

Zorgen voor en om uw ouders

Uw ouders worden ouder. Ze willen graag zelfstandig blijven wonen. U gunt ze dat ook, maar u maakt zich ook zorgen. Wat als ze ongelukkig vallen en niet in staat zijn u te bellen? Zijn ze misschien eenzaam? Zijn ze wel zo gezond als ze zeggen? Tegenwoordig zijn er veel mogelijkheden om uw ouders te ondersteunen in hun zelfstandig wonen.

Personenalarmering is een dienst die ervoor zorgt dat hulp meteen onderweg is wanneer nodig. Uw ouder draagt een zendertje bij zich, waarmee hij of zij de zorgcentrale alarmeert in geval van nood. Dat kan bijvoorbeeld wanneer uw vader of moeder gevallen is. U of een professionele zorgopvolger wordt op de hoogte gesteld en gaat poolshoogte nemen.

Gezondheidsonderzoek

Bij het Consultatiebureau voor Ouderen kunnen senioren van 58 jaar en ouder een kosteloze check-up krijgen. Een verpleegkundige van Vérian en een fysiotherapeut kijken naar de totale levensstijl en de lichamelijke conditie. Zo worden risico's in kaart gebracht en eventuele problemen op tijd gesignaleerd.



Als uw ouders abonnee zijn van het Vérian Voordeel Pakket, genieten ze van 10% korting op:

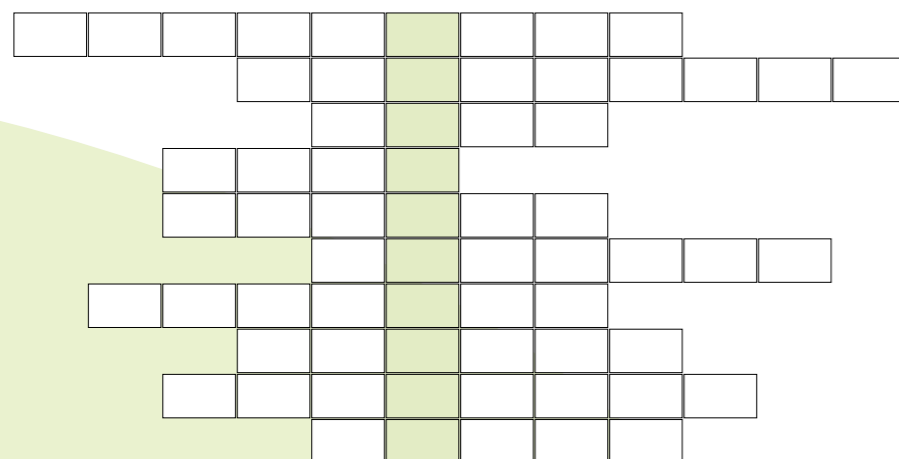
- Personenalarmering
- Particuliere Zorg
- Apetito Maaltijdservice.

Voor een afspraak met de diëtist of het Consultatiebureau voor Ouderen belt u met de Vérian Zorglijn 0900 – 92 55 (lokaal tarief).

Vérian heeft nog meer diensten voor senioren:

- Maaltijdservice van Apetito: iedere dag een diepvriesverse maaltijd.
- Particuliere Zorg: de wensen van uw ouder(s) staan centraal. Kopje koffie drinken, een wekelijks rondje over de markt of een spelletje doen.
- Voedingsadvies: een dieetadvies op maat door een diëtist van Vérian. Met een verwijzing van de huisarts heeft uw ouder recht op vier uur dieetbegeleiding, vergoed vanuit de basisverzekering.

Puzzel



1. Ondersteuning moeder en kind na een bevalling.
2. Waarde die de druk op de vaatwanden aangeeft.
3. Neem deze in plaats van een lift.
4. Liefde gaat door de!
5. Ander woord voor klus.
6. Iemand die voedingsadviezen geeft.
7. Moet u dagelijks minimaal 2 ons van eten!
8. Maakt u 's morgens wakker.

9. Hulpmiddel boven een ziekenhuisbed.
10. Voornaam van de bestuurder van Vérian.

Stuur het juiste antwoord (het woord uit de groene verticale balk) vóór 15 november naar **Vérian, Postbus 1032, 7301 BG Apeldoorn** o.v.v. 'Puzzel Vérian Voordeel Nieuws'. U maakt kans op het veelzijdig verrassingspakketje t.w.v. € 22,85 van de Vérian Zorgwinkel.

