



Hulpwijzer Ouder-Amstel

Gepubliceerd op Hulpwijzer Ouder-Amstel 22-07-2019 01:20 (

<https://www.hulpwijzerouderamstel.nl>)

[Over welk thema zoekt u informatie?](#) > [Wonen en huishouden](#) > Zelfstandig (blijven) wonen

Als u ziek bent, ouder wordt of een beperking heeft, kan zelfstandig wonen moeilijk worden. Toch is er veel mogelijk. Bijvoorbeeld door een aanpassing in uw eigen woning of een hulpmiddel zoals een douchestoel of tillift. Of misschien bent u al geholpen met iemand die u kan ondersteunen bij het huishouden.

Kies hieronder het onderwerp waar u meer over wilt weten.

Heeft u hulp of zorg nodig om zelfstandig te blijven wonen?

Vraag familieleden, vrienden of buren om hulp. Misschien komt u in aanmerking voor Hulp bij het huishouden via de gemeente. Afhankelijk van uw inkomen, betaalt u de kosten (deels) zelf. Maak een afspraak met het Zorgadviespunt (ZAP) van de gemeente om te bespreken of en welke ondersteuning u nodig heeft.

Heeft u verpleging of verzorging thuis nodig? Bel dan voor informatie en advies uw zorgverzekeraar of stuur een e-mail. Of bel Amstelring Wijkzorg in Ouderkerk aan de Amstel of Duivendrecht, of Zonnehuisgroep Amstelland.

Amstelring Wijkzorg - Duivendrecht

Telefonisch bereikbaar: ma t/m vr 7.00 - 23.00 uur.

In de Pelmolen 1
1115 GL Duivendrecht

[06 22 26 17 29](tel:0622261729)

duivendrecht@amstelringwijkzorg.nl

www.amstelringwijkzorg.nl/duivendrecht

Amstelring Wijkzorg - Ouderkerk aan de Amstel

Telefonisch bereikbaar: ma t/m vr 7.00 - 23.00 uur.

Brugstraat 2

1191 AV Ouderkerk aan de Amstel

[06 55 87 20 48](tel:0655872048)

dorp@amstelringwijkzorg.nl

www.amstelringwijkzorg.nl/ouderkerk-dorp

Zorgadviespunt Ouder-Amstel (ZAP)

Telefonisch bereikbaar: 9.00 – 10.30 uur.

Inloopspreekuur:

- dinsdag van 11.00 – 12.00 uur
locatie: gemeentehuis, Ouderkerk aan de Amstel
- donderdag 11.00 – 12.00 uur
locatie: Dorpshuis, Duivendrecht

[020 496 21 21](tel:0204962121)

zorgadviespunt@ouder-amstel.nl

www.ouder-amstel.nl/zorgadviespunt

Zonnehuisgroep Amstelland

Bezoekadres

Groenelaan 7

1186 AA Amstelveen

Postadres

Postbus 567

1180 AN Amstelveen

[0900 040 1441](tel:09000401441)

www.zhga.nl

Waarover wilt u iets weten?

- [Huishouden](#)
- [Koken](#)
- [Vervoermiddel](#)
- [Ongelukken in huis](#)
- [Aangepaste woning](#)
- [Hulpmiddelen](#)
- [Mantelzorgwoning](#)

- [Personenalarmering](#)

Hulpwijzer Ouder-Amstel is ontwikkeld in opdracht van de [gemeente Ouder-Amstel](#) in samenwerking met vele organisaties en instellingen.

[Over Hulpwijzer Ouder-Amstel](#)
