Productcatalogus **2022**



espria
ledenvereniging

ledenvereniging.nl

Product- dienstlijnen

espria ledenvereniging



Gewoon hulp aan huis 3

- GeWoon thuis gesprek/woonscan 4
- Voorbereidend keukentafelgesprek 4
- Huishoudelijke hulp 5
- Klussen in huis en tuin 6
- Maaltijdservice 6
- Stomerij- en wasservice aan huis 7
- Verhuisservice 7
- Matrasreiniging aan huis 8
- Kapper aan huis 8
- Schoonheidspecialiste aan huis 9
- Gewoon pedicure aan huis 9
- Belastingservice aan huis 10
- Financieel advies 10
- Collectieve schadeverzekering 11
- Fiets Pechhulp 12

Gezondheid 13

- Hulpmiddelen 14
- Acute Hulp 15
- Welkom Thuis pakket 15
- Audicien aan huis 16
- Opticien aan huis 17
- Medisch pedicure aan huis 17
- Gezond gewicht 18
- Brein in beweging 18
- Online zelfhulp 19
- Rouw en verlies 20
- Collectieve zorgverzekering 21

Leuke en leerzame dingen 22

- Voordeelshop 23
- Klassieke concerten 23
- Bingo's 24
- Sporten 24
- Online colleges 25
- Online stoelyoga 25
- Wekelijks koffiemoment 26
- Webinars 26
- EHBO cursus 27
- Brandveiligheid 27
- Dagtochten met zorg 28
- Goedemorgen bericht 29

Ouder en Kind 30

- Zwanger Fit 31
- Kraamzorg 31
- Voeding pasgeborene 32
- Borstkolf 32
- Opvoedingsondersteuning 33
- Videohometraining kinderen 34
- Plaswekkertraining 35
- Extra ondersteuning vroeg geboren kind 35
- Daar wordt je kind wijzer van 36
- Kraamhulpmiddelen 36
- Zwangerschapscursussen 37
- Zelfverzekerd ondanks 'ongelukjes' 37

Ouder worden 38

- Tablet en PC hulp 39
- Slimme Domotica 39
- Veilig en zelfverzekerd ondanks urineverlies 40
- Veilig en vertrouwd autorijden 41
- Contacthond dementie 41
- Persoonsalarmering 42
- Preventief huisbezoek wijkverpleegkundige 43
- Sleutelkluis 43
- Huisbezoek ledenadviseur 44
- Kledingservice 44
- Samen bewegen 45
- Vervangende mantelzorg 45
- Dagelijks bewegen 46

espria
ledenvereniging

Gewoon hulp aan huis



GeWoon thuis gesprek/woonscan

Woonscan

Woon jij veilig, comfortabel en met plezier? Regelmatig checken of je huis nog bij je past.
Gratis voor leden

Gratis

GeWoon thuis gesprek, huisbezoek

Huisbezoek, aan het eind van het gesprek krijg je advies over jouw woonsituatie. De ledenadviseur is gespecialiseerd in slimme woonoplossingen en geeft tips hoe je de veiligheid, het comfort en gemak in je woning vergroot.
Gratis voor leden

Advies & samen regelen

ledenvereniging.nl/thuis/langer-thuis-wonen/gewoon-thuis-gesprek

Voorbereidend keukentafelgesprek

Voorbereiding keukentafelgesprek Wmo

Het keukentafelgesprek is een belangrijk gesprek met de gemeente. Het bepaalt voor een groot deel welke hulp je krijgt vanuit de Wmo. Vraag daarom onze ervaren ledenadviseur om het keuken-tafelgesprek samen met jou voor te bereiden. Of met jouw mantelzorger, als je dat liever hebt.
Deze voorbereiding is gratis voor leden

Advies & samen regelen

ledenvereniging.nl/zorg/wmo/voorbereiding-keukentafelgesprek

Stappenplan om het keukentafelgesprek voor te bereiden

Met onze tips en stappenplan bereid je jezelf goed voor op dit gesprek.
Ook beschikbaar voor mantelzorgers

Gratis

ledenvereniging.nl/zorg/wmo/keukentafelgesprek-bij-de-gemeente

Huishoudelijke hulp

Huishoudelijke hulp direct aanvragen

Via Espria Ledenvereniging regel je eenvoudig een huishoudelijke hulp. Er is keuze uit 3 aanbieders van huishoudelijke hulp.
Korting leden op uurtarief of jaarabonnement eerste drie maanden gratis
Digitaal aanvragen of via telefoonnummer ledenvereniging.

Korting

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/klussen-in-huis/huishoudelijke-hulp

Huishoudelijke hulp samen regelen

Via de ledenvereniging kun je precies die hulp inzetten die je nodig hebt. Je hebt dan niet te maken met lange aanvraagprocedures en wachttijden. We zijn als ledenvereniging dus een aanvulling op de Wmo én een uitstekend alternatief. Gelukkig maar, want het wordt steeds duidelijker dat de Wmo het niet in zijn eentje kan oplossen.

Advies & samen regelen

ledenvereniging.nl/op-zoek-naar-huishoudelijke-hulp

Klussen in huis en tuin

Klussenman/klussenvrouw bij jou aan huis

Klusje in huis te doen? Iets in de keuken dat je zelf niet kunt aanpakken? Of in de tuin? Dan is de klussendienst een uitkomst. Dan komt er een professionele klussenman of tuinman bij je langs.
Als lid krijg je korting op het uurtarief

Korting

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/klussen-in-huis/klussendienst

Maaltijdservice

Maaltijd aan huis

Bij ons bestel je eenvoudig en snel jouw maaltijden voor thuis of voor degene waar mantelzorger van bent. Je kunt op verschillende manieren jouw bestelling plaatsen. Via de telefoon, per e-mail of via de website.
15% korting op het gehele assortiment van Vers aan Tafel

Korting

ledenvereniging.nl/maaltijdservice-vers-aan-tafel

Stomerij- en wasservice aan huis

Wasservice aan huis

Korting

Geef je was- en strijkgoed mee aan Dobbi, de voordeligste stomerij- en wasservice aan huis. De was wordt bij je thuis opgehaald en schoon bezorgd binnen 48 uur. Dobbi stoomt ook grotere stukken zoals gordijnen en vitrages.