In het vorige Vérian Voordeel Nieuws vroegen we u de slagzin af te maken. De winnaar is M. van Kraay uit Heerde met de slagzin: De zorg van Vérian is goud waard, omdat Vérian Zorg weinig zorgen baart!



Colofon

Vérian VoordeelNieuws

Vérian

Postbus 1032
7301 BG Apeldoorn
www.verian.nl
verianvoordeelpakket@verian.nl
Zorglijn 0900 – 92 55 (lokaal tarief)

Aan dit blad werkten mee:

Mirella Moezelaar (redactie),
DamenRomijn (tekst, productie,
vormgeving), Vérian,
Jeroen Jazet (fotografie).



Veelzijdig in zorg

Vérian VoordeelNieuws



Stressvrij verhuizen

Spullen inpakken, kasten demonteren, alles schoonmaken, de administratie op orde brengen, klussen: verhuizen is een stressvolle gebeurtenis. Niet iedereen wil of kan genoemde zaken zelf regelen. Marc van der Heijden van UTS Nederland: "De verhuisservice van UTS heeft voor elk budget een passende oplossing."

"Van een 'doe het zelf'-pakket tot een complete verhuizing; UTS geeft u de hulp die u nodig heeft", legt Van der Heijden uit. Daarnaast heeft UTS een uitgebreid pakket aan diensten, zoals de Verhuisdirigente en UTS Handyman. "De verhuisdirigente organiseert alle zaken rondom de verhuizing. Zo kan zij de administratie (re)organiseren, verhuisberichten versturen, instanties informeren, de oude woning op de juiste wijze opleveren aan de woningcorporatie, inrichtings- en kleuradvies geven en de oude woning beter verkoopbaar maken. Daarnaast onderhoudt de Verhuisdirigente het contact met betrouwbare specialisten als notarissen, beëdigde taxateurs, makelaars, charitatieve instellingen en veilinghuizen."

Klussen afwerken

Bij UTS Handyman ligt de nadruk op extra ondersteuning tijdens de verhuizing. Van der Heijden: "Apparatuur aansluiten, schilderijen en lampen ophangen, kleine klussen afwerken die anders maanden na de verhuizing nog steeds op het 'to do'-lijstje staan. Voor overgebleven huisraad kunt u terecht bij boedelbeheer of de veilingsservice. En UTS heeft een schoonmaakservice. Zo hoeft u zich niet druk te maken over het schoon opleveren van uw oude woning en voorkomt u dubbele maandhuur. Wel zo gemakkelijk."

UTS (www.uts.nl) biedt u tot december 2010 een maand gratis opslag wanneer u een tijdlang goederen wilt opslaan. Bel voor meer informatie gratis UTS (0800) 887 63 33 of mail naar info@uts.nl.

Voor abonnees van het Vérian Voordeel Pakket

2

Een zorg minder!

De vakantie is alweer achter de rug. Hopelijk hebben u en uw partner, (klein)kinderen of vrienden genoten van vrije tijd, een andere omgeving, zon en frisse buitenlucht. Bij Vérian hebben we niet stilgezeten. Zorg laat namelijk niet op zich wachten, dus ook tijdens (na)zomerse dagen zijn we er voor u.

Wij staan dit komende seizoen weer voor u klaar met raad en daad. Misschien maakt u zich zorgen over uw ouders die ouder worden. Gelukkig heeft Vérian diverse diensten voor hen. Maar we hebben ook allerlei diensten en cursussen voor nieuwe moeders en wereldburgers, zoals de cursus Babymassage. En wie weet zien we elkaar wel met een overheerlijke bonbon in de hand tijdens het Chocoladefestival in Zutphen. U leest er alles over in deze nieuwsbrief.

Met vriendelijke groet,

Klaas Stoter
Raad van Bestuur Vérian



september 2009

Cursus Babymassage



"Babymassage richt zich op huidcontact", stelt cursusdocent Belinde Kollmann. "Het hormoon oxytocine dat hierbij vrijkomt, maakt de baby rustig. Babymassage gaat om onthaasten. Het tempo van een pasgeboren baby ligt lager dan dat van de ouders. Door te masseren leren ouders om rustiger en bewuster met hun kindje om te gaan. De massage helpt bovendien tegen darmkrampjes en ook het slaap- en waakritme kan

verbeteren." Tijdens de lessen gaat het 25 minuten lang om het leren van de technieken, thuis kunnen de cursisten alles rustig in de praktijk brengen. Het overige uur besteedt de cursusdocent aan thema's zoals inbakeren en tilhoudingen.

