

# Beweging 3.0

Geachte heer/mevrouw,

Wij vinden het belangrijk dat u weet hoe zaken zijn geregeld als u in ons woonzorgcentrum woont.

In deze Wegwijzer staat op alfabetische volgorde uitgebreide informatie over 'Het wonen in woonzorgcentrum De Pol'. Is iets niet duidelijk of hebt u nog vragen, dan kunt u altijd terecht bij één van onze medewerkers. Het kan zijn dat tijdens het verblijf de inhoud van de Wegwijzer wordt aangepast. De laatste versie is altijd in te zien bij het Infopunt en te vinden op de website.

We hopen van harte dat u zich thuis voelt in ons woonzorgcentrum.

Gerja Pellegrom,  
Clustermanager

## Inhoudsopgave

A	1
Activiteiten	1
Afwezigheid door vakantie of logeren	1
Apotheek en medicatie	1
Appartement/kamer	2
Audicien	2
B	2
Betalingen	2
Bewonersblad	2
C	3
Cliëntenraad	3
D	3
Diëtist	3
E	3
Eerst verantwoordelijk verzorgende (EVV)	3
Ergotherapie	4
F	4
Feestje/iets te vieren	4
Fysiotherapie	4
G	5
Geestelijke verzorging	5
Gevonden voorwerpen	5
Grenzen aan de zorg	5
H	5
Huisarts	5
Huisdieren	5
Hulpmiddelen centrum	6
I	6
Infopunt	6
K	6
Kapper	6
Kerkdienst	6
Kiosk	7
Klachten	7
Klussendienst	7
L	7
Lidmaatschap Leef3.nu	7
Logeerkamer	8
Logopedie	8
M	9
Maaltijden	9
Mantelzorg	9
P	9
Parkeren	9

Pasfoto's .....	9
Pedicure.....	10
Post ontvangen .....	10
Privacy .....	10
R .....	10
Restaurant Het Bruisend Hart .....	10
Roken .....	11
S .....	11
Schoonmaak appartement/kamer .....	11
Scootmobiel/elektrische rolstoel.....	11
T.....	11
Tandarts.....	11
Tandtechnicus.....	12
Taxi .....	12
Telefoon.....	12
Televisie en computer .....	12
U .....	13
Uit en thuis .....	13
V .....	13
Veiligheid .....	13
Verkoop kleding .....	14
Verzekeringen.....	14
Vrijwilligers en familieparticipatie .....	14
W .....	15
Waardering en giften.....	15
Wasservice .....	15
WiFi.....	16
Z.....	16
Zorg en behandeling .....	16
Adresgegevens en bereikbaarheid .....	17
Belangrijke telefoonnummers en e-mailadressen .....	18
Prijslijst aanvullende diensten .....	19

## A

### Activiteiten

Met een gevarieerd aanbod aan activiteiten op het gebied van recreatie, ontspanning en ontmoeting biedt De Pol u de mogelijkheid bezigheden te kiezen, die aansluiten bij uw interesses en hobby's. Activiteiten waar u actief aan deelneemt of waar u als toeschouwer naar toe kunt gaan.

Een deel van het activiteitenprogramma wordt gefinancierd vanuit de Wet langdurige zorg. Voor een aantal activiteiten vragen we een bijdrage. Deze bijdrage is goedgekeurd door de cliëntenraad (zie prijslijst aanvullende diensten). Voor bijzondere activiteiten, zoals uitstapjes en voorstellingen kan een extra vergoeding gevraagd worden voor de reiskosten of het entreegeld.

Een weekoverzicht van de geplande activiteiten vindt u in het bewonersblad, dat maandelijks wordt verspreid.

### Afwezigheid door vakantie of logeren

U woont nu bij Beweging 3.0. Wij kunnen ons voorstellen dat u af en toe op vakantie wilt of bij familie of vrienden wilt logeren. Dit is mogelijk, maar wel aan regels gebonden. Die regels komen voort uit het feit dat u op een locatie woont die gefinancierd wordt vanuit de Wet langdurige zorg.

De dagen die u tijdelijk afwezig mag zijn in verband met vakantie of logeren, zijn maximaal 14 dagen aaneengesloten met een maximum van 42 dagen per kalenderjaar. Het aantal weekenddagen (zaterdag-zondag) tellen hierin mee. Als u een weekend (zaterdag-zondag) weg gaat is dit niet gemaximeerd.

Mocht u tijdens deze afwezigheid zorg nodig hebben, kunt u in gesprek met de cliëntadviseur om te bespreken of en hoe dit te organiseren is. Beweging 3.0 is niet verplicht deze zorg tijdens uw afwezigheid te bekostigen maar kan dit wel doen.

Zoals u zult begrijpen is het belangrijk om, indien nodig, uw huisarts of betrokken specialist ouderengeneeskunde van deze afwezigheid op de hoogte te brengen.

