

COMFORTABEL

Magazine van 123 Comfort



+ Wat ik doe met 123Comfort

+ Jurist aan huis

+ Zorgbrigade



Kies zelf de zorgaanbieder die past bij uw situatie.

Als u kiest voor een medische behandeling, wordt u dan liever in ziekenhuis A of ziekenhuis B geholpen? Hoe weet u bij zoiets belangrijks of u écht goede zorg krijgt? VGZ heeft dit voor u inzichtelijk gemaakt.

In Vergelijk en Kies kunt u de kwaliteit vergelijken en vind u de zorgaanbieder die past bij uw situatie. Ga naar vgz.nl/vergelijkenkies voor meer informatie.

Bent u al klant bij VGZ? In Vergelijk en Kies ziet u ook meteen met welke zorgaanbieder wij een contract hebben afgesloten.

1. Ga hiervoor naar vgz.nl/vergelijkenkies
2. Zoek op zorg of naam van uw zorgaanbieder
3. Contract? 100% vergoed - Geen contract? Maximaal 50% vergoed

Kiest u voor een zorgaanbieder met een contract? Dan bent u verzekerd van goede zorg. Kijk op vgz.nl/vergelijkenkies om te zien hoe uw zorgaanbieder scoort op kwaliteit.

Voor goede zorg zorg je samen



123 Comfort

INHOUDSOPGAVE

- 4 Wat ik doe met 123Comfort
- 5 Medipoint
- 6 Jurist aan huis
- 7 Ledenwijzer
Context & opruimcoaching
- 8 Ledenwijzer
OMS Vermolen & Milena Healthcare
- 9 Ledenwijzer
Mesologie & Bart Wissink
- 10 Ledenwijzer
Top Totaalonderhoud,
Miranda's Haarmode,
Marc Hellegers, Gremmen
- 11 Recept & puzzel
- 12 Zorgbrigade
- 13 VGZ zorgverzekering
- 14 Brandveilig wonen
- 15 Apetito
- 16 Totaal aanbod dienstenoverzicht

VOORWOORD

Geacht lid van 123Comfort, beste relatie,

Gefeliciteerd! Hier ligt ie dan!

Het nieuwste nummer van Comfortabel!

Een blad, speciaal gemaakt voor u, waar we als medewerkers 123Comfort trots op zijn. Deze speciale uitgave is gemaakt omdat we 12,5 jaar bestaan.



Als ThuiszorgService, zijn we 12,5 jaar geleden gestart, omdat we voelden dat er, ondanks de thuiszorg die wij leverden, soms behoeften waren bij cliënten die in de Thuiszorg niet vervuld konden worden. Een kapper die bij u aan huis komt, een pedicure aan huis, het op orde brengen van uw tuin of een lastige klus in de administratie, wij helpen u er graag verder mee.

Na 12,5 jaar is er veel veranderd in zorgland. Wij voelen echter sterker dan ooit dat wij u kunnen helpen.

De service die wij bieden kan voor u ondersteunend zijn indien u langer thuis wilt blijven wonen. We zien onze kracht in de telefonische benadering door onze servicemedewerkers, die elke dag klaar staan als u iets nodig heeft. U hoeft maar te bellen met **0900-666 777 8** (lokaal tarief).

De door ons geselecteerde leveranciers bieden u hun diensten aan voor een vertrouwde, eerlijke prijs. U hoeft niet op zoek te gaan naar een vertrouwd adres, dat hebben wij reeds voor u gedaan. En zoekt u iets dat wellicht nog niet in onze ledenwijzer terug te vinden is, meldt het ons en dan gaan wij op zoek!

In deze uitgave vindt u een selectie van onze diensten zoals u die voorheen in de ledenwijzer aantroef. Wellicht zit er voor u een nieuwe dienst bij!

Veel leesplezier!

José Dennissen (Manager 123Comfort a.i)

COLOFON

Comfortabel is een uitgave van 123Comfort, onderdeel van de ZZG Zorggroep.

Redactie: José Dennissen, Merle Post

Vormgeving: Shanda Suprijanto

Met medewerking van:

MULTICOPY
THE COMMUNICATION
COMPANY

Oplage: 12.000

Redactieadres: 123Comfort

Nijmeegsebaan 29, 6561 KE Groesbeek

Website: www.123comfort.nl

Telefoon: 0900-666 777 8 (lokaal tarief)

Vooraankondiging automatische incasso/ SEPA-proof

Beste leden van 123Comfort,

Vorig jaar is de wetgeving rondom incasso in Europa veranderd.

U ontvangt van ons, zoals u gewend bent, deze vooraankondiging (in combinatie met de Comfortabel).


Eind juni zullen wij de jaarlijkse contributie ter hoogte van € 20,= bij u innen.

U hoeft hier niets voor te doen, dat gaat vanzelf/automatisch. Indien u wenst, kunnen wij u uw machtiging retour sturen of u kunt uw betaling storneren bij de bank of wij kunnen het bedrag terugstorten. Neemt u dan contact op met 0900 - 6667778. De leden van ons telefoonteam kunnen uw wensen vervullen.


Hoewel bij het samenstellen van deze uitgave de grootst mogelijke zorgvuldigheid is betracht, kan de redactie niet aansprakelijk worden gehouden voor druk- of zetfouten. Genoemde prijzen zijn onder voorbehoud en er kunnen geen rechten aan worden ontleend.

Wat ik doe met 123Comfort

Veel leden van 123Comfort zijn al jarenlang lid. Zo ook mevrouw Visschedijk en mevrouw Voss.



Ze is alleenstaand en woont in Nijmegen. Al jaren is ze lid van 123Comfort. “Soms is het gewoon handig om niet na te hoeven denken wie ik iets kan laten doen. Dan bel ik naar 123Comfort en dan word ik geholpen door een dame. Ik hoef het dan nog niet helemaal voorbereid te hebben, want samen komen we er wel uit! Dat vind ik het fijne aan 123Comfort, ik word echt geholpen en op allerlei gebieden.” Mevrouw Visschedijk heeft de volgende diensten afgenomen: tuinservice, ondersteuning en gezelschap op maat (gordijnrails gerepareerd en gordijnen opgehangen), klussendienst (laden gerepareerd in de keuken).