De cursus bestaat uit vijf bijeenkomsten van anderhalf uur en kost € 87,50. Abonnees van het Vérian Voordeel Pakket betalen slechts € 78,75.

Van top tot teen verzorgd

Een kersverse coupe, maar niet de deur uit? Het hele gezin, ook de wat angstige kleintjes, in één middag geknipt? De teennagels tiptop in orde, lekker bij u thuis aan de keukentafel? De kapper en pedicure aan huis zijn een uitkomst voor veel mensen, zoals drukke gezinnen en ouderen die slecht ter been zijn. Of misschien vindt u het gewoon gemakkelijk. De kapper kan uw haar knippen, krullen en kleuren. En de behandelingen van de pedicure variëren van verwennen tot diabetesverzorging.



Crisisenvelop

Wanneer er iets gebeurt en snelle hulp geboden is, is het wel zo gemakkelijk om in één oogopslag te zien wie u moet bellen. Dat kan met de gratis crisisenvelop van Vérian. Vul op de kaarten in de envelop de gegevens in van bijvoorbeeld huisarts en specialisten. De landelijke alarm- en hulpnummers staan al vermeld. Bewaar de envelop zorgvuldig en vertel familieleden en/of vrienden waar hij ligt. Vraag de crisisenvelop aan via mail verianvoordeelpakket@verian.nl, per telefoon 0900 - 92 55 (lokaal tarief) of per briefkaart: Vérian Voordeel Pakket, o.v.v. Crisisenvelop, Antwoordnummer 18, 7300 WB Apeldoorn.

Kijk voor meer informatie over genoemde en andere (gemaks)diensten op www.verian.nl of bel onze Zorglijn 0900 - 92 55 (lokaal tarief). Ook kunt u de brochure Vérian Voordeel Pakket aanvragen.

Rent a Whizz-Kid

Net dat belangrijke verslag aan het typen, loopt uw computer vast. Even iets opzoeken op het web, doet internet het niet. Of een nieuwe pc gekocht, maar geen idee hoe u programma's moet installeren. Geen nood. Rent a Whizz-Kid komt binnen vierentwintig uur gratis voorrijden om het probleem te verhelpen.

Rent a Whizz-Kid kan een nieuwe computer, bijbehorende randapparatuur, een goede - draadloze - internetverbinding en nieuwe softwareprogramma's installeren. Daarnaast kan deze ervaren computerspecialist uw computer beschermen tegen virussen en problemen oplossen. U bent uw pc dus niet dagenlang kwijt. De specialist kost € 39,- per uur, maar abonnees van het Vérian Voordeel Pakket betalen € 35,- per uur. Bel (0900) 5000 900 (€ 0,55 p.m.) of www.rentawhizzkid.nl en huur een 'whizzkid'.

Nog meer voordelen

voor abonnees van het Vérian Voordeel Pakket!

- 10% korting op aankopen in de Vérian Zorgwinkels en Uitleenpunten;
- 10 tot 20% korting op (zwangerschaps)cursussen van Vérian;
- 10% korting op de uitvaartverzorging door Monuta;
- 10% korting op de Apetito Maaltijdservice aan huis;
- 5% korting op de zorgverzekering van Groene Land Achmea;
- 10% korting op Personenalarmering van Vérian;
- 5% korting op zorgreizen van Linde Tours;
- € 5 korting per uur op aanvullende Naviva kraamzorg;
- 10% korting op zwangerschapsreportage;
- 15% korting op een bril van de Huisopticiens;
- 10% korting op Particuliere Zorg van Vérian;
- Financieel abonnement bij Rob Dijkers voor € 19,95 per maand;
- € 50 korting op een hoortoestel van Beter Horen;
- 10% korting op een fotoreportage van (klein)kinderen.