Korting en ander voordeel voor leden

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/klussen-in-huis/stomerij-en-wasservice-aan-huis

Verhuisservice

Verhuisservice op maat

Korting

De verhuisdirigent/-regisseur van de verhuisservice helpt je bij de verhuizing. Je krijgt de hulp die jij wilt: je bepaalt wat je uit handen geeft en wat je liever zelf doet. Denk ook aan extra mogelijkheden zoals verhuisberichten versturen, abonnementen overzetten, instanties informeren,woning opleveren aan woningcorporatie, inventaris sorteren en woning beter verkoopbaar maken en bezemschoon opleveren. We hebben keuze uit twee waaronder ook een gespecialiseerd verhuisbedrijf voor senioren- en zorgverhuizingen.

Korting en voordeel voor leden

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/klussen-in-huis/verhuisservice

Matrasreiniging aan huis

Matrasreiniging aan huis

Het matras wordt droog gereinigd, zonder gebruik van chemicaliën.Vlekken verwijderen en je matras wordt hygiënisch schoon. 99,99% van de bacteriën zijn gedood. Je slaapt dezelfde nacht in je eigen bed.

Met ledenvoordeel: 10% korting en aantrekkelijke combideals

Door de matrasreiniging verdwijnt je allergie of astma niet. Maar je hebt minder erg en minder vaak last van allergische reacties.

Korting

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/klussen-in-huis/matrasreiniging

Kapper aan huis

Gediplomeerde, ervaren kapper aan huis

Wassen, verven, knippen, föhnen, watergolf, stylen... Voor alle leeftijden. **Met 10% ledenkorting.** Als je niet naar de kapper kunt of wilt en voor het hele gezin mogelijk.

Korting

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/persoonlijke-verzorging/kapper-aan-huis

Schoonheidspecialiste aan huis

Gediplomeerde, ervaren schoonheidsspecialiste aan huis

We zijn op dit moment bezig deze dienst met korting toe te gaan voegen aan ons assortiment.

Korting

ledenvereniging.nl

Gewoon pedicure aan huis

Gediplomeerde, ervaren pedicure aan huis

Proffesionele voetverzorging teennagels knippen en frezen, eelt en likdoorns verwijderen, ingroeiende teennagels behandelen, voetmassage.

10% korting op basisbehandeling

Medische pedicure is ook mogelijk zie hiervoor aanbod product-dienstlijn gezondheid.

Korting

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/persoonlijke-verzorging/pedicure-aan-huis

Belastingservice aan huis

Deskundige belastingadviseur aan huis

Een ervaren belastingadviseur helpt je aan huis en per e-mail of per post. Aangifte inkomstenbelasting, voorlopige aangifte, voorlopige teruggaaf, zorg- en huurtoeslag, kinderopvangtoeslag, bezwaarschriften, fiscaalrechtelijke procedures, aangifte erfbelasting, schenkbelasting alle andere fiscaalrechtelijke zaken.

Korting voor leden en aangifte van eventuele fiscale partner, telefonisch advies gedurende het hele jaar, bezwaarschriften van aangiften die de belastingservice aan huis heeft gedaan, zijn gratis.

Korting

ledenvereniging.nl/gezond-leven/financiele-administratie/belastingservice-aan-huis

Financieel advies

Deskundige financieel adviseur aan huis

Op elk moment in het leven zijn er andere vragen over geld. Met financieel advies via de ledenvereniging krijg je deskundig antwoord. Stel je vragen over wonen, sparen, en verzekeren aan de adviseur van Van Bruggen Adviesgroep.

Gratis kennismakingsgesprek, 10% korting op adviesgespreken en gratis waardebepaling van jouw huis voor leden.

Korting

ledenvereniging.nl/gezond-leven/financiele-administratie/financieel-advies

Geldfit test en advies

Geldfit.nl is een website om je te helpen met geldzaken. Heb je de vragen beantwoord? Dan krijg je een advies die past bij jouw financiële situatie. Ook krijg je tips over welke organisaties je bij je geldzaken kunnen helpen. Deze organisaties vind je bij jou in de buurt.

Gratis

Advies en regelkracht bij geldproblemen

Zoek je hulp bij het oplossen van geld problemen en/of schulden? Lees dan de ervaringsverhalen en mogelijkheden voor hulp op de website van Geldfit.

Advies & samen regelen

ledenvereniging-detail.socialekaartnederland.nl/organisaties/geldfitnl

Collectieve schadeverzekering

Collectiviteitskorting schadeverzekering

Profiteer van aantrekkelijke collectiviteitskorting. Jouw ledenvoordeel kan oplopen tot wel 10% korting. Denk ook aan WA-verzekering voor particulieren, Bromfietsverzekering, Caravanverzekering, Doorlopende reisverzekering en annuleringsverzekering, Fietsverzekering, Motorverzekering, Personenautoverzekering, Rechtsbijstandverzekering en Woonhuis- en inboedelverzekering.

5 tot 10% korting op diverse verzekeringen van Univé en De Friesland Zorgverzekeraar

Korting

ledenvereniging.nl/gezond-leven/financiele-administratie/financieel-advies

Fiets Pechhulp

24/7 hulp van deskundige fietsenmakers

Korting

Met pechhulp van FietsNed regel je snel een monteur die ter plekke de fiets repareert. Thuisbrengservice, betaal alleen de onderdelen, voor alle merken fietsen én e-bikes, landelijke dekking, ook in België.