### Apotheek en medicatie

De medicijnen worden voorgeschreven door de specialist ouderengeneeskunde. Deze besluit in overleg met u welke medicatie u krijgt. Uw medicijnen worden geleverd door onze eigen apotheek. Bent u allergisch voor bepaalde medicatie, dan kunt u dat bespreken met de specialist ouderengeneeskunde.

### **Appartement/kamer**

Op grond van uw indicatie is het appartement/de kamer beschikbaar van maximaal 6 dagen voor inhuizing tot maximaal 7 dagen na uithuizing of overlijden.

Hebt u meer tijd nodig om het appartement/de kamer in te richten of na vertrek op te leveren? Dan kan dat in overleg worden afgesproken. Tijdens deze (verlengde) periode zijn uiteraard de faciliteiten van De Pol voor u beschikbaar. Wilt u hiervan gebruikmaken dan moet u dit vóór ingang van de termijn voor inhuizing of uithuizing kenbaar maken. Voor deze aanvullende dienst brengen we wel kosten in rekening (zie prijslijst aanvullende diensten).

Het appartement/de kamer wordt technisch in goede staat opgeleverd en aangeboden conform de richtlijnen van het Zorginstituut Nederland.

Bij inhuizing maken we met u afspraken over de wijze waarop de inhuizing plaatsvindt en wat u zelf in uw appartement/kamer mag ophangen en veranderen. Wij raden u aan om bij het inrichten rekening te houden met het voorkomen van valgevaar. De cliëntadviseur adviseert u graag over de inrichting. Het appartement/de kamer moet achtergelaten worden zoals het bij inhuizing is aangeboden. Bij normaal gebruik worden er geen extra kosten in rekening gebracht. Het eventuele inspectierapport bij inhuizing is hier leidend in.

### **Audicien**

Onze leverancier Beter Horen heeft een compleet aanbod aan hoortoestellen. Op de hoortestdagen, die in De Pol worden georganiseerd, kunt u vrijblijvend het gehoor laten testen. Wilt u liever een afspraak maken? Dat kan ook. Hiervoor betaalt u voorrijkosten (zie [www.Leef3.nu](http://www.Leef3.nu)).

## **B**

### **Betalingen**

Voor u en onze veiligheid streven wij ernaar zo min mogelijk contant geld in omloop te hebben. U kunt bij de kassa alle betalingen doen. Dit kan via pin of eventueel 'op rekening'. Alle aankopen ziet u terug op de maandfactuur.

### **Bewonersblad**

Maandelijks geven we een bewonersblad uit. Hierin leest u alles over activiteiten in De Pol.

## C

### **Cliëntenraad**

De Pol heeft een eigen cliëntenraad. De cliëntenraad behartigt de gemeenschappelijke belangen van de bewoners en wil bijdragen aan een zo aangenaam mogelijk woon- en leefklimaat. De taken en bevoegdheden van de cliëntenraad zijn in statuten vastgelegd. Het locatiemanagement overlegt periodiek met de cliëntenraad over die zaken die voor de bewoners van het huis belangrijk zijn.

Iedereen die zich betrokken voelt, kan met de cliëntenraad van gedachten wisselen of zich verkiesbaar stellen.

## D

### **Diëtist**

Wanneer u te maken hebt met bijvoorbeeld overgewicht, ondergewicht, botontkalking of maag- en darmklachten, kan een diëtist samen met u kijken naar wat u eet. Een aanpassing in uw voeding of eetpatroon kan uw gezondheid verbeteren. Uiteraard vinden we het belangrijk dat u uw maaltijden met smaak eet, want ook dat draagt bij aan uw gezondheid.

Als u een Wlz indicatie met behandeling heeft wordt de inzet van de diëtist door de overheid betaald vanuit de Wet langdurige zorg.

Ook als u een Wlz indicatie zonder behandeling hebt kunt u gebruikmaken van de diëtist van Beweging 3.0. Diëtetiek is opgenomen in het basispakket van alle ziektekostenverzekeringen. Iedereen heeft recht op 3 uur ondersteuning per jaar, mits er een verwijzing is van de huisarts, specialist ouderengeneeskunde, medisch specialist, etc.

Sommige verzekeraars vergoeden meer in de aanvullende verzekering. Voor meer informatie kunt u terecht bij uw zorgverzekeraar of de cliëntadviseur.

## E

### **Eerst verantwoordelijk verzorgende (EVV)**

U hebt een 'eigen' verzorgende, de EVV-er, die uw zorg coördineert. Ook uw partner en familie kan met vragen terecht bij de EVV-er.

## **Ergotherapie**

Ondervindt u beperkingen bij uw dagelijkse activiteiten? Hebt u bijvoorbeeld moeite met douchen of aankleden? Valt u snel en maakt dat u angstig? Onze ergotherapeut kan u helpen en samen met u zoeken naar oplossingen. Zo leert u hoe u uw alledaagse activiteiten goed en zo zelfstandig mogelijk kunt uitvoeren.

