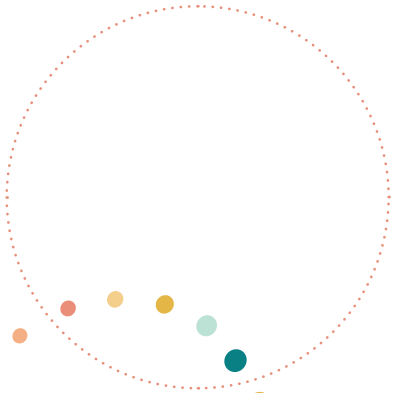


Activiteiten in
Ameide
Hei-en Boeicop
Leerbroek
Lexmond
Meerkerk
Nieuwland



Welkom

Gezellig een kopje koffie drinken, nieuwe mensen ontmoeten?
Houd u van een spelletje, of bent u juist meer van het bewegen?
Bent u op zoek naar een creatieve bezigheid of een culturele activiteit?

In Ameide, Lexmond, Meerkerk en de kernen daaromheen worden activiteiten georganiseerd waar iedereen aan mee kan doen. BindkrachtVHL heeft deze activiteiten overzichtelijk bij elkaar gezet in dit boekje. U kunt hierin vinden wat er in uw dorp te doen is.

Bij veel activiteiten kunt u gewoon binnenlopen. De meeste activiteiten zijn gratis toegankelijk. Waar vooraf aanmelden nodig is, staat dat vermeld. Soms wordt een kleine eigen bijdrage gevraagd of is er sprake van contributie vanwege lidmaatschap aan de vereniging. Er is voldoende keus en afwisseling in de activiteiten. Heeft u vervoer nodig? We hebben ook alle vervoersmogelijkheden op een rijtje gezet.

Bent u zelf niet op zoek naar een activiteit, maar kent u iemand die misschien belangstelling heeft, neem dit boekje dan gerust mee.

Zijn er nog activiteiten in uw woonplaats die niet in het overzicht opgenomen zijn, maar die u wel graag vermeld wilt hebben, neem dan contact op met Bindkracht dan kunnen wij dit de volgende keer meenemen in het overzicht.



Activiteiten Ameide

PCOB Ameide , Tienhoven a/d Lek

Woensdag

Activiteiten volgens jaarprogramma.

Voorzitter: Coby van der Hee, tel: 0183-510604

Locatie: De Hoven, J.W. van Puttestraat 83, Ameide

Tijd: 14:30 uur, volgens agenda 1x per maand.

Kosten: Lidmaatschap alleenstaande € 35,- / echtpaar € 50,-.

Activiteiten buiten de ledenmiddagen om zijn voor eigen rekening.

Seniorenvereniging De Lekstreek

Elke 2^e woensdag van de maand

(met uitzondering van oktober, vanwege paardenmarkt 3^e woensdag)

Een activiteit volgens programma.

Locatie: Christinaflat, Pr. Marijkeweg 4a, Ameide

Tijd: 14:30-17:00 uur

Voorzitter: Hennie van der Horst, tel: 0183-602052

Kosten: alleenstaande € 25,- / echtpaar € 40,-.

Tafeltje Dekje Ameide, Tienhoven

Maaltijdvoorziening voor senioren

Contact: Marcel van Huizen, tel: 06-30185693

Koffie inloop

Maandag en vrijdag

Locatie: Sionkerk

Maandagochtend: 10:30-11:30 uur, vrijdagmiddag: 14:30-15:30 uur

Huiskamer Ameide

September tot mei

Locatie: Het Spant

Tijd: 15:00 uur

Kosten: €2,50



Activiteiten Ameide

Bewegen voor ouderen

Dinsdag

Locatie: Het Spant

Tijd: 09:00-10:00 uur: stoelgym, 10:00-11:00 uur: gym

Kosten: € 20,- per maand

Contact: Danka de Bruin, tel: 06-53562846

Kaarten, jokeren

Donderdag

Locatie: Het Spant

Tijd: 19:15-23:00 uur

Kosten: € 3,- inleg, consumptie voor eigen rekening

Contact: Ria Vermaat, tel: 06-26980544



Schaken - Schaakclub Ameide

1 september tot 30 april (*speelschema wordt op jaarvergadering vastgesteld*)