Mevrouw Voss is alleenstaand en woont in Groesbeek. Ze is pas sinds kort lid. “En dat, terwijl ik al jaren verzekerd ben bij VGZ! Van ‘collectiviteitskorting’ daar had ik nog nooit van gehoord, tot mijn dochter mij tipte. Als ik lid werd van 123Comfort dan scheelde dat zo’n €150,- op mijn zorgverzekering. Nou toen was de keuze snel gemaakt. Verder heb ik nog geen diensten aangevraagd, maar dat ga ik binnenkort zeker doen!”





medipoint

ZZG zorggroep

123Comfort

Medipoint | ZZG zorggroep

Marialaan 120
6541 RP Nijmegen

Openingstijden:

Ma t/m vr: 09.00 - 17.30 uur
Za: 10.00 - 16.00 uur

Bij Medipoint | ZZG zorggroep kan iedereen terecht voor het kopen, huren en lenen van zorg- en comforthulpmiddelen, voorzien van persoonlijk advies. Onze winkelmedewerkers beschikken over de juiste kennis van de producten, vergoedingsmogelijkheden en veranderingen in de markt. Voordelen als lid van 123Comfort zijn 10% korting op ons koopassortiment en 4x per jaar speciale winkelaanbiedingen.

Word nu lid en profiteer direct van de onderstaande aanbieding

HOOFDKUSSEN

Comfortabel en veerkrachtig kussen voor een goede nachtrust. Gemaakt van 50% katoen en 50% polyester.

- Kookvast
- Blijvend veerkrachtig
- Anti-allergisch
- Maat: 60 x 70 cm

14.95



EXCLUSIEF VOOR LEDEN VAN 123COMFORT

ROLSTOEL
Excel G-Lite



~~499.95~~

375.-

HOOG-LAAGBED
Belluno Inclusief matras



~~1999.-~~

1399.-

TOT **[25%]** KORTING*
OP ROLLATORS!



Profiteer nu!

Kom langs in onze winkel of ga naar www.medipoint.nl/123Comfort

De genoemde aanbiedingen gelden voor leden van 123Comfort en zijn geldig t/m 31 december 2015. De aanbiedingen zijn niet geldig in combinatie met andere (leden)acties, kortingen of waardebonnen. * Vraag naar de actievoorwaarden in de winkel of kijk op www.medipoint.nl/rollatoractie

(LEVENS)TESTAMENT

regie in eigen hand

LEVENSTESTAMENT

Stel dat u door een ongeval, ziekte en/of ouderdom niet meer goed in staat bent om zelf uw eigen zaken te regelen. Wie neemt dan de beslissingen namens u en behartigt uw belangen? En welke wensen moet die persoon daarbij dan in acht nemen? Als u in zo'n situatie enigszins de leiding wilt behouden, dan doet u er goed aan een aantal zaken vooraf vast te leggen in een levenstestament. Dat is een notariële akte waarin iemand zijn wensen, geboden en verboden kan vastleggen op zakelijk (geld) en medisch (zorg) gebied en iemand aanwijst die dit alles ten uitvoer moet brengen (gevolmachtigde).

ADVIES AAN HUIS

Als organisatie, gespecialiseerd in de voorbereiding en afwikkeling van nalatenschappen, hebben wij regelmatig te maken met dementie, aldus Mr. Leny Kroesen, consulente en executeur bij Hereditas. Vaak gaat het in eerste instantie om de aanpassing van een "langstlevend" testament. Immers, als de nalatenschap naar de langstlevende, dementerende, wilsonbekwame partner gaat is er een acuut probleem, omdat die (juridisch) niet in staat is de nalatenschap af te wikkelen en om de privésituatie aan te passen. Mensen realiseren zich bijvoorbeeld niet dat als de partner wilsonbekwaam is het niet mogelijk is het huis te verkopen, omdat beide partners voor verkoop moeten tekenen. Ook blijkt het vaak lastig voor de partner en directe omgeving eenduidig vast te stellen wat de wensen van de wilsonbekwame betrokkene zijn, qua zorg en medische behandeling. In een levenstestament kunnen al deze zaken vooraf weloverwogen en zorgvuldig worden vastgelegd. Daarnaast wordt bepaald wie namens de betrokkene mag handelen in zorg en/of geldzaken. Dat kan de partner zijn, een familielid of een derde die men vertrouwd of een combinatie. Het is natuurlijk wel belangrijk dat de beoogde gevolmachtigde(n) hebben aangegeven dat te willen doen!

(EXECUTEUR)TESTAMENT

Naast het levenstestament kunt u bij Hereditas ook terecht voor het (laten) opmaken van een "gewoon" testament. Daarin legt u vast wie uw erfgenamen zijn, wat zij erven en

HEREDITAS 
ontzorgt nabestaanden, geliefden en betrokkenen

wie de executeur wordt die dit alles ten uitvoer moet brengen. Zonder testament kunt u geen executeur benoemen en moeten uw erfgenamen direct na uw overlijden bij de notaris (unaniem) een gevolmachtigde aanwijzen. Soms is dat lastig of al de basis voor onenigheid in de familie. Met de benoeming van een executeur, waarin u vertrouwen heeft, kunt u dit voorkomen. Dat kan een familielid zijn, een vertrouwenspersoon of een deskundige organisatie van buiten de familie zoals Hereditas.

NABESTAANDEDOSSIER

Goede informatie is voor de executeur en/of uw nabestaanden van groot belang om uw nalatenschap goed en volgens uw wensen te kunnen afwickelen. In aanvulling op uw testament, waarin u de hoofdzaken vastlegt, kunt u door Hereditas een nabestaandendossier laten opmaken. In dit document gaat het om drie zaken: 1) contactinformatie van personen en organisaties, 2) uw bezittingen en 3) uw verplichtingen.

