		Restaurants woonzorgcentra en verpleeghuizen	32

Rijbewijs verlengen	57	Verpleegartikelen	22
Rollator	21	Vier 't leven	83
Rolstoel	21	Volmacht	69, 74
<b>S</b>		Vraagbaak Ouderen voor Ouderen	90
Sabewa Zeeland	47, 68	Vrijwilligerspunt Goes	30, 89, 93
SCALA	84	Vrijwilligerswerk	89
Scootmobiel	59	Vrijwillige Thuiszorg	93
Scootmobielcursus	59	<b>W</b>	
Seniorenfitness	85	Werknemerspensioen	64
Seniorensozen	81	Werk, Inkomen en Zorg (WIZ)	94
Seniorenwoningen	45	Wet langdurige zorg (Wlz)	17
Sensor	95	Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)	25
Service- en dienstenpakketten	29	Wlz-cliëntondersteuning	19, 94
Slachtofferhulp	77	Woonzorgcentra	83
SMWO	93	<b>Z</b>	
Sociale Verzekeringsbank (SVB)	63, 95	Zeeuwse Volksuniversiteit	86
Sport- en bewegingsactiviteiten	84	Ziekenvervoer	21
<b>T</b>		Zonetaxi	53
Telefooncirkel Goes	34	Zorgcentra	16, 46
Testament	71, 73	Zorgkantoor Zeeland	28
't Gilde de Bevelanden	90	Zorgtoeslag	20
Trein	51	Zorgverzekering	19
<b>U</b>			
Uitvaart	73		
Uitvaarverzekeringen	69		
Unie KBO	96		
<b>V</b>			
Vakbonden	97		
Valpreventie	44, 85		
Valys	56		
Veiligheid	48		
Verklaring van erfrecht	74		