20% korting voor leden

Gratis letselschade hulp. Heeft je fiets reparatie of onderhoud nodig en heb je geen zin of tijd om naar de fietsenmaker te gaan? De monteur van FietsNed komt ook bij jou thuis.

ledenvereniging.nl/gezond-leven/vitaliteit/in-beweging/fietspechhulp

espria
ledenvereniging

Gezondheid



Hulpmiddelen

Gratis uitleen

Voor hulpmiddelen die je gratis leent vanuit de basisverzekering ga je rechtstreeks naar een uitleenpunt of de thuiszorgwinkel in jouw stad of dorp.

Gratis

Loophulpmiddelen

Als je geen lid bent, dan kan je krukken, loophulpen, looprekken en rollators niet gratis lenen. Als lid van de ledenvereniging leen je eenvoudige loophulpmiddelen wel gratis. Je kan rechtstreeks contact opnemen met de thuiszorgwinkel Medipoint en je lidmaatschap doorgeven.

Gratis

via WMO PGB

De ledenadviseurs kunnen je helpen met vragen hierover en gids zijn naar de mogelijkheden.

Advies & samen regelen

Aankopen

Als lid van de ledenvereniging krijg je **10% ledenkorting** op alle aankopen bij thuiszorgwinkel Medipoint en nog eens **25% korting op speciaal geselecteerde hulpmiddelen**.

Korting

Advies Ergotherapeut

Je hebt recht op een consult vanuit de basisverzekering. Een verwijzing van de huisarts is meestal niet nodig. Wel gaat een consult ten koste van jouw eigen risico.

Advies & samen regelen

ledenvereniging.nl/zorg/hulpmiddelen/hulpmiddelen-regelen/hulpmiddel-nodig-hoe-kom-ik-eraan

Acute Hulp

Hulp bij crisissituaties

Acute hulp wordt volledig vergoed door de ledenvereniging. De zorgcentralist bepaalt of er sprake is van een crisissituatie.

Je hebt recht op één keer acute hulp per huishouden en bij dezelfde diagnose

Gratis

ledenvereniging.nl/zorg/hulp-bij-crisis/acute-hulp

Welkom Thuis pakket

De hulp die je nodig hebt na een ziekenhuisopname, geregeld via de Ledenvereniging

Met het Welkom-thuis-pakket weet je zeker dat thuis alles goed geregeld wordt en dat je in alle rust kunt herstellen. Je stelt het pakket in overleg samen.

Ook beschikbaar voor jouw huisgenoten

Advies & samen regelen

ledenvereniging.nl/zorg/hulp-bij-crisis/welkom-thuis-pakket

Audicien aan huis

Huisbezoek met professionele hoortest

Een gratis service van de ledenvereniging, in samenwerking met oogvooroorenen.nl.

Gratis

60 dagen uitproberen

Het hoortoestel mag je 60 dagen vrijblijvend uitproberen. Daarbij heb je keuze uit alle merken en typen hoortoestellen.

Gratis

Controles hoortoestel

Na aanschaf kun je het hoortoestel 5 keer gratis laten controleren. Meestal is een controle 2 keer in 5 jaar nodig. **Na de 5 controles betaal je € 49,50 voor een vervolgafspraak.**

Gratis

Reparatie regelen

Hoortoestel defect bel de ledenvereniging.

Advies & samen regelen

Garantie en onderdelen

5 jaar volledige garantie, 2 jaar gratis batterijen, 2 sets gratis domes, 2 sets gratis filters en 10% korting op alle accessoires.

Gratis

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/persoonlijke-verzorging/audicien-aan-huis

Opticien aan huis

Huisbezoek met professionele oogmeting

Een gratis service van de ledenvereniging, in samenwerking met de Nederlandse Huisopticiens.

Gratis

Bijstellen, reparaties

Gratis bijstellen van de bril en uitvoeren van kleine reparaties

Gratis

Garantie en onderdelen

20% korting op monturen, glazen en materiaalkosten
20% korting op materiaalkosten bij reparaties
5% korting op een speciaal hulpmiddel zoals een hand-, tafel-, of cameraloep of een loepbril als de zorgverzekering dit niet vergoedt en gratis overzetzonnebril bij aanschaf van een complete bril (montuur + glazen).

Korting

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/persoonlijke-verzorging/opticien-aan-huis

Medisch pedicure aan huis

Gediplomeerde, ervaren pedicure komt bij jou thuis

10% korting op basisbehandeling en reuma- en diabetesbehandeling.

Korting

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/persoonlijke-verzorging/pedicure-aan-huis

Gezond gewicht

Wegwijzer voor een gezond gewicht

Advies & samen regelen

De ledenvereniging helpt je met tips en kortingen.

ledenvereniging.nl/gezond-leven/leefstijl/gezond-gewicht

Skinnyminds

Als je lid bent, profiteer je van **ledenvoordeel op een cursus afvallen van Skinnyminds**.
Ook ontvang je gratis het boek 'Het geheim van slanke mensen van Mieke Kosters'.

ledenvereniging.nl/gezond-leven/leefstijl/gezond-gewicht/slank-blijven-met-skinnyminds

Brein in beweging

Brein in beweging met de RGM-methode

Korting

Als lid krijg je € 50,00 korting. Voor zowel de instapcursus als de vervolgcursus betaal je slechts € 50,- in plaats van € 100,-.
Er zijn verschillende locaties waar de cursus gevolgt kan worden, met diverse startdata, kijk daarvoor op onze website.

ledenvereniging.nl/gezond-leven/vitaliteit/geestelijk-vitaal/zet-je-brein-in-beweging-met-de-rgm-methode