Als u een Wlz indicatie met behandeling heeft, wordt de inzet van de ergotherapeut door de overheid betaald vanuit de Wet langdurige zorg. Ook als u een Wlz indicatie zonder behandeling hebt kunt u gebruikmaken van de ergotherapie van Beweging 3.0. Ergotherapie is opgenomen in het basispakket van alle ziektekostenverzekeringen. Iedereen heeft recht op 10 uur ergotherapie per kalenderjaar. Sommige verzekeraars vergoeden meer in de aanvullende verzekering.

Het verschilt per zorgverzekeraar of u een verwijzing nodig heeft.

Voor meer informatie kunt u terecht bij uw zorgverzekeraar of de cliëntadviseur.

## **F**

### **Feestje/iets te vieren**

Hebt u iets te vieren, dan kunt u bij ons een ruimte huren. Ook de catering verzorgen wij graag voor u. Wilt u meer weten? Vraag dan bij restaurant Het Bruisend Hart naar de cateringmap. De teamleider restauratieve voorzieningen staat u hierover graag te woord.

## **Fysiotherapie**

Wanneer u problemen hebt met bewegen of uw houding, kan de fysiotherapeut door middel van oefeningen uw klachten verminderen en achteruitgang voorkomen.

Als u een Wlz indicatie met behandeling heeft, wordt de inzet van de fysiotherapie door de overheid betaald vanuit de Wet langdurige zorg. Ook als u een Wlz indicatie zonder behandeling hebt, kunt u gebruikmaken van de fysiotherapie. Of u hiervoor zelf moet betalen of dat het voor u wordt vergoed door uw ziektekostenverzekeraar is afhankelijk van de aandoening en uw type verzekering.

Voor meer informatie kunt u terecht bij uw zorgverzekeraar of de cliëntadviseur.

## G

### Geestelijke verzorging

Wij gaan ervan uit dat u het contact aanhoudt met uw eigen kerkgenootschap of levensbeschouwelijke organisatie. Bent u daar samen met uw familie / mantelzorgers niet meer toe in staat, dan ondersteunen wij u in het zoeken naar passende geestelijke zorg.

Er is een geestelijk verzorger aan De Pol verbonden. De geestelijk verzorger is er voor iedereen, ongeacht uw achtergrond, geloof of levensbeschouwing. Zij kan u ondersteunen bij gesprekken over en is een klankbord voor levens- en zingevingsvragen. U kunt hierover zelf contact opnemen met de geestelijk verzorger.

### Gevonden voorwerpen

Als u iets kwijt bent of gevonden hebt, kunt u dat melden bij het Infopunt. Zij bewaren alle gevonden voorwerpen en kunnen kijken of uw eigendom is gevonden.

Wij adviseren u dringend om bij vermoeden van diefstal aangifte te doen bij de politie en het te melden bij de clustermanager.

### Grenzen aan de zorg

Wij ondersteunen u als bewoner om een zo prettig mogelijk leven te leiden in ons woonzorgcentrum. Er zijn echter grenzen aan wat wij kunnen doen, bijvoorbeeld als het gaat om overlast of complexe zorg- en veiligheidssituaties. De cliëntadviseur verteld u hier graag meer over.

## H

### Huisarts

Met de Wlz indicatie 'inclusief behandeling' neemt de specialist ouderengeneeskunde de rol van uw huisarts over.

### Huisdieren

U kunt uw huisdier meenemen als u of uw contactpersoon het dier verzorgt en medebewoners er geen hinder van ondervinden. We bespreken graag de mogelijkheden en voorwaarden met u. Ook het huisdier van uw bezoek is welkom, mits deze (buiten het appartement/de kamer) is aangelijnd.



## Hulpmiddelencentrum

Hulpmiddelencentrum (voorheen: Uwthuiszorgwinkel.nl) staat midden in elke fase van het leven. Voor hulpmiddelen, verpleegartikelen én een professioneel advies bent u bij Hulpmiddelencentrum aan het juiste adres. De gezondheids- en zelfzorgartikelen kunt u lenen, huren of kopen. U bent verzekerd van een prima prijs-kwaliteitverhouding en profiteert van aantrekkelijke kortingen en aanbiedingen. Zéker met de ledenpas van Leef3.nu!

Hulpmiddelencentrum biedt o.a.:

- ruim assortiment kwalitatief hoogwaardige hulpmiddelen om het comfort te vergroten en langer zelfstandig te wonen.
- gratis lenen van artikelen en hulpmiddelen via de uitleenservice, met de ledenpas van Leef3.nu kunt u ook gratis elleboogkrukken of een rollator lenen.
- tijdelijk huren van hulpmiddelen zoals scootmobielen, bedden en hometrainers tegen scherpe tarieven.
- extra 10% korting op al uw aankopen en huurtarieven als u lid van Leef3.nu bent.

