

## LANGER THUIS WONEN MET EEN BEPERKING

### Een andere kijk op ouder worden

Eeuwig jong en vitaal blijven of waardig en wijs ouder worden? Gelukkig hoeven we niet te kiezen maar kunnen we wel kiezen voor een waardige oude dag, ondanks de gebreken. Een gezonde leefstijl, sociale contacten, maatschappelijk meedoen helpt om langer 'jong te blijven' en langer te leven. Soms is daar ondersteuning en hulp bij nodig en dan het liefst vanuit een positieve invalshoek. Ouder worden is een natuurlijk proces waarbij de behoefte aan waardering, betekenisvol contact en zinvolle activiteiten voorop staat. Ondersteuning kan daarbij nodig zijn voor het behoud en verbeteren van welbevinden, een positief en betrokken sociaal netwerk en een veilige omgeving waarbij de senior zelf bepaalt hoe 'het goede leven', ondanks beperkingen, tot op hoge leeftijd behouden kan blijven.

Onderstaande leveranciers kunnen u ondersteuning bieden bij:

- Persoonlijke verzorging
- Aandacht
- Begeleiding bij doktersbezoek
- Een boodschapje doen
- Samen koken
- Een wandeling
- Een uitje
- Het doen van een spelletje of andere activiteiten
- De administratie
- Lichte huishoudelijke taken

### Voor wie is dit bedoeld?

Voor senioren die zo lang mogelijk thuis willen blijven wonen, ook wanneer de behoefte aan ondersteuning toeneemt.

### Heb ik een indicatie nodig?

Bij bepaalde zorg is er een indicatie nodig vanuit CIZ (Wlz) of Wmo.

### Wat is de eigen bijdrage?

Wanneer u een indicatie heeft vanuit de Wmo en/ of Wlz betaalt u een eigen bijdrage. Heeft u vragen over uw eigen bijdrage? Op [www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl) vindt u antwoord op veel gestelde vragen.

Voor informatie kunt u ook terecht bij het CAK via het gratis telefoonnummer 0800 1925

Bepaalde zorg kan ook worden vergoed vanuit de zorgverzekeringwet. Raadpleeg hiervoor uw ziektekostenverzekeraar.

## Contactgegevens

### Saar aan Huis Breda

Website: [www.saaraanhuis.nl](http://www.saaraanhuis.nl)

### Uwassistent

Website: [www.uwassistent.nl](http://www.uwassistent.nl)

### Senioerentante

Website: [www.senioerentante.nl](http://www.senioerentante.nl)

### Met Elvira:

Website: [www.metelvira.nl](http://www.metelvira.nl)

### Langer thuis in huis

Website: [www.langerthuisinhuis.nl](http://www.langerthuisinhuis.nl)