Daarbij kunt u steeds aangeven wat er dient te gebeuren (de actie en/of bestemming). Met een speciaal jaarabonnement kunt u deze informatie eenvoudig wijzigen.

WERKWIJZE

Hereditas hecht grote waarde aan vertrouwelijkheid en persoonlijk contact. Daarom komt onze consulente mevrouw Kroesen op afspraak bij u thuis om de mogelijkheden met u te bespreken. Zij blijft ook uw contactpersoon. Het eerste gesprek is bovendien gratis en vrijblijvend. Nadat uw wensen zijn bepaald, wordt door de notaris een conceptakte opgesteld en naar u toegestuurd. Na akkoord wordt een afspraak gemaakt om de akte te tekenen, desgewenst aan huis. Uiteraard zijn uw vertrouwelijke gegevens bij ons veilig en worden deze op geen enkele wijze aan anderen ter beschikking gesteld.



INFORMATIE

Wilt u een dienst aanvragen of heeft u een vraag?

Bel 0900 - 666 777 8 (lokaal tarief)

of mail naar info@123comfort.nl

TIP! U ziet meerdere websites in dit Comfortabel blad. Indien u geen computer of internet heeft kunnen wij de informatie ter plekke voor u opzoeken. Bel ons gerust op: 0900 - 666 777 8 (lokaal tarief)

Ik ben Sigrid van Nistelrooij, 45 jaar en geef in mijn praktijk aan huis training voor mensen met slaapproblemen. Daarnaast geef ik ook individuele en relatie therapie/coaching. De relatietherapie doe ik samen met mijn collega Eric van Lierop.

Slapen is voor mij heel belangrijk om me goed te voelen, me te kunnen concentreren en mijn talenten te gebruiken en te ontwikkelen. Het is eigenlijk een basisbehoefte net als eten en drinken. Als er niet genoeg slaap is of deze is niet van goede kwaliteit, dan kom je vaak niet 'uit de verf' en kunnen daar allerlei problemen uit voortkomen. Dit heeft mij gemotiveerd om slaapprovingen te geven en ik heb me hierin gespecialiseerd.

Iedere keer weer vind ik het bijzonder dat mensen na een paar weken beter kunnen slapen. Zelfs wanneer ze al jaren last hebben van een slaapprobleem!

In een slaapproving leer je in vijf weken wat je juist wel en niet moet doen om beter te kunnen slapen. Daarna ga je een maand op 'eigen kracht' verder met aansluitend een zesde training. Meestal slaap je aan het einde van de training beter in en/of door, meer uren aaneengesloten en kun je beter met je slaapprobleem omgaan.

Veel mensen vragen zich af waarom ze voor slapeloosheid psychologische hulp krijgen. Vaak wordt ook eerst een diagnose gesteld door een huisarts of arts in een slaapprocentrum. In de training kijken we naar het verband tussen het lichaam en de psyche. Beiden hebben namelijk invloed op je slaap! We kijken daarbij vooral persoonsgericht, wat jou belemmert om goed te slapen.

Je bent van harte welkom voor een kosteloos intakegesprek. Meer informatie is te vinden op www.context-praktijk.nl

Context



Aangeboden diensten:

- ✓ Slaapproving
- ✓ Therapie individueel/relatie



Opruimcoaching: overzicht en rust in huishouden, hoofd en hart (ook via PGB)



Aangeboden diensten:

- ✓ Administratiehulp aan huis
- ✓ Opruimcoach

Overtollige spullen, chaos in woonruimten, bergruimten of kasten, stapels papier waar je niet meer doorheen komt. Dat zijn situaties waarin ik, Marjon Linsen, sinds 10 jaar als professioneel opruimcoach/organizer graag help.

Opruimcoaching om VOLLEDIG te leven, zodat (nieuwe) dingen kunnen (ont)staan...

Sommigen vinden de kick die ik krijg als ik iemand mag helpen met opruimen maar een vreemde 'afwijking', want veel mensen hebben een grote hekel aan opruimen. Nou, ik dus niet, integendeel! Heerlijk vind ik het om samen met mijn cliënten op een rommelige plek schoon schip te maken. Juist omdat mensen vaak als een berg opzien tegen het opruimen, houd ik de opruimsessies graag luchtig met een vleugje humor, gezelligheid en een luisterend oor. Toch houd ik de tijd scherp in het oog en stimuleer ik het maken van keuzes omtrent het behouden of weg doen van spullen. In enkele uurtjes schiet het opruimen zo lekker op. Ook bedenken we samen meteen een persoonlijk gebruiksvriendelijk onderhoudsysteem, waarmee je voor de lange termijn op orde kan blijven.

Hulp van familie of vrienden bij opruimen werkt vaak niet omdat die relatie te dichtbij is. Als je vriendin of moeder zegt 'weg ermee' of 'dat moet je zo doen' dan kan dat ongemakkelijke spanning geven als jij dat anders ziet. Als opruimcoach dring ik cliënten niets op, geef advies en handige tips en ik help hen doordachte keuzes te maken waarmee zij tevreden kunnen zijn.

Voor meer informatie: www.geeftruimte.nl



OMS Vermolen uniek in de regio, altijd een spreekuur en dicht bij u in de buurt



Aangeboden diensten:

- ✓ **Aanmeten steunkousen/steunzolen**
- ✓ **Aanmeten korsetten**
- ✓ **Orthopedische Medische hulpmiddelen**

OMS Vermolen is al ruim twintig jaar specialist op het gebied van orthopedische hulpmiddelen. Orthopedische hulpmiddelen verhogen voor veel mensen de kwaliteit van het leven, omdat deze ontbrekende ledematen vervangen of de houding of beweging ondersteunen, corrigeren en/of ontlasten. De kernbegrippen in ons bedrijf zijn: persoonlijk advies, uitstekende producten, snelle levering en deskundig onderhoud. OMS Vermolen vervaardigt een breed scala aan verschillende orthopedische hulpmiddelen die individueel en geheel op maat geproduceerd worden.