Online zelfhulp

Online zelfhulpmodules over uiteenlopende mentale klachten

Gratis

Het aanbod van Stichting Mirro bestaat uit verschillende modules over uiteenlopende mentale klachten en de beslisondersteuner mentale zorg.
Als lid doorloop je alle zelfhulpmodules van Mirro gratis.
Denk aan overgangsklachten, mantelzorgbelasting, slaapproblemen, relatieproblemen, alcohol, gamecheck, werkstress, zelfbeeld, werkende ouders, scheiding en nog veel meer. Voor volwassenen en jong volwassenen.

ledenvereniging.nl/gezond-leven/vitaliteit/geestelijk-vitaal/mentaal-fit

Online module coronahulp

Gratis

Omgaan met coronastress, online zelfhulpmodule (coronahulp) gratis door Therapieland.

alleszelf.nl/diensten-voor-ouderen/informatie-advies/omgaan-met-coronastresscomma-online-zelfhulpmodule-coronahulpclosebracket?theme=alleszelf-lv

Rouw en verlies

Rouw en verlies ondersteuning

De ledenvereniging biedt steun in de verdrietige periode na de uitvaart, maar ook na een scheiding of verhuizing. De ledenadviseur kan bij je langskomen op huisbezoek voor advies en ondersteuning.

Gratis voor leden

Advies & samen regelen

ledenvereniging.nl/gezond-leven/vitaliteit/rouw/hoe-help-je-iemand-die-rouwt-om-een-verlies

Online zelfhulpmodule Rouwverwerking

Rouwen is gevoelens verwerken en gedachten bewerken. Geen twee mensen rouwen hetzelfde. Ieder rouwproces is uniek. Zit je in een rouwproces? De zelfhulpmodule Rouwverwerking helpt je om steun en richting in je rouwproces te vinden.

Gratis

ledenvereniging.nl/rouwverwerking

Jonge helden ondersteuning

Stichting Jonge Helden helpt kinderen/tieners die met een ingrijpend verlies te maken hebben gehad. Dit kunnen kinderen en jongeren zijn waarvan de vader, moeder, broer of zus ernstig ziek is of is overleden. Of kinderen van scheidende of gescheiden ouders. Goed internetsite voor iedereen die in zijn of haar directe omgeving met kinderen en tieners met rouw en verlies te maken heeft.

Gratis

ledenvereniging-detail.socialekaartnederland.nl/organisaties/stichting-jonge-helden-bussum

Collectieve zorgverzekering

Collectiviteitskorting zorgverzekering

De ledenvereniging heeft afspraken gemaakt met 4 grote verzekeraars.
Je krijgt tot 5% korting op je basisverzekering.
Op het aanvullende pakket kan je korting oplopen tot 10%.
En er zijn meer extra's bij een collectieve zorgverzekering via de ledenverzekering. Zo kun je je lidmaatschapsgeld terug krijgen of heb je recht op extra thuiszorg.

Gratis

Vergelijk collectieve zorgverzekeringen

In overzicht waarin je snel kan zien hoeveel korting jij ontvangt: Dat scheelt per gezin al snel honderden euro's per jaar!

Advies & samen regelen

Terugbetaling lidmaatschap door Unive

Heb je via de ledenvereniging een collectieve zorgverzekering afgesloten bij Univé, inclusief het Collectief Aanvullend Goed, Beter of Best?
Univé betaalt je lidmaatschapsgeld van € 21,50 terug

Gratis

Hulp bij collectieve zorgverzekering

De ledenadviseur geeft je uitleg over de voordelen en de extra vergoedingen. Zo kies je de collectieve zorgverzekering die het beste bij jou past.

Advies & samen regelen

ledenvereniging.nl/zorg/zorgverzekering

espria
ledenvereniging

Leuke en leerzame dingen



Voordeelshop

Voordeelshop

In de Voordeelshop van Espria Ledenvereniging vind je de scherpste deals voor dagjes weg, hotels en restaurants, maar ook de beste deals voor thuis. Denk aan e-books, films, series, bordspellen en online fitness. Regelmatig zijn er nieuwe deals.
De korting loopt op tot wel 70%, speciaal voor jou!
Gratis voor leden

Korting

ledenvereniging.nl/voordeelshop

Klassieke concerten

Concerten op historische locaties

Beleef de Messiah van Händel, de Matthäus Passion van Bach of een van de andere schitterende concerten. Kom naar Het Concertgebouw in Amsterdam of naar een historische kerk bij je in de buurt.
Je ledenvoordeel: € 45,- korting op de ticketprijs en een gratis geschenkpakket

Korting

ledenvereniging.nl/gezond-leven/ontspanning/klassieke-concerten

Bingo's

Bingo online

Doe mee met de bingo's van de ledenvereniging. Gewoon thuis op je eigen smartphone, tablet of laptop. Bingomaster: Hans Gommer. Speel mee en win prachtige prijzen!
Gratis deelname voor leden

Gratis

ledenvereniging.nl/gezond-leven/ontspanning/bingo

Sporten

Sporten met korting

Krijg nu 20% korting op Basic-Fit abonnement als je via de ledenvereniging gaat sporten bij Basic-Fit.
Probeer Sporten met korting 1 maand gratis uit!
Altijd Basic-Fit club in de buurt en deel je pas met je gezinsleden.

Korting

ledenvereniging.nl/gezond-leven/vitaliteit/in-beweging/sporten-met-korting

Online colleges

Online collegereeksen

Wil je meer weten over de werking van je brein, muziek, geschiedenis, kunst of een ander interessant onderwerp? Dan zijn er de online colleges: reeksen van 4 colleges, live gegeven door Stichting Oud Geleerd Jong Gedaan. Gewoon thuis te volgen via Zoom op je eigen tablet, smartphone, laptop of pc.