Locatie: Het Spant, zaal de Liesstigt

Tijd: 20:00-22:30 uur

Kosten: contributie wordt vastgesteld op jaarvergadering. Ongeveer € 50,-

Contact: Bert v.d. Zouwen, tel: 0183-602246, L.vanderzouwen@hotmail.com

Jeu de Boule

Donderdag

Locatie: baan naast Open Vensters

Tijd: 10:30-12:00 uur

Contact: Bart van Dijk, tel: 06-16762635

Bloemen pluktuin

Maandag t/m vrijdag in seizoen

Stel in overleg met de tuin vrijwilliger een mooi boeket samen.

Locatie: Bij Bram, Prinses Marijkeweg 59D, Ameide

Contact: tel: 06-54764453

Activiteiten Open Vensters - Ameide

Samen eten / Open eettafel

Elke 1^e vrijdag van de maand

Locatie: Open Vensters , Pr Marijkeweg 34, Ameide

Tijd: 11:30-13:30 uur

Contact: Immie Blokland, tel: 06-23655091

(maximaal 45 deelnemers)

Biljart

Maandag

Tijd: 13:00-17:00 uur

Contact: Petra, tel: 06-12125954

Breiclub

Dinsdag

Tijd: 14:00-16:00 uur

Contact: Adrie IJzerman, tel: 06-51299186



Gymnastiek 60+

Donderdag

Tijd: 09:30-10:15 uur

Contact: Petra, tel: 06-12125954

Bibliotheek boeken uitleen

Elke dag

Tijd: 14:00-15:00 uur

Kosten: €0,20 per boek



Activiteiten Hei-en Boeicop

Dorpshuis 'Internos'

Locatie: Nieuweweg 9, Hei-en Boeicop
Contact: Alice Hol, tel: 0347-341979,
info@stichtinginternos.nl

Open eettafel

1^e woensdag van de maand

Locatie: Dorpshuis Internos
Tijd: 12:00 uur
Maaltijd wordt gekookt door Het Trefpunt.
Contact: Anetta de Jong, tel: 06-57847050

Tafeltje Dekje

Op **maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag**
kunnen maaltijden bezorgd worden.
Maaltijden worden gekookt door Open Vensters.
Contact: Anneke Bassa, tel: 06-10133690

Koffie inloop

1x per maand op dinsdag
Tijd: 10:00 - 12:00 uur
Datum wisselt



Activiteiten Leerbroek

Dorpshuis De Schakel

De zaal kan gereserveerd worden voor feesten en partijen. Een buffet of diner is ook mogelijk. Er worden activiteiten georganiseerd, bijvoorbeeld een pubquiz of activiteiten vanuit de Oranjevereniging.

Locatie: Raadhuisplein 1, Leerbroek

Contact: info@deschakelleerbroek.nl

Gymclub voor senioren (Team Sportservice Vijfheerenlanden)

Dinsdag

Plezier in bewegen en (aangepast) sporten met spelelementen staan centraal

Tijd: 14:00-14:45 uur

Kosten: €5,- per keer

Contact: Britt Holtz-Hendrikse, bholtz@teamsportservice.nl

Volleybal

Dinsdag

Tijd: 20:00-21:30 uur

Damesfitness

Woensdag

Tijd: 19:30-20:30 uur



Open Eettafel

1x per maand op de 2^e of 3^e woensdag van de maand

Tijd: 12:00-13:30 uur

Kosten: € 12,50 (vooraf aanmelden)

Contact: Jenny Klijn, tel: 06-55550106

Klaverjasclub

Elke 3^e maandag van de maand

Tijd: vanaf 19:30 uur

Spetterbad

Gaat alleen open bij mooi weer en als er oppas en EHBO is.