OMS Vermolen is een SEMH Erkend Orthopedisch Instrumentmakerij en leverancier van Therapeutische Elastische Kousen. Daarnaast is OMS Vermolen onderdeel van Bewegingsvisie en draagt dan ook het "Keurmerk bewegingsvisie". www.bewegingsvisie.nl

Elastische kousen

Elastische kousen bieden uitkomst bij kramp, pijn, jeuk of vermoeidheid in benen en armen. De oorzaak van deze klachten ligt vaak in circulatiestoornissen in de bloedvaten of lymfe. Therapeutische elastische kousen stemmen wij af op uw medische indicatie en uw zorgvraag. Door de nieuwste technieken is het mogelijk om modieuze kleuren te selecteren. Hierdoor zijn de elastische kousen niet meer te onderscheiden van gewone nylon kousen. Tevens helpen wij u om het juiste aan- en uittrekhulpmiddel in te zetten, zodat u zo lang mogelijk zelfstandig kan blijven.

Inlays of steunzolen voor Diabetici & Reuma – Sporters – Recreanten.

Een losse inlegzool kan uw voeten extra steun geven of in een betere positie brengen, waardoor lichamelijke klachten kunnen worden voorkomen of verholpen. Denk hierbij aan: overbelasting, rugklachten, hakklachten, voorvoetklachten, hielklachten, beenlengteverschil, branderige voetzolen, vermoeide benen of knieën, pijnlijke drukplekken, peesklachten of teenklachten.

Daarnaast bieden wij u een goede nazorg en een jaarlijkse controle, zodat u elk jaar weer gegarandeerd bent van een optimale voetondersteuning.

Samenwerking 123Comfort

Door de samenwerking met 123Comfort en de ZZG zorggroep willen wij u voorzien van het beste comfort, zorg en medische hulpmiddel. Kortom wij bieden u een totaal pakket van Orthopedische Medische Hulpmiddelen. Voor meer informatie kunt u bellen op 0900-666 777 8 (lokaal tarief) of bezoek de website www.123comfort.nl.

Actie Potentiaal Simulatie (APS) Therapie

Milena Health Care



Milena Health Care biedt sinds 2013 APS therapie aan bij 123Comfort. APS therapie bootst de natuurlijke prikkels na in de zenuwbanen, stimuleert de lichaamseigen zenuwgeleiding, waardoor de bloedsomloop en de afvoer van afvalstoffen verbetert, en waardoor pijnstillende of energie opwekkende stoffen worden aangemaakt. APS wordt met succes toegepast bij pijnbestrijding, energieverlies, vermoeidheid, ontstekingsreacties of bij de behandeling van ziekte en ongemak. De APS behandeling is volkomen pijnloos en wordt ook door een aantal ziektekosten verzekeraars vergoed.

APS therapie wordt o.a. bij de volgende gezondheidsproblemen met succes toegepast:

- Burn-out
- Spier-en gewrichtsklachten
- Reuma
- Chronisch vermoeidheid syndroom
- RSI-klachten
- Darmklachten (b.v. spastische darm, candida)

Ook bij allergieën, autisme en ADHD kan APS therapie worden toegepast. Vooral bij chronische pijnen of problemen worden opmerkelijke resultaten geboekt.

Milena is als therapeute aangesloten bij de beroepsvereniging voor APS, en is door deze vereniging geaccrediteerd.



Aangeboden diensten:

- ✓ **APS-therapie**

Het reguliere alternatief **Mesologie**



Wij stellen u voor: Jos van Vliet, Mesoloog en Acupuncturist

Nog tijdens zijn loopbaan als Intensive Care verpleegkundige en Nachthoofd in ziekenhuizen is Jos in 1990 Acupunctuur gaan studeren. Tien jaar later is hij gestart met Mesologie. Inmiddels werkt hij 15 jaar in dit vakgebied en heeft hij al vele succes verhalen over mensen met overgewicht, die zijn afgevallen. Er zijn zelfs diabeten met overgewicht, die van hun suikerziekte (Diabetes type 2) zijn afgekomen!

De kracht van Jos als therapeut is betrokkenheid, veelzijdige kennis en het vertalen van allerlei verschillende klachten naar een logische samenhang in begrijpbare taal voor de cliënt.

Mesologie & stoppen met roken

Mesologie verbindt wetenschappelijke medische kennis met de oeroude kennis uit traditionele geneeswijzen zoals de Ayurveda en de Chinese geneeswijze. Daarnaast wordt kennis geïntegreerd uit de homeopathie, orthomoleculaire geneeswijze en de fytotherapie. Hierdoor ontstaat een transparant systeem van kennis, wetenschap en filosofie. Vandaar dat de Mesologie een brug vormt tussen regulier en complementair, tussen Oost en West. Jos behandelt niet alleen volwassenen, maar ook kinderen van 0 tot 18 jaar.

Verder helpt Jos ook bij het stoppen met roken. Zijn ontwikkelde behandelplan bleek een zeer hoog slagingspercentage te hebben, mede door de fysieke (acupunctuur) en mentale benadering en de handvatten om niet alleen te stoppen, maar vooral ook gestopt te blijven!

Bent u nieuwsgierig?

U kunt iedere eerste week van de maand een gratis intake gesprek van 15 minuten (op afspraak) inplannen om samen met Jos te kijken of uw klachten in aanmerking komen voor Mesologie of Acupunctuur. Voor meer informatie kunt u mijn website bezoeken op: www.mesologie-nijmegen.nl



Aangeboden diensten:

- ✓ **Mesologie**



Bart Wissink **Wissink Interieurbouw**

Aangeboden diensten:

- ✓ **Allround vakman en klussen**
- ✓ **Hand- en spandiensten**
- ✓ **Stukadoren en wandafwerking**
- ✓ **Woningaanpassing**
- ✓ **Aanpassing badkamer**
- ✓ **Keukenmontage**
- ✓ **Sanitair**
- ✓ **Leggen van laminaat, parketvloeren en plavuizen**

“Vakmanschap, creativiteit en perfectie zijn mijn grootste passies.”