Gratis voor leden (normaal € 20,-)

Gratis

ledenvereniging.nl/gezond-leven/vitaliteit/geestelijk-vitaal/online-colleges

Online stoelyoga

Stoelyoga door gediplomeerde lerares

Stoelyoga is de meeste laagdrempelige vorm van yoga. Je doet oefeningen vanuit de stoel of met hulp van een stoel. Deze vorm van yoga verbetert je bloedsomloop, ademhaling, mobiliteit, flexibiliteit en hersenfunctie. Omkleden is niet nodig. Paula Jap Tjong is gediplomeerd yogalerares en doet de oefeningen online voor. Het enige wat je nodig hebt om mee te kunnen doen is een stevige stoel en een computer, tablet of smartphone met internetverbinding.

Gratis voor leden

Gratis

ledenvereniging.nl/gezond-leven/vitaliteit/online-stoelyoga

Wekelijks koffiemoment

Online koffie drinken

De Ledenvereniging kent het wekelijkse koffiemomentje. Samen met anderen leden gezellig bijpraten en koffie drinken. Het kan over van alles en nog wat gaan. Dat bepalen jullie samen. De ledenadviseur is er ook elke week bij. Iedere dinsdagochtend om 10.00 uur. Na jouw aanmelding ontvang je van ons op maandag een mail met de link. Op dinsdagochtend vlak voor 10.00 uur klik je op deze link en kun je meedoen.

Gratis

ledenvereniging.nl/gezond-leven/ontspanning/koffiedrinken-met-de-ledenvereniging-0

Webinars

Online workshops

Onze korte workshops online. Een deskundige vertelt over een bepaald onderwerp, bijvoorbeeld verhalen vertellen, info over ziektebeelden, slapen of verlies bij kanker. We hebben een heel breed aanbod , gemiddeld 2 keer per maand. Als deelnemer kun je actief meedoen door vragen van de deskundige te beantwoorden, en door zelf vragen stellen. Je komt niet zelf in beeld.
Aan deze webinar neem je deel achter je eigen computer, tablet of smartphone. Je ontvangt een link om je aan te melden.
Deelname voor leden gratis

Gratis

ledenvereniging.nl/webinars

EHBO cursus

EHBO: weet wat je moet doen

Korting

De EHBO-cursussen worden gegeven door Livis, gecertificeerd EHBO-partner. Je kan je aanmelden voor EHBO bij Volwassenen (met AED)en EHBO bij Baby's en kinderen. Daarnaast hebben we de online cursussen Eerste hulp aan kinderen, Herken kinderziekten en Eerste hulp aan sporters. Heb je al een geldig EHBO-certificaat van Livis? Volg dan een herhalingscursus om jouw kennis op te frissen. **Voor leden 50% korting op de cursusprijs.**
Heb je een aanvullende zorgverzekering? Mogelijk vergoedt je verzekeraar de kosten van de cursus. Op de website vind je een overzicht van vergoedingen per verzekeraar.

ledenvereniging.nl/zorg/ehbo

Brandveiligheid

Webinar geWoon veilig

Gratis

In het live webinar geWoon veilig kun je al jouw vragen stellen en krijg je deskundige tips van de brandweer. Je krijgt praktische tips hoe je je huis brandveilig kunt maken.
Waar zit het grootste brandgevaar in jouw huis? Hoe weet je dat er brand is? Wat doe je als er brand is? Deze workshops vinden plaats samen met de veiligheidsregio's/brandweer.

ledenvereniging.nl/thuis/langer-thuis-wonen/gewoon-veilig

Brandveilige rondleiding in ons Slimste Huis in Alkmaar

Gratis

De rondleiding in het Slimste Huis is uitgebreid met 10 tips over brandveiligheid. Ook speelt het Slimste Huis video's af over dit onderwerp en kunnen bezoekers informatiefolders over brandveiligheid meekrijgen. Ingevuld met Brandweer Alkmaar.
Via ledenvereniging.nl/het-slimste-huis of door ons te bellen reserveer je een rondleiding.

Beleef Brandveiligheid

Gratis

De brandweer uit Alkmaar vertelt je in het Slimste Huis alles over brandveiligheid. Kinderen kunnen ook als brandweerman of -vrouw op de foto, kleuren, knutselen met de brandweer en zich laten schminken. Een leuke en leerzame dag voor jong en oud. Nieuwe data worden nog ingepland.

ledenvereniging.nl/zorgeloos-thuis/langer-thuis-wonen/veiligheid-in-en-om-huis/beleef-brandveiligheid

Dagtochten met zorg

Dagtochten voor iedereen

Korting

Lekker op vakantie, ook als je zorg nodig hebt. **Via de ledenvereniging heb je keuze uit 4 mogelijkheden met ledenkorting.** Ga bijvoorbeeld mee met een volledig verzorgde vaarvakantie, laat je hulpmiddelen bezorgen op je vakantieadres of krijg extra begeleiding en aandacht tijdens je reis. De ledenadviseurs aan de telefoon helpen je graag. Bel onze servicedesk voor meer informatie.

ledenvereniging.nl/zorg/mantelzorg/respijtzorg/vakantie-en-zorg

Goedemorgen bericht

Gratis

Goedemorgen App

Elke ochtend een goedemorgen bericht van de ledenvereniging op je mobiele telefoon. Om je een fijne dag te wensen en te laten weten dat we er voor je zijn. Dat is de goedemorgen service van de ledenvereniging. En je kunt ons direct een vraag stellen. Bijvoorbeeld als je op zoek bent naar een luisterend oor, wat extra ondersteuning of advies.