Kijk voor meer informatie op [www.leef3.nu/hulpmiddelencentrum](http://www.leef3.nu/hulpmiddelencentrum).

## I

### Infopunt

Het Infopunt is dagelijks geopend van 8.00 tot 20.00 uur. Hier kunt u terecht met uw vragen.

## K

### Kapper

De kapsalon is open op dinsdag en donderdag van 9.00 tot 17.00 uur. Wilt u een afspraak maken met de kapster? Dat kan via uw woonbegeleider.

### Kerkdienst

Iedere zondag is er in De Pol een kerkdienst. Deze dienst heeft een open karakter. Iedereen is daar van harte welkom. De dienst begint om 10.30 uur.

Vrijwilligers helpen u eventueel bij het vervoer naar de kerkdienst.

## Kiosk

Bij het Infopunt is een kiosk, waar u snoep en snackartikelen kunt kopen. U kunt bij de kassa betalen. Dat kan via pin of eventueel 'op rekening'.

## Klachten

Bent u niet tevreden over de zorg- of dienstverlening, laat het ons a.u.b. weten. Dat kan bij degene die het betreft of bij de cliëntadviseur. Zeg ons gerust wat u dwars zit, dan kijken we samen hoe we het kunnen oplossen. Komt u er niet uit, dan kunt u een gesprek hebben met de leidinggevende. Deze bekijkt samen met u wat dan de beste stap kan zijn.

Heeft u behoefte aan advies of ondersteuning bij het aankaarten van uw onvrede of klacht, dan kunt u terecht bij de onafhankelijke klachtenbemiddelaars van Beweging 3.0 ([klachten@beweging3.nl](mailto:klachten@beweging3.nl)).

Uitgebreide informatie over onze klachtenregeling (incl. de telefoonnummers van de klachtenbemiddelaars) vindt u op [www.beweging3.nl](http://www.beweging3.nl)

## Klussendienst

Als u in uw appartement/kamer hulp nodig hebt bij eenvoudige (technische) klussen, kunt u een beroep doen op de klussendienst van Beweging 3.0. Wilt u gebruikmaken van deze dienst, dan kunt u contact opnemen met het Infopunt. In overleg met u wordt een tijdstip afgesproken waarop de werkzaamheden worden uitgevoerd (zie prijslijst aanvullende diensten).

Het installeren en onderhouden van de eigendommen van de locatie, zoals de zonneschermen en de verwarming, vallen hier niet onder en zijn voor rekening van de locatie.

## L

### Lidmaatschap Leef3.nu

Als bewoner van de Pol bent u gratis lid van Leef3.nu. Via Leef3.nu kunt u gebruikmaken van betrouwbare en goede dienstverlening voor een zo scherp mogelijke prijs. Dit kunnen losse diensten zijn op het gebied van:

- Gezondheid (zoals opticien en pedicure aan huis)

- Gemak (zoals maaltijd en kapper aan huis, was service, huishoudelijke hulp, klusjesman)
- Sociaal (zoals gezellige activiteiten en dagtochten)
- Veiligheid (zoals personenalarmering en veiligheidschecks in uw appartement)

Leef3.nu biedt ook steeds vaker diensten in totaalpakketten aan, arrangementen geheten, in verschillende prijsklassen.

Iedereen kan gebruik van maken van de diensten van Leef3.nu, zowel leden als niet-leden. Het verschil is dat leden van Leef3.nu bij een groot aantal dienstverleners korting krijgen.

Wilt u gebruikmaken van een van de diensten of heeft u vragen? Neem dan contact op met het klantcontactcentrum via nummer: 033 - 469 23 23. U kunt ook een e-mail sturen: [info@leef3.nu](mailto:info@leef3.nu). Kijk voor het uitgebreide aanbod van diensten op [www.leef3.nu](http://www.leef3.nu).

### Logeerkamer

Er is in De Pol geen logeerkamer. In bijzondere gevallen is er de mogelijkheid tot het bijplaatsen van een logeerbed in uw appartement. Dit regelt u bij de woongroep waar u woont.

### Logopedie

Hebt u moeite met het slikken, praten of het ademen? Dan kan wellicht logopedie helpen. Ook is deelname aan een afasiekoor mogelijk, dat begeleid wordt in samenwerking met een muziektherapeut.

Als u een Wlz indicatie met behandeling heeft, wordt de inzet van de logopedist door de overheid betaald vanuit de Wet langdurige zorg.

Ook als u een Wlz indicatie zonder behandeling hebt, kunt u gebruikmaken van de logopedist van Beweging 3.0. Logopedie is opgenomen in het basispakket van alle ziektekostenverzekeringen. Iedereen heeft recht op logopedie, als er een verwijzing is van de huisarts, specialist ouderengeneeskunde, medisch specialist, etc.