Bart Wissink biedt zijn diensten al vele jaren aan via de Stichting ZZG zorggroep – 123Comfort. Dit naar grote tevredenheid van vele cliënten. Bij het uitvoeren van zijn werkzaamheden staat de mens voortdurend centraal. Wie is Bart Wissink en welke passies heeft hij?

Bart Wissink Interieurbouw is een klein professioneel eenmansbedrijf dat meer dan 25 jaar gericht is op het ontwerpen, inrichten en de totale uitvoering van interieurs als woon- of studiekamers, keukens en badkamers. Centraal bij het ontwerpen en inrichten van interieurs staat het op een creatieve en effectieve manier gebruik maken van ruimte en licht. Hierbij wordt in goed overleg met de cliënt gekeken naar mogelijke materialen, stoffen, vormen, lijnen en kleuren. Dit alles onder het motto ‘betaalbaar anders’. Als ontwerper en vakman stelt Bart zich als opdracht dat voor ieder budget een interieur op een creatieve wijze kan worden veranderd.

Bart heeft na zijn vakopleiding aan het MBO vele jaren ervaring opgedaan in de interieurbouw. De meeste inspiratie heeft hij echter in het veld opgedaan. Bij dit alles is het van belang dat een cliënt zich prettig voelt bij zijn creatieve oplossingen.





Toptotaalonderhoud BV

Aangeboden diensten:

- ✓ **Aanpassing badkamer**
- ✓ **Aanpassingen WMO**
- ✓ **Centrale verwarming**
- ✓ **Dakgootreiniging**
- ✓ **Elektromonteur**
- ✓ **Onderhoud deuren en kozijnen**
- ✓ **Riolering en sanitair**
- ✓ **Stukadoren en wandafwerking**
- ✓ **Verhoogd toilet**
- ✓ **Woningaanpassing**
- ✓ **Zinkwerkzaamheden**

Mogen wij ons aan u voorstellen? **TOP: Doen wat we zeggen, zeggen wat we niet doen**

Wij zijn een klein bedrijf, bestaande uit ongeveer 10 medewerkers. Deze medewerkers bestaan uit loodgieters, timmerlieden en klussers. Samen vormen ze een team die vele uiteen lopende werken kunnen uitvoeren,

Onze opdrachtgevers zijn o.a. particulieren, VvE's, Defensie en Kruidvat.

Waarvoor kunt u bij ons terecht?

U kunt bellen met 123Comfort, 0900 – 666 777 8 (lokaal tarief) om met ons in contact te komen voor veel uiteenlopende zaken, bijvoorbeeld als u dak- of leiding lekkage heeft, problemen met uw riolering, de badkamer op wilt knappen, een dakkapel wilt plaatsen of verbouwing van uw woning wilt realiseren. Alle voorkomende werkzaamheden aan uw woning dus. Ook voor woning aanpassingen of kleine klusjes kunt u bij ons terecht.



toiletten



verbouwing



verwarming



sanitair



Marc Hellegers

SCHILDERWERK

GLASWERK

WANDAFWERKING



Aangeboden diensten:

- ✓ **Glas & schilderwerk**



Miranda's Haarmode

Al een aantal jaren knip ik graag leden van 123Comfort. Zij kunnen bij mij altijd terecht en hoeven niet te wachten net zoals bij een kapperszaak, omdat ik bij iedereen thuis kom. Lekker makkelijk en dat voor een scherpe prijs. Wilt u graag een afspraak maken? Dan kunt u bellen met 123Comfort op het volgende telefoonnummer: 0900 – 666 777 8 (lokaal tarief).



De thuiskapster op afspraak.
Voor een scherpe prijs!

06 516 739 79



Aangeboden diensten:

- ✓ **Kapper thuis**



GREMMEN
F O O T W E A R

Aangeboden diensten:

- ✓ **Schoenenservice aan huis**

WOORDZOEKER

E	T	A	A	R	T	E	N	T	N	E	M	A	T	S	E	T
V	C	K	R	U	I	S	V	E	R	E	N	I	G	I	N	G
E	N	I	Z	A	G	A	M	M	E	S	O	L	O	G	I	E
S	E	R	V	I	C	E	N	A	K	S	O	M	R	E	H	T
O	D	I	L	R	O	R	E	Z	J	I	W	N	E	D	E	L
R	U	W	M	O	E	E	I	R	D	E	E	W	T	N	E	E
N	E	L	L	E	B	S	V	E	R	L	E	N	G	I	N	G
D	I	E	N	S	T	E	N	O	V	E	R	Z	I	C	H	T
S	R	E	P	P	A	K	P	E	O	R	G	G	R	O	Z	W
M	A	A	N	E	G	N	A	A	D	P	C	G	Z	P	G	E
1	2	3	C	O	M	F	O	R	T	J	Z	A	E	O	G	M
T	I	J	D	S	C	H	R	I	F	T	I	O	D	M	R	B
A	C	O	M	F	O	R	T	A	B	E	L	T	E	E	A	G
K	!	Z	O	R	G	B	R	I	G	A	D	E	L	K	A	K
F	Y	S	I	O	T	H	E	R	A	P	E	U	T	A	E	U
T	E	L	E	F	O	O	N	S	E	R	V	I	C	E	A	N
T	H	U	I	S	Z	O	R	G	S	E	R	V	I	C	E	M

123COMFORT
AANGENAAM
BELLEN
CADEAU
COMFORTABEL
DIENSTENOVERZICHT
EENTWEEDRIE
FYSIOTHERAPEUT
GEMAK
KAPPERS
KRUISVERENIGING
LEDENWIJZER
LID
MAALTIJDENSERVICE
MAGAZINE
MESOLOGIE
OPZOEKEN
PGB
SERVICE
TAARTEN
TELEFOONSERVICE
THERMOSKAN
TESTAMENT
THUIZORGSERVICE
TIJDSCHRIFT
VERLENGING
WMO
ZORG
ZORGBRIGADE
ZORGGROEP

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

OPLOSSING

Oplossing gevonden? Bel dan met 0900 - 666 777 8, stuur het door naar info@123Comfort.nl of per post o.v.v. uw naam, adres en telefoonnummer naar 123Comfort, Nijmeegsebaan 29, 6561 KE Groesbeek. Onder de goede antwoorden worden drie thermoskannen verloot.