ledenvereniging.nl/goedemorgen-app

espria
ledenvereniging

Ouder en Kind



Zwanger Fit

Zwanger Fit onder deskundige begeleiding

Korting

“Uurtje per week bewegen samen met maximaal 10 andere aanstaande of kersverse moeders onder deskundige begeleiding van een ZwangerFit-docent.
Fit tijdens de zwangerschap en de bevalling, sneller hersteld na de bevalling, deskundige begeleiding van een ZwangerFit-docent, een gecertificeerd fysiotherapeut. Jouw Persoonlijk oefenprogramma, theorielessen om je samen met je partner voor te bereiden op de bevalling, altijd een cursus bij jou in de buurt.
Ledenvoordeel: € 25,- korting

ledenvereniging.nl/zorg/zwangerschap/zwangerfit

Kraamzorg

Kraamzorg arrangement

Korting

Het arrangement bestaat uit maximaal 12 uur aan extra zorg bovenop de kraamzorg die je al krijgt. Je kunt gebruikmaken van dit arrangement vanaf de eerste dag van uw zwangerschap tot zes weken na de bevalling.
Ledenvoordeel € 12,50 per uur (normaal € 47,70)

ledenvereniging.nl/zorg/zwangerschap/kraamzorgarrangement

Voeding pasgeborene

Gratis

Tips en advies van een lactatiekundige

Heb je net een kindje gekregen en wil je borstvoeding of moedermelk uit de fles geven? Dan kun je veel hebben aan tips en advies van een lactatiekundige. Het spreekuur is gratis voor leden. Ook is het mogelijk om één huisbezoek van de lactatiekundige aan te vragen, inclusief 2 consulten per e-mail of telefoon.

Gratis voor leden, normaal € 170,-

ledenvereniging.nl/zorg/zwangerschap/borstvoeding-en-kolfspreekuur

Borstkolf

Korting

Korting op huur afkolfset

Geef jij borstvoeding en kun je wel wat ondersteuning gebruiken? Een borstkolf kan je in veel situaties helpen. Huur voordelig, met ledenkorting. Bezorgen of afhalen beide mogelijk.

ledenvereniging.nl/zorg/zwangerschap/kraamhulpmiddelen/borstkolf

Opvoedingsondersteuning

Gratis

Opvoedingsondersteuning voor kinderen van twaalf jaar en jonger

De opvoedingsondersteuner komt bij jou thuis langs voor een gesprek. Daarin neemt hij/zij jouw opvoedingsproblemen met jou door. Je krijgt informatie en advies. Meestal is 1 gesprek voldoende, maar je mag ook 2 of 3 gesprekken hebben. De opvoedingsondersteuner is een bij ons aangesloten orthopedagoog. Voor kinderen van twaalf jaar of jonger. Je woont in in het werkgebied van Icare JGZ (delen van Drenthe, Flevoland en de Veluwe).

ledenvereniging.nl/gezond-leven/opvoeding/kind-opvoeden/opvoedingsondersteuning

Videohometraining kinderen

Gratis

Videohometraining van opgeleide wijkverpleegkundige van Icare Jeugdgezondheidszorg (JGZ) bij jou in de buurt

Jonge kinderen communiceren op een andere manier dan volwassenen. Zij kunnen zich met taal nog niet zo goed uitdrukken en communiceren vooral met hun ogen, lichaam en gedrag. Als je als ouder deze 'eigen taal' niet goed begrijpt, kan dat problemen geven. Videohometraining bestaat uit één of meer video-opnames en een aantal gesprekken. Een dagelijkse situatie bij jou thuis wordt gefilmd, je bekijkt de opname samen met de wijkverpleegkundige, je focust op wat goed gaat en op wat beter kan en krijgt professioneel advies over de beste aanpak. Jouw privacy is volledig gegarandeerd, jij krijgt na afloop de band met video-opnames mee en er wordt geen kopie van de video-opnames bewaard. Gratis voor leden, één keer per jaar. Je woont in in het werkgebied van Icare JGZ (delen van Drenthe, Flevoland en de Veluwe).

ledenvereniging.nl/gezond-leven/opvoeding/kind-opvoeden/videohometraining-kinderen

Plaswekkertraining

Plaswekkertraining met deskundige begeleiding

Korting

“Met de plaswekkertraining van Urifoon leert je kind om op tijd naar de wc te gaan. Zo rust je kind beter uit, heeft het meer zelfvertrouwen, betere schoolprestaties en gaat het met plezier logeren. Wetensschappelijk bewezen aanpak, grote keuze uit plaswekkers en onderbroekjes, persoonlijke begeleiding en ondersteuning Landelijk kenniscentrum bedplassen.
50% korting voor leden

ledenvereniging.nl/gezond-leven/opvoeding/kind-opvoeden/plaswekkertraining

Extra ondersteuning verzorging van je te vroeg geboren kindje

Premacare

Gratis

Samen met een deskundige bekijk je welke ondersteuning je nodig hebt. Het gaat bijvoorbeeld om: huisbezoeken van een gespecialiseerd wijkverpleegkundige, hulp bij het verwerken van de vroeggeboorte en ondersteuning bij de opvoeding: hechting en communicatie. PremaCare biedt ondersteuning bij kindjes die vóór de 34ste week van de zwangerschap zijn geboren. Maximaal zeven extra huisbezoeken van een gespecialiseerd wijkverpleegkundige.
Gratis voor leden

ledenvereniging.nl/gezond-leven/opvoeding/baby-verzorgen/premacare

Daar wordt je kind wijzer van

Squla

Squla is het enige online programma voor thuis waar je kind spelenderwijs oefent met alle vakken van de basisschool. Ieder kind speelt op zijn eigen niveau en in zijn eigen tempo. Als ouder krijg je een eigen Squla-account waar je de voortgang kunt volgen en je kind kan aanmoedigen.
Jaarabonnement met € 10,- ledenkorting

Korting

ledenvereniging.nl/gezond-leven/opvoeding/kind-opvoeden/squla

Kraamhulpmiddelen

Bedklossen en kraamhulpmiddelenpakket

Om rugproblemen te voorkomen bij de verloskundige en kraamhulp moet je voor de 37ste week van de zwangerschap je bed op een hoogte van ten minste 70 cm zetten. Dit doe je met bedklossen. Deze klossen zijn geen onderdeel van het basiskraampakket dat je wellicht via je zorgverzekeraar ontvangt. Je leent als lid bedklossen gratis via een thuiszorgwinkel van Medipoint. Als je de bedklossen voor 16.00 uur aanvraagt krijg je ze de volgende werkdag gratis thuis bezorgd. Of je haalt de bedklossen zelf op bij een winkel of uitleenpunt.