Locatie: Leerbroekseweg 5D, Leerbroek, tel: 06-57000571

Activiteiten Lexmond

Vereniging Eigen Gebouw in Lexmond

Het Eigen Gebouw wordt gebruikt voor de inwoners van Lexmond. Diverse vrijwilligers zijn hierbij betrokken en zorgen dat er vanuit dit gebouw een activiteitenaanbod geboden wordt aan de inwoners. Verhuur van het gebouw voor bijvoorbeeld een verjaardag, feestje of bijeenkomst is ook mogelijk.

Kosten: € 20,- per dagdeel / € 50,- per dag.

Stichting Eigen Gebouw Lexmond, Dorpsstraat 99, tel: 06-51565792

E-mail: eigengebouw@gmail.com

Contactpersoon: Herman en Corrie de Jong, tel: 06-51565792 / 06-15692336

Koffie inloop 55+

Woensdag

Tijd: 10:00-12:00 uur

Locatie: Eigen Gebouw

Kosten: €0,50 per kopje koffie

Contact: ASVL / Heleen Wiering-de Vaal, tel: 0347-341815

Koffie inloop

Vrijdag

Tijd: 10:00-12:00 uur

Locatie: Eigen Gebouw

Kosten: €0,50 per kopje koffie

Contact: Herman de Jong, tel: 06-51565792

Wandelgroep

Vrijdag: wandelen, ongeveer 5 km

Mogelijkheid om vooraf een kopje koffie of thee te drinken.

Tijd: 10:30 tot 11:30 uur

Locatie: Eigen Gebouw, Dorpsstraat 99, Lexmond



Activiteiten Lexmond

Langzaam wandelen

Vrijdag: kleine ronde wandelen

Rollator of ander hulpmiddel is geen probleem.

Mogelijkheid om een kopje koffie of thee te drinken.

Tijd: 13:30 - 15:00 uur

Kosten: € 0,50 per kopje

Locatie: Eigen gebouw, Dorpsstraat 99, Lexmond

Sam's kledingactie

Iedere vrijdag

Er kan kleding ingeleverd worden voor het goede doel.

Kleding aanleveren in stevige plastic zakken.

Als beloning kan er gratis een kopje koffie of thee gedronken worden.

Tijd: 9:30 - 12:00 uur

Locatie: Eigen Gebouw, Dorpsstraat 99, Lexmond

Creatief

Maandagmorgen

Op maandagmorgen is er een besloten club voor bewoners van de Laaksche Hof. Er wordt op een creatieve manier invulling gegeven aan deze ochtend.

Jeu de Boules

Donderdag

Tijd: start 14:00 uur (niet bij regen)

Locatie: a/d Kastanjelaan

Contactpersoon: Ellie Blokland, tel: 06-10198275



ASVL Lexmond

De ASVL organiseert activiteiten voor de oudere inwoners van Lexmond.

Dit doen zij 1 middag per maand van september tot mei.

Contact: Heleen Wiering-de Vaal, tel: 0347-341815,

e-mail: hadevaaloz@gmail.com

Activiteiten Lexmond

Historische vereniging Lexmond / Hei-en Boeicop

Elke woensdag

Historium / www.vhlhb.nl

Tijd: vanaf 13:00 uur vrij inloop

Locatie: Kortenhoevenseweg 28, Lexmond

Zonnebloem Lexmond, Hei-en Boeicop, Meerkerk, Ameide

De Zonnebloem organiseert activiteiten voor de senioren.

Formulieren voor de activiteiten worden rond gebracht door de vrijwilligers.

Inwoners kunnen zich aanmelden als gast.