Verrukkelijke MonChoutaart

Ingrediënten:

- o 200 gram basterdsuiker
- o 100 gram roomboter
- o 0,5 liter slagroom
- o 4 x MonChou
100 grams verpakking
- o 1 pak Bastognekoeken
- o 2 blikken aardbeien- of kersenvlaaivulling

Bereiding:

1. Laat de MonChou op kamertemperatuur komen.
2. Springvorm (doorsnee 26 cm) invetten met olie of boter.
3. De Bastognekoeken verkrumelen, eventueel met een deegroller.
4. Smelt de boter in een pannetje en roer de verkrumelde Bastognekoeken erdoor. Bedek met dit mengsel de bodem van de springvorm en laat het in de koelkast koud worden.
5. Mix de MonChou en de suiker door elkaar tot een luchtig mengsel.
6. Mix in een andere kom de slagroom zonder suiker, maar niet geheel stijf.
7. Roer de slagroom met een lepel door het monchoumengsel en strijk dit mengsel over de bodem.
8. Laat de taart ongeveer 2 uur opstijven in de koelkast.

Tip: De aardbeien- of kersenvlaaivulling erop strijken ná het afsnijden van een taartpunt geeft het mooiste **resultaat**.

ZORGBRIGADE

Graag besteden wij van 123Comfort aandacht aan diensten die voor u als lid interessant kunnen zijn. In deze uitgave willen wij de Woonzorgbrigade belichten.

Wat en voor wie is de woonzorgbrigade?

Woonzorgbrigade is er voor zelfstandig wonende ouderen uit Nijmegen die behoefte hebben aan laagdrempelige ondersteuning in hun dagelijks leven. Indien u 65 jaar of ouder bent en u woont in de gemeente Nijmegen, in de wijk Waterkwartier, Hatert of directe omgeving, dan kunt u tegen een laag tarief (€ 7,- per uur) diensten afnemen van deze service. Woonzorgbrigade is een initiatief van verschillende maatschappelijke organisaties en wordt ondersteund door de gemeente Nijmegen.

Daarnaast is er ook een Zorgbrigade actief in de gemeenten Druten en West Maas & Waal.

De praktijkbegeleidsters bezoeken alle ouderen die graag ondersteuning willen, zodat zij een beeld krijgen welke ondersteuning de mensen willen en wanneer.

Er komt altijd eerst een praktijkbegeleider bij u aan huis om samen met u de ondersteuning te bepalen. Men kan kiezen voor een vast aantal uren per week, elke week of om de week. De hulp/stagiaire wordt dan structureel ingepland.

Wat doet de woonzorgbrigade?

De werkzaamheden van Woonzorgbrigade richten zich op huishoudelijke werk en welzijnstaken zoals:

- Opruimen
- Meegaan naar het ziekenhuis/bibliotheek/buurthuis enz.
- Stofzuigen, soppen en dweilen in huis
- Ramen lappen
- Strijken en was vouwen
- Eenvoudige tuinwerkzaamheden (bv. stoep vegen)
- Met u wandelen en/of uw hond uitlaten
- Gezelschap bieden
- Samen koken

Of neemt u telefonisch contact op met 123Comfort, zij kunnen u meer vertellen over dit initiatief.



TIP

Meer informatie is ook te vinden op www.zorgbrigades.nl

Of neemt u telefonisch contact op met 123Comfort, zij kunnen u meer vertellen over dit initiatief.
0900-666 777 8 (lokaal tarief)

Wat u moet weten over uw basisverzekering

De overheid bepaalt ieder jaar opnieuw welke zorgkosten de basisverzekering vergoedt. Waarom is dat? En hoe gaat dat in zijn werk? 123 Comfort vroeg het aan VGZ en het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS).

Wie bepaalt wat de basisverzekering vergoedt?

Dat doet de minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) in overleg met de Tweede Kamer. Zij krijgen daarvoor advies van het Zorginstituut Nederland (voorheen CVZ). Het Zorginstituut Nederland baseert dit advies op gesprekken met zorgverzekeraars, zorgaanbieders en patiëntenorganisaties.

Waarom verandert de basisverzekering ieder jaar weer?

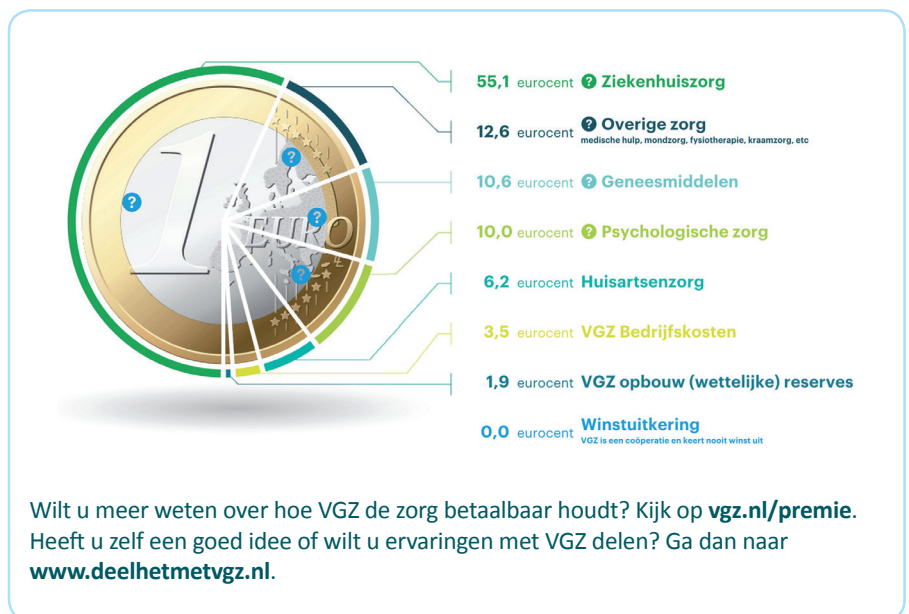
De basisverzekering verandert soms zelfs per dag. Is er effectieve zorg ontwikkeld waarover iedereen het eens is dat het in het basispakket moet zitten? Dan gebeurt dat per direct. Daarnaast is er elk jaar één moment waarop de minister een beslissing neemt over de vergoedingen voor het volgende jaar. Een nieuwe minister en een nieuwe Tweede Kamer kunnen andere inzichten hebben over de noodzaak iets te vergoeden.