Gratis

Korting

ledenvereniging.nl/zorg/zwangerschap/kraamhulpmiddelen/thuis-bevallen-regel-gratis-bedklossen

Zwangerschapscursussen

Fit & zwanger? Welke cursus past bij jou?

Blijf fit tijdens, maar ook na je zwangerschap. De juiste cursus kan je hierbij helpen. Als voorbereiding op de bevalling, maar ook om na je zwangerschap vol energie te genieten van het moederschap. De Ledenvereniging kan je helpen bij het maken van de voor jou passende keuze. Kijk op onze website of bel met het servicecenter.

Advies & samen regelen

ledenvereniging.nl/zorg/zwangerschap/fit-zwanger-welke-cursus-past-bij-jou

Zelfverzekerd ondanks ‘ongelukjes’

Under wunder

Als een kind zindelijk aan het worden is, is de kans op ongelukjes groot. Het ondergoed van UnderWunder helpt om die op te vangen. Wel zo lekker voor het zelfvertrouwen, als uw kind al naar school gaat. UnderWunder is leverbaar vanaf de maat 86/92.
Kennismakingsaanbod en 20% korting op jouw bestelling bij de webshop van UnderWunder.

Korting

ledenvereniging.nl/gezond-leven/vitaliteit/in-beweging/underwunder

espria
ledenvereniging

Ouder worden



Tablet en PC hulp

PC hulp via internet, via de telefoon of bij jou thuis

Korting

De computer veilig updaten, hulp bij haperende wifi of de installatie van een printer? SeniorWeb helpt je jouw weg te vinden in de digitale wereld. Je kunt er terecht voor computerhulp, technische ondersteuning en voor handige (online) cursussen, workshops en inloopuren. Leer meer over Whatsappen of videobellen, ga aan de slag met online fotoboeken en video's maken, sociale media of het lezen vanaf een e-reader.

Als lid van de ledenvereniging maak je zes maanden gratis gebruik van SeniorWeb

ledenvereniging.nl/gezond-leven/digitale-vaardigheden/seniorweb

Slimme Domotica

Slimme domotica in huis

Korting

De voordeur opendoen vanuit je stoel? Lampen die aan gaan als je uit bed stapt of een seintje krijgen als de batterijen van de rookmelder op zijn? Allemaal voorbeelden van domotica: slimme oplossingen voor meer veiligheid en en gemak in huis.

Als lid krijg je korting op een abonnement van Comfortability en we regelen eventueel een monteur voor de installatie bij jou thuis!

ledenvereniging.nl/coronacrisis/gemak-en-veiligheid-thuis/comfortability-domotica

Slimme oplossingen voor thuis ervaren

Ervaar in ons Slimste Huis in Alkmaar wat onze oplossingen voor je kunnen betekenen. De voordeur op slot doen vanuit je stoel? Alle lampen in huis aandoen met één knop en een kookplaat die uitgaat als je hem niet gebruikt? Ook voor al je vragen over wonen, welzijn en zorg kun je in het Slimste Huis terecht. We adviseren je graag over de mogelijkheden.

Advies & samen regelen

ledenvereniging.nl/het-slimste-huis

Veilig en zelfverzekerd ondanks urineverlies

Under wunder

Last van ongewenst urineverlies? Met het ondergoed van UnderWunder vang je het prima op. Het mooie is: het ziet er niet uit als incontinentie-ondergoed. UnderWunder is hip en modieus ondergoed met een extra oplossing. Comfortabel, kwalitatief én voorzien van een uniek, onzichtbaar absorberend kruis. Verschillend ondergoed beschikbaar voor vrouwen, mannen en kinderen.

Kennismakingsaanbod en 20% korting op jouw bestelling bij de webshop van UnderWunder

Korting

ledenvereniging.nl/gezond-leven/vitaliteit/in-beweging/underwunder

Veilig en vertrouwd autorijden

Rijbewijskeuring

Korting

Verloopt je rijbewijs op of na jouw 75ste verjaardag? Of is je rijbewijs nog geldig maar zijn er twijfels over je rijgeschiktheid? Dan moet je elke vijf jaar medisch gekeurd worden of je rijgeschikt bent.

Ledenvoordeel: € 5,- korting op de keuringskosten bij Regelzorg

ledenvereniging.nl/thuis/mobiliteit/rijbewijskeuring

Contacthond dementie

Gratis

De ledenvereniging heeft 2 contacthonden: Tim en Ton. Zij komen graag bij jou thuis op bezoek, samen met ledenadviseur Inge of Paula. Samen helpen zij je verder. Bijvoorbeeld als je vragen hebt over je dementie of eenzaamheid, of zorgen over leven met dementie hebt. Ook helpen de ledenadviseur en contacthond je als je voor iemand met dementie zorgt. Dat gebeurt thuis in alle rust en privacy.

Gratis voor leden en mantelzorgers ook zonder zorgindicatie.

ledenvereniging.nl/zorg/ziektes-en-aandoeningen/dementie/huisbezoek-ledenadviseur-met-contacthond

Persoonsalarmering

Overal

Als je ook buitenshuis hulp wilt kunnen inroepen. Kies voor een horloge of alarmknop met spreek- en luisterfunctie, snel op te laden, waterdicht, in te stellen dat je gemakkelijk te vinden bent, je koopt de apparatuur: horloge of alarmknop (en oplader), abonnement elke maand opzegbaar, met zorgcentrale:
€ 14,95 p.m., zonder zorgcentrale: € 9,95 p.m. Gratis verzending en activering (normaal € 24,95). Geen installatie thuis nodig. Alarmapparaat € 99,00 eenmalig (normaal € 149,00).