Contact: Frans de Bruijn, tel: 06-29054171

Stichting Maaltijdvoorziening en ouderenzorg Lexmond (Stimavolex)

Bezorgt maaltijden aan huis in Lexmond en Hei-en Boeicop en

vrijwillige hulpdienst (voor kleine klusjes)

Contact: Willeke Hoogendijk, tel: 06-23085580

en Alma Lakerveld, tel: 06-57264034

Dorpsinitiatief (Inwonersinitiatief) Lexmond

Walter Wallenburg is secretaris en penningmeester.

Contact: info@dorpsinitiatieflexmond.nl

Kringloop Lexmond

Dinsdag t/m vrijdag: 10:00-17:00 uur

Zaterdag: 12:00-16:00 uur

Kom lekker snuffelen bij de kringloop.

Locatie: Kortenhoevendijk 1A, Lexmond



Activiteiten Huis Het Bosch - Lexmond

Samen eten / Open eettafel

Elke 2^e en 4^e woensdag van de maand

Tijd: 11:30-15:00 uur

Kosten: € 11,- voor 3 gangen menu.

Aanmelden: Huis het Bosch, tel: 0347-342021

Er bestaat de mogelijkheid de maaltijd thuis te laten bezorgen.

Vrijwilligers kunnen de gasten ophalen.

VEK Gymvereniging 50+

Maandag

Lidmaatschap vereist

Tijd: 19:45-20:45 uur

Biljart

Woensdag

Vrije inloop

Tijd: 14:00 uur

Popkoor

Woensdag

Tijd: 20:00-22:00 uur

Mannenkoor

Donderdag

Tijd: 20:00-22:00 uur

Klaverjassen

Vrijdagavond

Tijd 20:00 uur

Dartvereniging

Midgetgolf vereniging

Zomers buiten, in de winter binnen in de sportzaal



Voor alle activiteiten
op deze pagina geldt:
Contact: Huis het Bosch,
tel: 0347-342021

Activiteiten De Pukkel - Meerkerk

EHBO

Maandag

Tijd: 19:00-21:00 uur

Blommendaal 4a
Meerkerk

Activiteit van de ouderenvereniging Meerkerk

Elke dinsdag

Lidmaatschap ouderenvereniging: € 30,- per jaar.

Contact: Wim Looijen, tel: 06-19890678

Ouderenvereniging Meerkerk

1^e dinsdag van de maand: Samen eten

Tijd: 12:30-13:30 uur

Na het eten sjoelen

Contact: Wim Looijen, tel: 06-19890678

2^e dinsdag: Jokeren

Tijd: 13:30-17:00 uur

Kosten: € 3,- per middag

Contact: Truus de Goei, tel: 06-49904877

3^e dinsdag: Bingo

Tijd: 13:30-18:00 uur

Kosten: € 7,- per boekje

Contact: Marianne Looijen, tel: 06-19505155

4^e dinsdag: Klaverjassen

Tijd: 13:30-17:00 uur

Kosten: € 3,- per middag

Contact: Wim Looijen, tel: 06-19890678



Activiteiten De Pukkel - Meerkerk

Samen eten

Elke 4^e woensdag van de maand

Open eettafel voor senioren

Tijd: 12:00-13:30 uur

Kosten: € 11,-

Contact: Wim Looijen, tel: 06-19890678

Blommendaal 4a
Meerkerk

Koffie inloop

Donderdag

Tijd: 10:00-12:00 uur

Gymnastiek

Vrijdag

Ouderengymnastiek G.V.M.

Tijd: 10:00 - 11:00 uur en 11:00 - 12:00 uur

Contact: Je kunt gewoon naar de les gaan en melden bij de trainer.

Kerkdienst Christengemeente Meerkerk

Zondag

Tijd: 13:30 - 15:30 uur

Samenkomst Christengemeente Meerkerk

Woensdag

Tijd: 19:00 uur – 20:30 uur



Activiteiten Meerkerk

Samenwerkingsverband Vrijwillige hulpdienst Meerkerk

Tafeltje Dekje

Tafeltje Dekje is de hoofdactiviteit van de stichting. Door de jaren heen zijn er veel maaltijden rond gebracht door onze chauffeurs. Het fijne is dat het chauffeurs zijn uit uw eigen dorp. U kent ze omdat bij toerbeurt dezelfde personen de maaltijd bij u brengen. Als er iets niet helemaal goed gaat (met u, het eten of iets anders), kunnen zij dit ook doorgeven.