Hoe bepaalt het ministerie de hoogte van het eigen risico?

Meestal gaat het eigen risico omhoog als de zorgkosten zijn gestegen. Elk jaar besluit de minister in overleg met de Tweede Kamer hoe hoog het eigen risico is. Zij kijken daarbij ook naar wat Nederlanders moeten betalen voor hun zorgverzekering. In het algemeen geldt: hoe lager de premies, hoe hoger het eigen risico.

Hoe werkt zo'n eigen risico ook alweer?

Als we naar 2015 kijken dan moet u de eerste € 375,- aan zorgkosten uit de basisverzekering zelf betalen. Dit is het



verplicht eigen risico dat elke Nederlander vanaf 18 jaar heeft. U kunt er daarnaast ook voor hebben gekozen om een vrijwillig eigen risico te nemen. Dat is een bedrag van € 100,- tot € 500,- boven op de verplichte € 375,-.

Wilt u weten hoeveel eigen risico u al heeft betaald? Als u bij VGZ verzekerd bent, kunt u dat direct bekijken door in te loggen op mijn.vgz.nl.

Waarom geeft VGZ de winst niet volledig terug aan haar verzekerden en de zorg?

Zorgverzekeraars moeten een financiële buffer aanhouden, zodat ze altijd de declaraties van de verzekerden en zorgaanbieders kunnen betalen, ook als de inkomsten tegenvallen. De overheid (De Nederlandsche Bank) stelt hier strikte

eisen aan. Daarnaast houdt Coöperatie VGZ rekening met de ontwikkelingen in de zorg. Omdat zorgverzekeraars vanaf 2015 ook de kosten van verpleging en verzorging voor hun verzekerden gaan betalen, moeten zij een hogere financiële buffer aanhouden.

Heeft u nog vragen over de VGZ zorgverzekering, neem dan contact op met de VGZ klantenservice via vgz.nl/klantenservice of via 0900 - 8490 (20 cent per gesprek plus uw gebruikelijke belkosten).



Nu nog midden in het leven...

maar straks?

Hoe vlucht je als je minder valide bent?

Over die brandveiligheid moet je nu al nadenken!



TIPS VOOR EEN BRANDVEILIGE WOONOMGEVING

Brand is voor iedereen gevaarlijk. Wanneer u langer zelfstandig blijft wonen, is het belangrijk om na te denken over hoe u zo veilig mogelijk kunt blijven wonen. Brandweer Gelderland-Zuid geeft u 5 belangrijke tips!

Tip 1 Hang rookmelders op

Een rookmelder waarschuwt u met een luid alarm. Er zijn speciale rookmelders voor doven en slechthorenden. Uw gehoorspecialist kan u hier over informeren.

Tip 2 Maak een vluchtplan

Kunt u uw woning snel en veilig verlaten bij brand? Maak goede afspraken met bijvoorbeeld uw burens als u in nood bent.

Tip 3 Pas op voor vlam in de pan

Brand in de keuken ontstaat vaak doordat de vlam in de pan slaat. Denkt u bij het koken aan het volgende:

- blijf bij de pan; gebruik een kookwekker en neem deze mee als u de keuken even moet verlaten;
- houdt brandbare spullen zoals pannenlappen, keuken- en theedoeken op veilige afstand van het fornuis.

Bij vergeetachtigheid adviseren wij elektrisch koken, keramisch koken en koken op inductie. Dat is veiliger dan koken op gas.

Tip 4 Rook nooit in bed!

Het zal niet de eerste keer zijn dat iemand met een brandende sigaret in slaap valt.

Tip 5 Zet niets op de televisie

Plantjes, bloemen, kledjes en kaarsen horen niet op uw televisie.

MEER TIPS

Brandweer Gelderland-Zuid en u!

Brandweer Gelderland-Zuid geeft op verschillende manieren informatie over brandveiligheid in uw woonomgeving.

Kijk op onze website:

www.brandweer.nl/gelderland-zuid

Voor vragen kunt u ons bereiken via e-mail:

brandveiligleven@vrgz.nl

WAT DOE **JIJ** BIJ BRAND?

Daar moet je nu over nadenken!

Comfort en gemak met de maaltijdservice van **Apetito**

Voor Tiny Kuipers (1935) zijn de vriesverse maaltijden, die ze als lid van het servicepakket via 123Comfort kan bestellen, een schot in de roos. Gelukkig heeft ze ook haar overbezorgde dochter overtuigd. Comfort en gemak via 123Comfort: dat is precies wat we voor onze cliënten wensen!

Tiny Kuipers heeft een rijk gevuld leven, met kinderen, kleinkinderen, hobby's en veel vriendinnen. Ze kan prima voor zichzelf zorgen, maar aan koken heeft ze een hekel. "Ik heb het huishouden altijd met veel plezier gedaan, maar dagelijks koken vond ik vreselijk. Na zijn pensionering werd het automatisch de taak van mijn man, die had er veel plezier in. Toen hij onverwachts overleed, moest ik natuurlijk wel. Ik flanste meestal iets eenvoudigs in elkaar, maar was net zo tevreden met een boterham. Totdat ik van de dokter te horen kreeg dat ik een natriumarm dieet moest volgen. Aanvankelijk dacht ik: dan gebruik ik gewoon geen zout meer, maar zo eenvoudig was dat helaas niet."