Korting

Smart

Slim sensorsysteem registreert bewegingen zonder camera's. App op smartphone laat activiteiten zien en meldt trends, alarm gaat naar jouw smartphone, de door jou doorgegeven contacten of naar de zorgcentrale, abonnement per maand opzegbaar, aanschaf sensorpakket met ledenkorting.
Gratis installatie voor leden (normaal € 125,-)

Korting

Thuis

Persoonsalarm Thuis. Met één druk op de knop sla je alarm. Zodat er snel iemand bij je is om je te helpen, binnen 30 minuten. Lichtgewicht alarmknop, gemakkelijk te dragen om hals of pols, of op kleding, betrouwbaar: uitstekende verbinding, kwaliteit en bereik en niet nodig om op te halen. Waterdicht, kan ook onder de douche, Zorgcentrale Noord (ZCN) zorgt voor hulp, je huurt de apparatuur: alarmknop en ontvanger, abonnement elke maand opzegbaar.

Korting

ledenvereniging.nl/thuis/langer-thuis-wonen/persoonsalarmering/persoonsalarm

Preventief huisbezoek wijkverpleegkundige

Preventief huisbezoek wijkverpleegkundige

Advies & samen regelen

De wijkverpleegkundige kan je vertellen over oplossingen die jou kunnen helpen om zelfstandig te blijven wonen. Zoals Persoonsalarm. De wijkverpleegkundige kan inschatten of je in aanmerking komt voor hulp van een verpleegkundige. Je hebt daarvoor namelijk een indicatie nodig. Zij kan die voor je in orde maken. Ook kan zij je vertellen voor welke problemen je alarm kunt slaan en voor welke niet. Jouw zorgverzekering betaalt de kosten van een preventief huisbezoek. Je vraagt een preventief huisbezoek aan bij Zorgcentrale Noord (ZCN).

ledenvereniging.nl/zorg/wmo/wijkverpleging-aanvragen-hoe-doet-u-dat

Sleutelkluis

Sleutelkluis met ledenkorting

Korting

Puck sleutelkluis met 2-sterren-certificaat van SKG.
Met bijna 25% ledenkorting: slechts € 129,00 (normaal € 179,00).
Korting op de installatie. Je betaalt € 35,00 (normaal € 75,00).
Voor een spoedinstallatie betaal je € 90,00 (€ 35,00 + € 55,00 extra).

ledenvereniging.nl/thuis/langer-thuis-wonen/veiligheid-in-om-huis/sleutelkluis

Huisbezoek ledenadviseur

Ledenadviseur thuis

Steuntje in de rug thuis. Meer dan een telefoongesprek.
Soms is een persoonlijk gesprek thuis prettiger of handiger dan telefonisch contact. Bijvoorbeeld als je met veel vragen tegelijk zit. Of omdat het fijner is als iemand even meekijkt. In dat geval kun je vragen om een huisbezoek van de ledenadviseur.
Gratis voor leden

Advies & samen regelen

ledenvereniging.nl/huisbezoek-ledenadviseur

Kledingservice

Kledingservice aan huis

De modeadviseuse komt bij jou thuis met een uitgebreide collectie modieuze seniorenkleding van uitstekende kwaliteit. Zowel voor dames als voor heren. Op een tijdstip dat het jou uitkomt.
Voor leden gratis sjaal of sieraad cadeau bij besteding van € 100,- en 10% korting op de aanschafprijs van de kleding die je koopt.
Geen voorrijkosten en verstellen tegen een kleine vergoeding.

Korting

ledenvereniging.nl/thuis/service-aan-huis/persoonlijke-verzorging/kledingservice-aan-huis

Samen bewegen

Oldstars

Advies & samen regelen

Met OldStars blijf je sociaal actief en in beweging met onze aangepaste spelvormen voor 60-plussers. Je kunt kiezen uit: walking football, walking hockey, tennis, tafeltennis, walking handball, walking basketball, walking rugby, walking korfbal en volleyball. Alle spelvormen zijn gebaseerd op het bewezen Athletic Skills Model. Het is een initiatief van het nationale ouderenfonds ze bieden professionele begeleiding specifiek gericht op 60-plus. Gezellig samen zijn en werken aan een goede conditie staan voorop. Hulp nodig bij aanmelden of zoeken in jouw regio neem contact op met het servicecenter.

ledenvereniging-detail.socialekaartnederland.nl/organisaties/oldstars-amersfoort

Vervangende mantelzorg

Professionele hulp als je mantelzorger even vrij heeft

Korting

Woon je zelfstandig en komt er regelmatig iemand uit je omgeving om te helpen? Maar wil je niet altijd van je mantelzorger afhankelijk zijn? Of wil jouw mantelzorger even een dagje vrij? Dan is Vervangende mantelzorg een uitkomst. Een professionele hulp van Saar aan Huis komt bij jou thuis voor lichte huishoudelijke hulp of voor een paar uurtjes begeleiding.
Exclusief voor leden: 5% korting op uurtarief.

ledenvereniging.nl/zorg/mantelzorg/respijtzorg/vervangende-mantelzorg

Dagelijks bewegen

Fitavie

Korting

Fitavie is de coach die je elke dag helpt bij bewegen. Een app die je helpt om je dagelijkse activiteiten te blijven doen.
Met Fitavie doe je elke dag leuke oefeningen. Die kun je alleen doen, maar ook samen. En altijd gericht op jou: vertel Fitavie wat je belangrijk vindt om elke dag te doen en te blijven doen. En wat je goed kunt en wat minder goed lukt. Dan maakt Fitavie een uitdagend en leuk week- of maandprogramma voor jou!
Leden krijgen 50% korting op een jaarabonnement.

ledenvereniging.nl/gezond-leven/vitaliteit/geestelijk-vitaal/online-colleges