De maaltijden worden door Woonzorgcentrum Open Vensters Ameide gemaakt. De keuze is lekker uitgebreid. U kunt niet alleen kiezen uit warme of koelverse maaltijden, ook het menu is divers (incl. soep, hoofdgerecht en toetje). Alles vers! Wij krijgen hier veel complimenten over.

Wilt u ook maaltijden via Tafeltje Dekje? Stuur u dan een email naar: maaltijdservice@tafeltjedekjemeerkerk.nl

U kunt ook bellen naar:

- Ida Bergshoeff, tel: 06-51649010
- Hanneke van der Leun, tel: 06-41356593
- Elita Zoer, tel: 06-12550710

www.tafeltjedekjemeerkerk.nl

Chr. Seniorenvereniging Meerkerk en Omstreken (CSMO)

1x per maand op donderdag

Een activiteit volgens jaarprogramma, bijvoorbeeld lezingen, jaarlijkse uitstapjes, samen eten

Tijdstip: 14.30 - 16.30 uur.

Locatie: het Anker, Meerkerk

Kosten: Contributie: 1 pers. € 30, echtpaar/leefverband: € 55,- op jaarbasis

Contact: Margriet Veenstra, Tel. 06-36341620

Activiteiten Meerkerk

Zouwekring (voorheen Vrouwen van Nu Meerkerk)

Dinsdag

Locatie: De Linde

Tijd: 19:45 uur

Kosten: Contributie € 45,- per jaar/ kennismaking € 5,-

Contact: Carla Vermeer, tel: 06-51807629

Organiseert het hele jaar door activiteiten. 1x per maand een activiteit (programma zie Het Kontakt of Programmaboekje Vrouwen van NU)

Fietsen

Dinsdagmiddag

Het fietsseizoen start in mei en stopt in september.

Locatie: vertrek vanaf gemeentehuis

Tijd: 13:30 uur

Contact: Ria Vermaat, tel: 06-26980544

e-mail: riavermaatvanderheul@hetnet.nl

Volks-en countrydansen

Dinsdagavond

Om de 2 weken (de eerste dansavond is 10 september)

Locatie: De Linde

Tijd: 19:00-20:00 uur

Kosten: € 30,- per half jaar

Contact: Marrie Wamsteker-Sterk, tel: 0183-63238

Hobbyclub

1^e woensdagmiddag van de maand

Locatie: bij Jenny van Tweel-Clarisse

Tijd: vanaf 13:30 uur

Kosten: € 25,- per jaar

Contact: Jenny van Tweel-Clarisse, tel: 0183-351632



Activiteiten Meerkerk

Zwemmen in Vianen

Donderdagmiddag

Locatie: vertrek bij het gemeentehuis

Tijd: 13:15 uur

Kosten: 12 badenkaart voor 65+: € 25,- / 25 badenkaart: € 50,-

Inschrijfgeld: € 18,- Polsband: € 8,-

Contact: Maaike Schakel-Schouten, tel: 0347-341517 / 06-12212817

Handwerken

De 1^e en 3^e vrijdagmiddag van de maand

Locatie: Bij Jenny van Tweel-Clarisse

Tijd: 13:30-16:00 uur

Contact: Jenny van Tweel-Clarisse, tel: 0183-351632

Culturele club

Dit is een nieuw opgerichte club.

Doel: samen met leden die dat willen activiteiten ondernemen.