Voor meer informatie kunt u terecht bij uw zorgverzekeraar of de cliëntadviseur.

## **M**

### **Maaltijden**

Restaurant Het Bruisend Hart is dagelijks geopend van 8.00 tot 20.00 uur. U kunt hier het ontbijt en de overige maaltijden gebruiken. Overige consumpties kunt u tegen betaling afnemen in ons restaurant.

Ook uw familie en vrienden zijn welkom om mee te eten in het restaurant. Graag geven wij u daarvan een prijsopgave.

Hebt u hulp nodig bij het eten en drinken, dan krijgt u die van een medewerker van het zorgteam, als dit vermeld staat in het Zorgleefplan.

### **Mantelzorg**

Onder mantelzorg verstaan wij de hulp die u krijgt van familie of vrienden. Omdat u in een huis van Beweging 3.0 woont, krijgt u van ons de zorg die voor u is geïndiceerd door het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). Maar de hulp van mantelzorgers blijft belangrijk. Zo gaan wij ervan uit dat zij u begeleiden bij uw bezoek aan het ziekenhuis of het doen van boodschappen. Hebt u geen mantelzorger in uw omgeving, dan kan een vrijwilliger misschien wat voor u betekenen. Overleg hierover met uw EVV-er.

Ook kunt u gebruikmaken van de diensten van Senior Service, een organisatie die professionele mantelzorg levert. Uw cliëntadviseur kan u hier meer over vertellen. Meer informatie vindt u op [www.Leef3.nu](http://www.Leef3.nu).

## **P**

### **Parkeren**

Er is een aantal parkeerplaatsen beschikbaar voor minder validen. U kunt gebruikmaken van deze parkeerplaatsen als u in het bezit bent van een mindervaliden parkeerkaart.

Overige bezoekers wordt verzocht de auto op de parkeerplaats te parkeren. Graag de entree toegankelijk houden voor ambulance en overige hulpdiensten.

Bij de hoofdingang is een fietsenstalling voor bezoekers.

### **Pasfoto's**

Hebt u nieuwe pasfoto's nodig, bijvoorbeeld voor het verlengen van uw identiteitskaart? Dan hoeft u daar de deur niet voor uit. De fotograaf komt bij u

langs. De fotograaf heeft jarenlange ervaring en zorgt ervoor dat de pasfoto's voldoen aan de eisen die door (overheid)instanties worden gesteld (zie [www.Leef3.nu](http://www.Leef3.nu)). Informeer hiervoor bij uw EVV-er.

### **Pedicure**

Als u geholpen wordt bij de lichamelijke zorg kan het schoonhouden en knippen van de nagels daar onderdeel van zijn. Voor een pedicurebehandeling kunt u uw eigen pedicure aanhouden.

Als u een medische indicatie hebt voor voetverzorging, worden er eisen aan de deskundigheid van de pedicure gesteld. Als u een Wlz-indicatie heeft voor 'zorg met verblijf en behandeling' worden de kosten vergoed vanuit de Wet langdurige zorg (voorheen AWBZ). Als u bij ons revalideert, kunt u de kosten bij uw zorgverzekeraar declareren. Zonder medische indicatie betaalt u de pedicure zelf (zie [www.leef3.nu](http://www.leef3.nu)).

### **Post ontvangen**

Post komt binnen bij het Infopunt. Medewerkers van het Infopunt sorteren de post en deponeren deze in de brievenbus van de woongroep. Kranten worden ook afgegeven bij het Infopunt. Afhankelijk van het tijdstip van bezorging wordt de krant zo snel mogelijk in de brievenbus van de woongroep gedaan. Uiteraard mag u, indien u daartoe in staat bent, uw krant ook zelf ophalen. Geef dan bij uw adreswijziging aan dat u de krant graag gestickerd wilt hebben. Wij verzoeken u vriendelijk uw post te laten adresseren met vermelding van het appartement/kamernummer.

### **Privacy**

Beweging 3.0 hecht grote waarde aan uw privacy. Daarom is de manier waarop wij met uw gegevens omgaan, vastgelegd in een privacyreglement. Dit reglement beschrijft onder andere hoe de medewerkers met uw privacy dienen om te gaan. Ook verwachten wij op onze beurt dat u zorgvuldig omgaat met de privacy van onze medewerkers. Ons privacyreglement staat vermeld op onze website en is op verzoek in te zien bij de cliëntadviseur.

## **R**

### **Restaurant Het Bruisend Hart**

Restaurant Het Bruisend Hart is dagelijks open van 8.00 tot 20.00 uur. Naast het ruime assortiment dranken en drankjes, kunt u hier genieten van een maaltijd, een snack of een kop soep.