Lekker en verantwoord

Tiny had wel eens gehoord over Apetito: de maaltijdservice waar ze ook terecht kon met een dieet. Via



een diëtist van Apetito kreeg ze goed advies. "In de catalogus en op internet kun je de maaltijden kiezen, waarbij duidelijk staat aangegeven welke natriumarm zijn. Wekelijks brengt de vaste chauffeur van Apetito ze bij mij aan de deur. Ik zet ze in de vriezer en hoef de maaltijd op de dag zelf alleen nog maar even in de magnetron op te warmen. Door de speciale manier van bereiden bij Apetito blijven alle voedingsstoffen optimaal behouden. Om daarnaast het natuurlijke karakter van de maaltijden te behouden gebruikt Apetito zo min mogelijk toevoegingen." Inmiddels vertelt ze haar kennissen regelmatig enthousiast over het ruime assortiment met 130 maaltijden en zijn er ook al drie klant geworden. "Ik ben er natuurlijk enorm trots op dat ik deze service heb ontdekt!"

Speciale aanbieding

Bestel nu het speciale Apetito probeerpakket! U kunt hierbij kiezen uit twee dozen met vijf heerlijke maaltijden (gewone voeding of natriumarm). Per doos betaalt u € 19,95 (dus € 3,99 per maaltijd).

Extra korting voor leden van 123Comfort

Leden van 123Comfort krijgen altijd 10% korting op alle vervolgbestellingen bij Apetito.

Voor meer informatie of bestellen kunt u contact opnemen met de klantenservice van Apetito. Zij zijn op werkdagen bereikbaar van 8:00 – 18:00 op het gratis telefoonnummer 0800 - 023 29 75 of kijk op www.apetito.nl





Klussen

- ✓ Aanbouw dakkapel
- ✓ Aanpassing badkamer
- ✓ Aanpassingen WMO
- ✓ Centrale verwarming
- ✓ Dakgootreiniging
- ✓ Dakreparatie
- ✓ Elektromonteur
- ✓ GFT-reiniger
- ✓ Glasservice
- ✓ Gras maaien
- ✓ Glazenwasser
- ✓ Hand- en spandiensten
- ✓ Keukenmontage
- ✓ Klussendienst
- ✓ Leggen van laminaat/parket/plavuizen
- ✓ Loodgieter
- ✓ Onderhoud deuren/kozijnen
- ✓ Riolerings
- ✓ Sanitair
- ✓ Schilderen en behangen
- ✓ Stukadoren en wandafwerking
- ✓ Tapijt en meubelreiniging
- ✓ Terras- en opritreiniging
- ✓ Tuinman
- ✓ Verhoogd toilet
- ✓ Verstopte afvoer
- ✓ Woningaanpassing
- ✓ Zinkwerkzaamheden

Uzelf

- ✓ Duitse les
- ✓ Kapper thuis
- ✓ Luisterend oor
- ✓ Nederlands als vreemde taal
- ✓ Ondersteuning op maat
- ✓ Opruimcoach
- ✓ Opticiën aan huis
- ✓ Pedicure thuis
- ✓ Pruikservice
- ✓ Rijbewijskeuring
- ✓ Schoenenservice aan huis
- ✓ Schoonheidsbehandeling
- ✓ Stoppen met roken
- ✓ Zangles

Administratie

- ✓ Administratiehulp aan huis
- ✓ Adviseur overstappen zorgverzekeraar
- ✓ Afwikkeling nalatenschap
- ✓ Belastinghulp
- ✓ Collectieve ziektekosten VGZ
- ✓ Computeruitleg aan huis
- ✓ Financiële administratiehulp
- ✓ Juridisch advies
- ✓ Levenstestament opmaken
- ✓ Verzekeringen en financiën

Ontspanning

- ✓ Thuismassage

Gemak

- ✓ Maaltijdservice
- ✓ Matrasreiniger

Fit en gezond

- ✓ Aanmeten steunkousen/steunzolen
- ✓ Aanmeten korsetten
- ✓ Acupunctuur
- ✓ APS-therapie
- ✓ Chronische klachten
- ✓ Manuele therapie
- ✓ Massagetherapie
- ✓ Mesologie
- ✓ Orthomoleculaire therapie
- ✓ Orthopedische medische hulpmiddelen
- ✓ Psychosociale therapie
- ✓ Slaaptraining
- ✓ Spatadertherapie
- ✓ Sportmassage
- ✓ Therapie individueel/relatie
- ✓ Thuiszorgwinkel Medipoint
- ✓ Zwangerschapsklachten

Ons aanbod kan veranderen.

Check onze website of bel ons voor het huidige aanbod!

0900-666 777 8

(lokaal tarief)

Postadres en bezoekadres 123Comfort: Postbus 9001 - 6560 GB Groesbeek

Vanaf juli 2015 Openingstijden: Elke werkdag. Van 13.00 tot 16.00 uur.

Ontvang een cadeaubon bij aanlevering van een nieuw lid!

Mijn gegevens

Naam: _____

Adres: _____

Postcode: _____

Plaats: _____

Telefoonnummer: _____

Lidnummer: _____

E-mailadres: _____

Datum: _____ Handtekening _____

Nieuw lid gegevens

Voorletters en naam: _____

Adres: _____

Postcode en plaats: _____

Telefoon: _____ E-mailadres: _____

Geboortedatum: _____ man vrouw (s.v.p. aankruisen)

Woonsituatie: Alleenstaand Samenwonend (s.v.p. aankruisen)

Kinderen: Ja Nee (s.v.p. aankruisen)

IBAN bankrekeningnummer: _____

Ik verleen 123Comfort hierbij tot wederopzegging toestemming om elk jaar eenmalig het lidmaatschapsgeld van €20,00 automatisch te innen van bovengenoemde bankrekening. Verder ga ik akkoord met de algemene voorwaarden van 123Comfort.

Datum: _____ Handtekening: _____