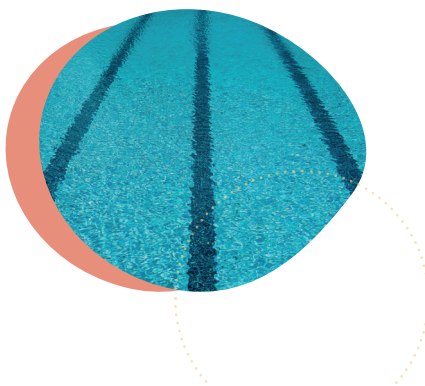
Te denken valt aan: museumbezoek, (stads) wandeling, theaterbezoek e.d.

Contact: Ina de Stigter en Marjan de Muinck

Dorpshuis De Linde

In Dorpshuis De Linde kunt u terecht voor allerlei sportactiviteiten.

Hier wil men op termijn starten met koffie ochtenden, mee eet avonden en andere activiteiten voor sociale ontmoeting.



Activiteiten Brandpunt - Nieuwland

Samen eten / Open eettafel

Elke 2^e dinsdag van de maand

Tijd: 12:00-14:00 uur

Kosten: € 12,- (vooraf opgeven)

Contact: Coby Molenaar, tel: 0183-352541 / 06-12140087

Torenstraat 2
Nieuwland

Ouderenmiddag

Dinsdag

1x per maand op dinsdag volgens programma (*september t/m april*)

Tijd: 14:30-17:00 uur

Kosten: eigen bijdrage

Contact: Nel Verwaaij, tel: 0183-561538 / 06-10227544

Passage

Woensdag

1x per maand op woensdag volgens jaaroverzicht

Tijd: 19:30-22:00

Kosten: Contributie € 50,- per jaar

Contact: Nanda Baars, tel: 06-50448584

Vrouwenochtend

1 x per maand op woensdag (*september t/m april*)

Tijd: 09.00-11.00

Locatie: 't Kruispunt Nieuwland

Kosten: geen

Contact: Teuni de Vor, tel: 06-22321769:



Activiteiten Brandpunt - Nieuwland

Damvereniging

Dinsdag

Tijd: 19:30-11:30 uur

Kosten: €10,- per maand

Contact: Bert Kooij, tel: 06-51641286

Torenstraat 2
Nieuwland

Excursie

In februari en oktober

Kosten: eigen bijdrage

Busreis in mei

Kosten eigen bijdrage

Contact: Nel Verwaaij, tel: 06-10227544



Vervoersmogelijkheden Vijfheerenlanden

1. **Gewoon openbaar vervoer**, met OV-chipkaart
(een **kaart op naam** geeft automatisch korting vanaf 65 jaar).

OV Spreekuur

Wilt u graag met het openbaar vervoer (OV) reizen, maar kunt u daarbij wel wat hulp gebruiken? Of bent u plotseling noodgedwongen afhankelijk van het OV en vraagt u zich af hoe u een OV-chipkaart aan kunt vragen? Of wilt u weten waar u de juiste reisinformatie vindt, zodat u eenvoudig met het OV op de koffie kunt bij familie, of op stap kunt met vrienden? Maak dan gebruik van het telefonisch OV-spreekuur waarin speciale OV-ambassadeurs al uw vragen beantwoorden.

U kunt hiervoor bellen met een OV-ambassadeur: 033-2082380

Maandag t/m vrijdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur

Dinsdag- en donderdagmiddag van 13.30 tot 15.00 uur

Maandag- en woensdagavond van 18.30 tot 20.00 uur

De OV-ambassadeurs helpen u graag op weg!

Kijk voor meer informatie op www.doemeemethetov.nl

2. **Bijzondere openbaar vervoer:**

U-flex

U-flex is een flexibele openbaarvervoerservice, waarbij de bus rijdt op afroep, alleen wanneer hij nodig is, en alleen waar hij nodig is. Het vervoer gaat van halte naar halte, volgens de snelst mogelijke route. Wanneer meerdere reizigers tegelijk dezelfde kant op gaan, reizen zij samen in één voertuig.