## Roken

In de algemene ruimten en in uw appartement/kamer mag u niet roken. Bezoekers is het toegestaan te roken in de rookruimten bestemd voor bewoners, als u samen met de bewoner rookt.

## S

### Schoonmaak appartement/kamer

Uw appartement/kamer wordt bij inhuizing schoon opgeleverd, conform de richtlijnen van Zorginstituut Nederland en de hygiëne-eisen die daarin worden gesteld. Uw appartement/kamer wordt wekelijks onderhouden conform deze richtlijnen.

Hebt u behoefte aan extra hulp bij de schoonmaak of andere huishoudelijke werkzaamheden? Dan kunt u dat bij ons inkopen (zie prijslijst aanvullende diensten). U kunt uw aanvraag doen bij het Infopunt. Zij zorgen ervoor dat er contact met u wordt opgenomen.

De medewerkers treden niet zomaar uw appartement binnen en zullen eerst aanbellen of kloppen. Bij ziekenhuisopname of bij langere afwezigheid kan in overleg met de teamleider het appartement worden onderhouden.

Voor eventuele vragen of klachten kunt u zich via het Infopunt wenden tot de leidinggevende.

### Scootmobiel/elektrische rolstoel

De richtlijnen voor het gebruik van een scootmobiel/elektronische rolstoel op het terrein en in het gebouw zijn:

- Als bewoner mag u met een scootmobiel/elektrische rolstoel rijden als uw rijvaardigheid voldoende is. Bij twijfel over de rijvaardigheid wordt advies gevraagd aan een ergotherapeut om de rijvaardigheid te testen.
- De scootmobiel/elektrische rolstoel geeft altijd voorrang aan lopende personen in huis.
- In de gangen, vanuit de lift en bij binnenkomst wordt stapvoets gereden, dan wel in de laagste stand 1.
- De scootmobiel/elektrische rolstoel zo parkeren, dat de doorgang niet belemmerd wordt en op de daarvoor bestemde plaatsen.

## T

### Tandarts

Als u een Wlz indicatie zonder behandeling hebt, kunt u uw eigen tandarts aanhouden. Hebt u een Wlz indicatie met behandeling, dan ontvangt u de tandartszorg van de tandarts van Beweging 3.0. Dit kunt u navragen bij uw EVV-er of cliëntadviseur.

### **Tandtechnicus**

Hebt u problemen met uw gebitsprothese? Dan kan de tandtechnicus u wellicht helpen (zie [www.leef3.nu](http://www.leef3.nu)).

### **Taxi**

Er zijn twee mogelijkheden:

#### UVV Nijkerk vervoersdienst

Het UVV verzorgt voor een vast tarief, op maandag tot en met vrijdag tussen 10.00 en 15.00 uur, het vervoer voor particulieren, verenigingen en woonzorgcentra naar elke bestemming in Nijkerk. Rollators en rolstoelen kunnen mee en er is hulp bij het in- en uitstappen. Er zijn geen of slechts korte wachttijden. Het telefoonnummer is 033- 246 01 15 (tussen 9.00 en 11.00 uur). Het e-mailadres is [info@uvv-nijkerk.nl](mailto:info@uvv-nijkerk.nl).

#### Regiotaxi

Regiotaxi Eemland-Heuvelrug rijdt in Amersfoort, Baarn, Leusden, Nijkerk, Soest, Utrechtse Heuvelrug, Wijk bij Duurstede en Woudenberg. Uw reis moet, zonder overstappen, beginnen of eindigen in één van deze gemeenten. De regiotaxi is beschikbaar tussen 6.00 en 24.00 uur. Voor het bestellen van de regiotaxi belt u 0900 - 11 22 44 5 (10 ct. p/min.).

### **Telefoon**

In De Pol is het alleen mogelijk een mobiele telefoonaansluiting te regelen. Gezien de dekking adviseren we u KPN als aanbieder te nemen.

### **Televisie en computer**

Desgewenst zorgen wij er voor dat u in uw appartement het digitale signaal ontvangt voor het basispakket radio en televisie. Hierbij is het wel van belang dat uw apparatuur een HDMI-aansluiting heeft. De kosten daarvoor zijn gebaseerd op het tarief van de aanbieder (zie prijslijst aanvullende diensten).

Komt u bij ons revalideren, dan kunt u voor de duur van het verblijf een televisietoestel met een basispakket aan zenders huren. Wij kunnen deze voorziening binnen een dag voor u regelen. Voor de kosten: zie prijslijst aanvullende diensten.

## U

### Uit en thuis

Uiteraard bent u vrij om uit te gaan en thuis te komen wanneer u wilt. Voor een goede gang van zaken is het fijn als u aan de woonbegeleider vooraf doorgeeft als u 's nachts afwezig bent. Ook als u geen gebruik wilt maken van de maaltijd horen wij dat graag.

Het is onze gewoonte om bij uw afwezigheid uw kamer niet te betreden. Alleen bij zwaarwegende redenen kan het zijn dat wij toch uw kamer binnengaan.

