

# Thuiszorg



*"Er gaat toch niets boven goede zorg in je eigen huis"*



## Informatie

Bel voor meer informatie of het aanvragen van thuiszorg tijdens kantooruren naar (020) 670 30 33 en vraag naar Thuiszorg. 's Avonds en in het weekend kunt u bellen met 06 531 16 232.

Woont u in postcodegebied 1051 tot en met 1054 of begint uw postcode met 1074? Dan kunt u terecht bij thuiszorgteam Oud-West/Zuid van Amsta. Maar wij bieden ook thuiszorg in andere delen van de stad. Neem dus gerust contact met ons op, dan brengen wij u in contact met een team bij u in de buurt.

**Amsteldijk** Woon- en zorgcentrum  
**Amsteldijk 35, 1074 JK**

**De Poort** Centrum voor verpleeghuiszorg  
**Hugo de Grootkade 18-28, 1052 LS**

**De Werf** Woon- en zorgcentrum  
**Van Reigersbergenstraat 829, 1052 WN**

**Vondelstede** Woon- en zorgcentrum  
**Anna van den Vondelstraat 30, 1054 GZ**

*Amsta biedt persoonlijke ondersteuning,  
wonen, zorg en welzijn*

## Thuiszorg aanvragen? Makkelijk!

Ziet u soms door de bomen het bos niet meer, vanwege alle regels en wetten? Wij helpen u graag met het aanvragen van thuiszorg. Bel tijdens kantooruren met Amsteldijk (020) 670 30 33 en vraag naar Thuiszorg. 's Avonds en in het weekend: 06 531 16 232.

## U kunt het ook zelf regelen.

### Huishoudelijke zorg

Denkt u in aanmerking te komen voor huishoudelijke zorg? Dan kunt u terecht bij het WMO-loket bij u in de buurt. Hier wordt u ook geholpen met vragen over bijvoorbeeld vervoer en woonvoorzieningen. Bel voor informatie de Wmo helpdesk Oud-West/Zuid: 0800 0643 of 088 789 13 02.

### Persoonlijke verzorging, verpleging, fysio- en ergotherapie

Hiervoor heeft u een indicatie nodig van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). Hier besluit men of u in aanmerking komt voor de zorg en dienstverlening die u denkt nodig te hebben. Bel voor informatie 088 789 13 00.

## En de kosten?

De meeste kosten worden vergoed, maar in alle gevallen is er sprake van een eigen bijdrage. Deze bijdrage hangt af van uw inkomen, en wordt berekend en in rekening gebracht door het CAK-BZ (Centraal Administratie Kantoor - Bijzondere Ziektekosten). Bel voor informatie naar 0800 1925.



Thuis blijven wonen, bij ziekte, een handicap of wanneer u een dagje ouder wordt. Dat is vaak goed mogelijk met wat extra ondersteuning. Amsta helpt u daar graag bij. Met een team van betrokken, betrouwbare en professionele medewerkers zorgen we ervoor dat u zo lang mogelijk in uw eigen omgeving kunt blijven wonen.

Thuiszorg is er voor iedereen in Amsterdam vanaf 18 jaar met een tijdelijke of blijvende lichamelijke beperking, bijvoorbeeld na een ongeval of operatie, of als gevolg van ziekte of ouderdom.

Onze thuiszorgteams werken vanuit vier verschillende woon- en zorgcentra in Amsterdam West en Zuid. We werken met vaste teams, zodat u meestal door dezelfde persoon wordt geholpen. En dat is wel zo vertrouwd. Wij staan voor u klaar, zeven dagen per week, overdag en 's avonds. Ook bemiddelen we voor nachtzorg of waakzorg.

*"Net dat steuntje in de rug,  
dat ik zo nodig heb"*

Meer weten? Bel (020) 673 30 33 en  
vraag naar Thuiszorg. Heel makkelijk!

#### Huishoudelijke zorg

Wanneer huishoudelijke activiteiten lichamelijk te zwaar of te moeilijk zijn, kan hulp in het huishouden uitkomst bieden. Onze medewerkers komen bij u langs om u te ondersteunen bij bijvoorbeeld het schoonmaken van uw huis, wassen, strijken of het doen van boodschappen.

#### Persoonlijke verzorging

Ook wanneer u behoefte heeft aan persoonlijke verzorging kunnen we u van dienst zijn. Bijvoorbeeld door u te helpen bij het opstaan en naar bed gaan, bij het aan- en uitkleden, wassen, douchen, en het aantrekken van steunkousen.

Amsta is een zorgorganisatie waar iedereen telt. Amsta biedt persoonlijke ondersteuning, wonen, zorg en welzijn aan ouderen, mensen met een verstandelijke beperking en anderen die om welke reden dan ook niet (meer) in staat zijn hun leven op eigen kracht vorm te geven.

#### Verpleging

Bent u ziek, herstellende van een operatie of gehandicapt? Dan kunt u thuis verpleging ontvangen. Onze medewerkers verzorgen wonden, assisteren bij het innemen van medicijnen en helpen bij stoma's en infusen.

#### Fysio- en ergotherapie

Ook voor fysiotherapie aan huis, aanpassingen in uw huis of hulpmiddelen waar een ergotherapeut aan te pas moet komen kunt u bij ons terecht.

#### En nog veel meer

U kunt voor tal van andere zaken ook bij ons terecht. Verschillende locaties bieden fitness, maaltijden en activiteiten voor buurtbewoners. Ook bieden wij dagverzorging of dagbehandeling. Bovendien is het mogelijk dat u, om welke reden dan ook, even niet zelfstandig thuis kunt wonen. Dan kunt u tijdelijk in één van onze locaties terecht en daar worden verzorgd of verpleegd.

*"Dankzij de thuiszorg hoef ik niet  
naar een verpleeghuis"*