Voor U-flex moet je vooraf reserveren. Dat kan tot 30 minuten voor vertrek via de Qmove app of via telefoonnummer 0900 - 01 04 (gebruikelijke belkosten). De ritprijs voor U-Flex is € 3,75* in Vijfheerenlanden. Je betaalt in de Qmove app met iDeal, of met je OV-chipkaart of PIN in het voertuig. Abonnementen zijn ook geldig. Wanneer je wilt overstappen op ander openbaar vervoer, plan in de app dan een doorgaande reis, of geef dit aan bij het telefonisch reserveren. Dan houden we rekening met je aansluiting.

Regiotaxi

Alle inwoners van de gemeente Vijfheerenlanden kunnen gebruik maken van de Regiotaxi. Binnen regiotaxi Utrecht wordt namelijk onderscheid gemaakt in 2 groepen:

- Reizigers zonder Wmo-indicatie
- Reizigers met Wmo-indicatie

Reizigers zonder Wmo-indicatie

Reizigers zonder WMO- indicatie betalen het standaardtarief.

U vraagt een regio-taxirit aan bij de klantenservice van Regiotaxi Lekstroom.

Tel: 085-0862103

Met Regiotaxi Utrecht reist u van deur tot deur of u reist van/naar een halte van het openbaar vervoer. Ook kunt u gebruik maken van vaste opstapplaatsen. Meer informatie vindt u op de website www.regiotaxiutrecht.nl

Met de regiotaxi kunt u maximaal 25 km reizen.

Uitzonderingen: Beatrixziekenhuis en St. Antonius ziekenhuis

Het OV tarief voor 2025 bedraagt € 3,25 (instaptarief) en € 0,80 per kilometer.

Betalen kan contant of per pin in de bus.

Reizigers met een Wmo-indicatie

Reizigers met een Wmo-indicatie reizen tegen het lagere tarief als zij over een Wmo indicatie van de gemeente Vijfheerenlanden beschikken. U komt hiervoor in aanmerking als u vanwege ziekte en/of handicap problemen ervaart bij het gebruik van het openbaar vervoer en/of eigen auto. Daarnaast bent u niet in staat om uw vervoersprobleem zelfstandig op te lossen.

U kunt hiervoor een melding doen bij het sociaal loket. Het sociaal loket is dagelijks telefonisch bereikbaar tussen 9:00 - 12:30 op telefoonnummer 0800-5016 of via mail sociaaloket@vijfheerenlanden.nl. Een Wmo consultant zal contact met u opnemen om uw melding verder met u te bespreken.

Met de regiotaxi kunt u maximaal 25 km per keer reizen. Per jaar is er een maximaal kilometerbudget van 1500 km per jaar.

Uitzonderingen: Beatrixziekenhuis en St. Antonius ziekenhuis.

Reizigers met een Wmo-indicatie betalen een lager tarief van € 1,26 (instap tarief) en € 0,31 per kilometer. Betalen kan per automatische incasso, contant of per pin in de bus.

Valys

Alleen als je een pasje hebt voor de regiotaxi kun je een pasje voor de Valys aanvragen de website van Valys.

Wilt u verder dan 25 kilometer reizen dan kunt u Valys gebruiken voor sociaal recreatieve uitstapjes. Dus bijvoorbeeld voor familiebezoek of een dagje uit. U kunt een pas voor de Valys aanvragen als u aan een van de voorwaarden voldoet zoals vermeld bij een van de veel gestelde vragen op de website van Valys. Een rit boeken kan online of via 0900 - 96 30.

Bewijs van de gemeente nodig. Bijv. invalidenparkeerkaart of beschikking rolstoel.

Kosten: € 0,22 per km. Maximaal 700 km per jaar. Anders €1,35 per km.