## V

### Veiligheid

#### Alarmering

In uw appartement is een oproepsysteem aangebracht waarmee u kunt alarmeren. Als u dit prettig vindt, kunt u ook een persoonlijk halsalarm krijgen. Als u die bij u draagt kunt u, in geval van nood, met één druk op de knop hulp inschakelen.

#### Brandpreventie

Onze gebouwen voldoen aan de eisen die de wet en de brandweer stellen en worden daar jaarlijks op gecontroleerd.

Er is een centrale brandmeldinstallatie en alle kamers zijn voorzien van een rookmelder.

Er worden ontruimingsoefeningen gehouden waar u als bewoner mee te maken kunt krijgen.

#### Camerabewaking

Ter bescherming van uw en onze veiligheid is De Pol voorzien van camera's bij de toegangen. Bij calamiteiten kunnen opgeslagen camerabeelden gebruikt worden en als ondersteunend materiaal getoond worden aan de politie. Het Protocol Camerabewaking van Beweging 3.0 is van toepassing. Desgewenst kunt u dit protocol opvragen bij de teamleider service en faciliteiten.



## **Verkoop kleding**

Meerdere malen per jaar, met name in het voorjaar en najaar worden er in De Pol modeshows georganiseerd, waar u kleding kunt kopen. U kunt uw aankopen betalen per pin of op rekening. Uw familie/mantelzorger krijgt de factuur thuis gestuurd.

## **Verzekeringen**

### Inboedelverzekering

Als u komt wonen in ons woonzorgcentrum, bent u collectief verzekerd tegen diefstal. Met deze collectieve inboedelverzekering zijn uw persoonlijke eigendommen, waaronder elektronica, meubilair, kleding, linnengoed en kostbaarheden verzekerd. Vermissingen zijn uitgesloten van dekking. Voor het in behandeling kunnen nemen van een diefstal door de verzekeraar, moet u aangifte doen bij de politie.

### WA-verzekering

Ook hebben we collectief een Wettelijke aansprakelijkheidsverzekering (WA) voor alle bewoners afgesloten. Daarmee bent u verzekerd tegen eventuele schade die door uw toedoen bij anderen ontstaat.

### Zorgverzekering

Tijdens uw verblijf in het woonzorgcentrum dient u uw zorgverzekering aan te houden. Als u opgenomen wordt in een ziekenhuis of een polikliniek bezocht, worden de kosten betaald door de zorgverzekeraar. U bent zelf verantwoordelijk voor de betaling van de premie. Bij inhuizing vragen wij u om een kopie van uw zorgverzekeringsspas.

## **Vrijwilligers en familieparticipatie**

Vrijwilligers bieden allerlei vormen van ondersteuning. Bij het huiselijk leven in de woongroep, zoals gezamenlijk koffiedrinken, krantlezen of het bereiden van de maaltijd. Maar ook bij activiteiten, zoals muziekavonden en uitstapjes, zijn vrijwilligers onmisbaar. Ook uw familieleden spelen een belangrijke rol in de participatie. Voor meer informatie kunt u terecht bij de coördinator Welzijn en Vrijwilligers.

## W

### Waardering en giften

Een woord van waardering doet iedereen goed. Het is daarom prettig dat u het ons laat weten wanneer u tevreden bent over de zorgverlening. Het is onze medewerkers echter niet toegestaan geschenken of beloningen aan te nemen van bewoners of familieleden.

Wilt u toch iets geven, overweeg dan of u een bijdrage wilt geven aan Stichting Vivat Welzijn. Deze stichting stelt zich ten doel geld bijeen te brengen om af en toe wat extra's te doen voor de bewoners van De Pol. Dat kunnen activiteiten zijn, zoals een uitstapje, of het creëren van voorzieningen, zoals de aanleg van een jeu-de-boules-baan, maar ook de aanschaf van goederen zoals tuinmeubilair of een extra uitgave voor een feestelijke gelegenheid. Over de besteding van uw gift kunt u altijd overleggen met de teammanager.

Wilt u meer informatie over Stichting Vivat Welzijn of wilt u donateur worden? Op [www.stichtingvivat.nl](http://www.stichtingvivat.nl) vindt u meer informatie.

### Wasservice

De kleding kunt u laten wassen/reinigen voor een vast bedrag per maand (zie prijslijst aanvullende diensten). Indien u gebruikmaakt van de wasservice is het noodzakelijk het wasgoed te laten merken. (Zie onder merken van kleding).

#### Stomerijservice

Als aanvulling op de wasservice kunt u kwetsbare kleding laten stomen. De kosten zijn afhankelijk van het aantal en soort kledingstukken. De service is inclusief het ophalen en terugbrengen van de te reinigen kleding. Het stoomgoed wordt samen met de andere was opgehaald. In de wasserij wordt het stoomgoed gescheiden van het overige wasgoed. Ook voor de stomerijservice dient uw kleding gemerkt te zijn. De kosten worden berekend per gestoomd kledingstuk (zie prijslijst aanvullende diensten).