Samen goedkoper verzekerd



Abonnees van het Vérian Voordeel Pakket kunnen via het Vérian-collectief een collectieve zorgverzekering bij Groene Land Achmea afsluiten. U profiteert dan van 5% korting op de basispremie en 10% korting op de aanvullende of tandartsverzekering. Kinderen tot 18 jaar zijn gratis meeverzekerd, ook voor de aanvullende verzekering. Per 1 januari 2010 heeft u de mogelijkheid om over te stappen, bereken dus nu alvast uw voordeel. Met het Vérian-collectiviteitsnummer 206001504 berekent u online uw premie op www.groeneland.nl/verian en sluit u direct uw verzekering af. Heeft u liever persoonlijk contact? Bel dan met Groene Land (0900) 84 60 (€ 0,05 per minuut).

Orthica voedingssupplementen

De Vérian Zorgwinkels breiden het assortiment uit met hoogwaardige voedingssupplementen van Orthica. Diëtist Els van den Heuvel: "Wij werken veel met mensen met voedselallergieën. Voor hen is het soms onmogelijk om alle benodigde voedingsstoffen binnen te krijgen. Dan is een supplement noodzakelijk. Maar ook andere mensen kunnen er baat bij hebben. Kinderen in de groei, zwangeren, mensen met maag- en



darmklachten of senioren die de gevolgen van ouderdom ervaren." Orthica heeft producten voor alle leeftijdsgroepen. Er zijn multivitaminen, enkelvoudige vitamines, vetzuren en probiotica. Laat u adviseren welke supplementen geschikt zijn en hoe u deze dient in te nemen door de medewerkers van de Zorgwinkels. Ook kunt u diëtisten Els van den Heuvel en Mariska Litjes voor advies mailen via voedingsvragen@verian.nl.

De Orchideeënhoeve

Iedereen kent de orchidee uit de vensterbank, maar er zijn nog talloze kleuren en vormen van deze bijzondere bloem. Kom ze bewonderen bij de Orchideeënhoeve in Luttelgeest. Hier groeien en bloeien duizenden soorten orchideeën op natuurlijke wijze in de vlindertuin, de kwekerij en in nagebootste stukjes oerwoud. Tot 31 december 2009 krijgt u elke donderdag en zondag om 14.00 uur

een gratis rondleiding door de hoeve. Als abonnee van het Vérian Voordeel Pakket betaalt u tot 11 januari 2010 slechts € 9,75 voor de entree, een kopje koffie of thee én appelgebak.



OMRON bloeddrukmeter

Een lage bloeddruk of juist een hoge? Of misschien wilt u zeker weten dat uw bloeddruk heel gezond is. Wanneer u thuis betrouwbaar en nauwkeurig uw bloeddruk op wilt meten, kan dat met de OMRON bloeddrukmeter M3. Door regelmatig thuis te meten, houdt u eventuele schommelingen goed in de gaten. De OMRON bloeddrukmeter kost nu in de Vérian Zorgwinkels € 85,00 in plaats van € 99,95. Deze aanbieding is geldig tot 1 januari 2010.



SimPC: simpele pc

Surfen op internet, e-mailen en digitaal bankieren. Het klinkt leuk en interessant, maar ook wel ingewikkeld. De SimPC is een volledig beveiligde computer speciaal voor mensen die weinig of geen ervaring hebben met computers. Gebruiksgemak en veiligheid staan voorop. Dat betekent: duidelijke icoontjes voor de belangrijke onderwerpen als e-mail, internet, foto's, bankzaken en spelletjes, geen overbodige zaken op de pc, alles in het Nederlands en een veilig systeem dat virussen buiten de deur houdt. Abonnees van het Vérian Voordeel Pakket betalen nu € 472,00 in plaats van € 525,00 voor een SimPC.



Chocoladefestival

Het zevende Chocoladefestival staat op zondag 20 september vanaf 12.15 uur op de agenda in Zutphen. Bezoekers verlekken zich aan demonstraties van chocolatiërs, een chocoladefondue met drie grote fonteinen en kunstenaars die schilderen en beeldhouwen met chocolade. Daarnaast zijn er een kookdemonstratie met chocolade, modeshow met chocoladecoraties, wijnproeven met chocolade en kunt u proeven van chocoladebier. Nog geen genoeg gekregen? Dan kunt u bij diverse restaurants aanschuiven voor een toepasselijk chocolademenu.

Kijk voor meer informatie op www.chocoladefestival-zutphen.nl.