Vragen? Bellen kan tussen 9.00 en 12.30 uur naar 0900-9630

Plusbus Bindkracht VHL

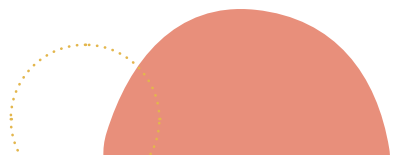
De rolstoelvriendelijke bus van BindkrachtVHL kunt u gebruiken voor een rit van deur tot deur in Vianen en omgeving. Bent u slecht ter been en wilt u graag naar de markt of naar het tuincentrum? Meldt u aan bij BindkrachtVHL.

Reserveren: dit kan via het kantoor van BindkrachtVHL in Hof van Batenstein.

Je kunt op werkdagen langskomen of bellen tussen 9.30-11.30 uur:

085 - 01 63 839.

Meld bij de reservering of u een rollator meeneemt of dat je rolstoel gebonden bent. Ook willen we graag weten of er een begeleider meegaat. Reserveer tijdig! Weet je al wanneer je vervoer wilt, laat dit ons dan zo snel mogelijk weten. Dan is de kans groot dat we je kunnen helpen op het gewenste tijdstip. Reserveren op de dag zelf kan tot teleurstelling leiden. Al zullen we er alles aan doen om bij spoedgevallen toch iets te regelen.



Algemeen

Digi-Inloop Leerdam

Voor al je vragen over je mobiele telefoon, smartphone, laptop, tablet, e-reader of het internet. Geen reparatie, wel installatie, advies en begeleiding.

Wij helpen je met het gebruik van de Bibliotheek apps. We leren je vertrouwd te raken met het werken met Digid en websites van de overheid.

- 1x per 2 weken op dinsdag tussen 13:00 uur en 15:00 uur
- Je kunt gewoon binnen lopen, hoeft geen lid te zijn.

Kosten: geen

Digi-inloop Vianen

- Elke woensdag van 10:00-12:00 uur
- Elke zaterdag van 10:00-12:00 uur

Kosten: geen

Digi-inloop Vianen en Leerdam zijn ook toegankelijk voor mensen uit de andere kernen van Vijfheerenlanden.

VHL voor elkaar

Op zoek naar passend vrijwilligerswerk, of juist hulp nodig?

Op www.vhlvoorelkaar.nl vind je elkaar gemakkelijk en veilig.

Op VHL voor elkaar vind je alle vraag naar en aanbod van vrijwilligers in de gemeente Vijfheerenlanden. Plaats ook je hulpvraag en aanbod.

Heb je hulp nodig bij het plaatsen van je vraag, neem dan contact op met BindkrachtVHL.

Alzheimercafe

Een plek voor mensen met (beginnende) geheugenproblemen en/of dementie, hun partners, familieleden hulpverleners en andere belangstellenden.

Iedere eerste maandag van de maand wordt in het Alzheimer Café een thema besproken.

Locatie: Hof van Batenstein 1, Vianen

Tijd: 19:00-21:30 uur.

Contact: l.klynstra@zorgspectrum.nl

Welzijnscoach

U kunt bij onze welzijnscoach (Agnes Maijer) van BindkrachtVHL terecht voor allerlei vragen en informatie rondom zorg en welzijn. Ook kinderen, familieleden of betrokkenen kunnen contact opnemen bij vragen rondom het bijstaan van hun naasten.

Algemeen nummer BindkrachtVHL: 085-0163839

Telefoonnummer Agnes Maijer: 06-38479160

Mantelzorgondersteuning



Als u voor iemand zorgt, is de zorg voor uw naaste mogelijk zwaarder dan gewoonlijk. Mantelzorg Vijfheerenlanden probeert mantelzorgers zo goed mogelijk te ondersteunen, bijvoorbeeld door u in contact te brengen met andere mantelzorgers, een luisteroortje te bieden of door te helpen bij allerlei (praktische) vragen.

U kunt ons bereiken per telefoon: 085-0163839 (optie 1)

085-0163839

info@bindkrachtvhl.nl

www.bindkrachtvhl.nl

  BindkrachtVHL