Het was- en stoomgoed wordt dagelijks opgehaald en een week later wordt de schone was op maandag, woensdag en vrijdag teruggebracht.

#### Merken van kleding

Maakt u gebruik van de was- en of stoomservice, dan wordt de kleding voorzien van een naamlabel, dat in het kledingstuk wordt geseald. Op het naamlabel staan alle specifieke gegevens van het kledingstuk.

Om vermissingen te voorkomen, adviseren wij u om de kleding ook te laten merken indien u geen gebruikmaakt van de wasservice.

Binnen 5 werkdagen is uw kleding gemerkt en terug op de locatie. Voor de kosten: zie prijslijst aanvullende diensten.

U kunt de te merken artikelen inleveren bij de woonbegeleider.

## WiFi

In het hele gebouw kunnen u en uw naasten gebruikmaken van een gratis Wifi-netwerk. De naam van het netwerk is: Beweging 3.0 WiFi.

## Z

### Zorg en behandeling

In De Pol is 24 uur per dag zorg aanwezig. Daarnaast heeft iedere bewoner een 'eigen' woonbegeleider, die de zorg coördineert. Ook uw partner of familie kunnen met vragen terecht bij de woonbegeleider.

#### Zorgleefplan:

Wij werken met een elektronisch cliëntendossier (ECD). Daarin zetten wij in overleg met u alle informatie die nodig is om tot een goede zorg- en dienstverlening te komen. De indicatie van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) is hierbij leidend. Daarnaast kijken we naar de mogelijkheden, beperkingen, levensgeschiedenis, leefstijl, persoonlijkheid en belangstelling. De woonbegeleider maakt samen met u afspraken over de zorg die u nodig hebt. Die afspraken worden in het ECD vastgelegd, in het zogenaamde Zorgleefplan. Dat is de leidraad bij de verzorging en helpt ons om de kwaliteit van de zorg en dienstverlening te bewaken.

Ook spreken we met u af, wie als eerste contactpersoon zal optreden. De eerste contactpersoon heeft inzage in het Zorgleefplan. De inhoud wordt minimaal tweemaal per jaar met de eerste contactpersoon in het Zorgleefplan-overleg besproken en zo nodig bijgesteld.

De medische zorg wordt geleverd door de specialist ouderengeneeskunde. Wanneer uw naaste bij ons komt wonen, neemt deze de rol van de huisarts over. De specialist ouderengeneeskunde heeft specifieke kennis in huis over (complexe) medische problematiek bij ouderen.

Indien nodig kan de specialist ouderengeneeskunde ook andere behandelaars inschakelen, zoals een fysiotherapeut, ergotherapeut, diëtist of logopedist.

## Adresgegevens en bereikbaarheid

### Woonzorgcentrum De Pol

Vetkamp 85

3862 JN Nijkerk

T 033 - 469 20 30

E depol@beweging3.nl

Bereikbaar met het openbaar vervoer.

#### **Syntus bus:**

Lijn 103 Harderwijk-Amersfoort via Nijkerk. Uitstappen bij halte Vetkamp, op twee minuten loopafstand van De Pol.

Lijn 142 Harderwijk- Zeewolde – Nijkerk. Uitstappen bij halte Vetkamp, op twee minuten loopafstand van De Pol.

Lijn 160 Nijkerk- Almere. Uitstappen bij halte Vetkamp, op twee minuten loopafstand van De Pol.

#### **Trein:**

Vanuit Amersfoort, station Amersfoort naar station Nijkerk.

Vanuit Harderwijk, station Harderwijk naar station Nijkerk.

#### Bereikbaar met de auto

Vanaf de A28, vanuit de richting Amersfoort: afrit 9 (Nijkerk, Putten, Zeewolde)

Bij stoplicht rechtsaf richting Nijkerk, Putten

Weg volgen tot de rotonde, hier eerste rechts (= Vetkamp)

Eerste oprit aan de linker kant (ongeveer 100 meter) is De Pol.

Vanaf de A28, vanuit de richting Zwolle: afrit 9 (Nijkerk, Putten, Zeewolde)

Bij stoplicht linksaf richting Nijkerk, Putten.

Weg volgen tot de rotonde, hier eerste rechts (= Vetkamp)

Eerste oprit aan de linker kant (ongeveer 100 meter) is De Pol.

## Belangrijke telefoonnummers en e-mailadressen

## **Prijslijst aanvullende diensten**

U vindt de prijslijsten op [www.beweging3.nl/prijslijst-aanvullende-diensten-2019](http://www.beweging3.nl/prijslijst-aanvullende-diensten-2019)