
AMSTELRING LEDENSERVICE

BEWAARSPECIAL

DIENSTENPAKKET
2020

Goed en comfortabel leven *begint met goed voor uzelf zorgen!*

Voor u ligt de Bewaarspecial 2020 van het Amstelring Ledenservice Dienstenpakket. Een mooi compleet aanbod op het gebied van wonen, sport, gezondheid en zwangerschap en zorg. Met hoog oplopende ledenvoordelen!

Wat biedt Amstelring Ledenservice?

Het aanbod is erop gericht mensen thuis ondersteuning te bieden. Dat kan zijn als aanvullende hulp omdat iemand ziek thuis ligt, herstellende is of wat op leeftijd is en zelfstandig wil blijven wonen.

Tijd overhouden

Ook mensen met een druk gezin die meer tijd en energie willen overhouden, kunnen bijvoorbeeld gebruikmaken van de Kapper aan huis (ook Barbier en kinderkapper), de Schilder of de Schoonheidsspecialiste aan huis.

Werkgebied

In de regio Amstelland en Meerlanden* en Amsterdam, waar Amstelring Ledenservice actief is, komen de dienstverleners bij u aan huis. Daarnaast is er nog een aantal diensten met een landelijke dekking, en zijn er diverse cursussen en culturele aanbiedingen waarvan u in het hele land gebruik kunt maken. Hiervan staat een vermelding bij de betreffende dienst in het overzicht van het dienstenpakket.

*bestaande uit de gemeenten: Haarlemmermeer, Amstelveen, Aalsmeer, Uithoorn, Ouder-Amstel en Diemen.





Aantrekkelijke extra's

Naast de praktische diensten biedt Amstelring Ledenservice ook tal van aantrekkelijke extra's. Zo organiseren we regelmatig gezellige dagtochten en hebben we diverse aanbiedingen van theaters en musea. Ook kunt u bovenop op uw lidmaatschap een abonnement afsluiten voor CultuurWerk! (zie blz. 36) Hiermee kunt u met korting naar bijvoorbeeld theatervoorstellingen en de bioscoop, en maakt u regelmatig kans op gratis kaarten. Verder bieden de zorgverzekeraars VGZ, Zilveren Kruis en Zorg en Zekerheid onze leden collectiviteitskorting (zie blz. 40).

Waarom worden mensen lid?

- voordelige en gezellige dagtochten
- ledenkorting op cursussen, diensten aan huis en bij diverse theaters
- gratis krukken, looprekken en rollators lenen en

10% korting op aanschaf en huur van artikelen van Thuiszorgwinkels Medipoint Amstelring (landelijke dekking)

- collectiviteitskorting bij VGZ, Zilveren Kruis en Zorg en Zekerheid
- 4x per jaar gratis het ledenmagazine Amstelring Plus thuisbezorgd
- 1 lidmaatschap voor het hele gezin voor slechts € 22,- per jaar

Aanmelden lidmaatschap of dienst

U kunt zich voor het lidmaatschap aanmelden of een dienst aanvragen via www.amstelringledenservice.nl of bel: 020 - 333 5100. Onze ledenconsulenten staan u op werkdagen van 08.30 uur - 17.00 uur graag te woord!

Informatie

Meer informatie en actuele tarieven vindt u op www.amstelringledenservice.nl.

Een lidmaatschap van Amstelring Ledenservice kan u veel gemak en voordelen opleveren

Leden vertellen over hun ervaring met een van onze diensten.



◀ Automakelaar aan huis

Paul Woen (41): "Mijn vrouw is superrrrrrrr blij!! Dank voor de geweldige service! Echt een aanrader! En leuk dat je een strik kon regelen om haar te verrassen. Bedankt!"

▶ Inboedelruiming en opruimen

Ans Verhagen (62): "Mijn schoonouders verhuisden naar een zorginstelling. Voor de ontruiming van de woning en de verhuizing hebben we contact opgenomen met Inboedelruiming en opruimen. We zijn blij dat we dat hebben gedaan. Heel praktisch dat iemand advies en tips kan geven en overzicht weet te houden bij zo veel spullen. De meubels en andere huisraad die niet meegingen, kregen een andere bestemming. Elles Tijssen reageerde direct op vragen. Alles was gewoon heel goed geregeld."





◀ **Klassieke Concerten**

Gerdie de Grunt (56) is een 'ontzettende fan' van The Bach Choir and Orchestra of the Netherlands onder leiding van dirigent Pieter Jan Leusink. Muziek helpt haar van het leven iets moois te maken. "Muziek geeft mij energie en maakt mij rustig; sinds ik negen jaar geleden rolstoelafhankelijk werd is dat nóg belangrijker geworden."

▶ **Klusjesman**

"Fred van Toorenburgh heeft voor mij al diverse keren klussen gedaan, zoals de woonkamer behangen, de slaapkamer gewit en behangen en onlangs heeft hij nog een douchecabine geplaatst. Gewoon prettig en vertrouwd. Als je alleen bent is het fijn dat je weet wie er over de vloer komt", aldus mevrouw Schild (80).



◀ **Tuinman**

Mevrouw Van den Berg is ruim twintig jaar geleden in haar huidige woning in Nieuw-Vennep komen wonen en heeft haar tuin door André Prins van Greenspot Groenspecialisten laten ontwerpen en aanleggen. "Ik heb niet echt groene vingers en ik vind het fijn dat André mijn voor- en achtertuin bijhoudt. Het is prettig communiceren met André, hij stemt het werk altijd goed met mij af, is nauwkeurig en werkt netjes."

Ook voor 2020 *staan de leukste dagtochten op het programma!*

Speciaal voor u organiseren wij aantrekkelijke, voordelige en compleet verzorgde dagtochten, uiteenlopend van rondvaarten, stedentrips, culturele voorstellingen, te veel om op te noemen.

Favoriet

Onze dagtochten zijn inmiddels immens populair. Samen eropuit met anderen. Door nieuwe contacten ontstaan er zelfs vriendschappen. Wij bezorgen u met busvereniging GroenGrijs een onbezorgde dag uit en mooie belevenissen.

Ouderwetse gezelligheid

Het zal u zo'n dag aan niets ontbreken. Een comfortabele tocht in een touringcar, een uitgebreide koffietafel of een lekkere lunch en vooral gezelligheid met elkaar. Uiteraard is iedereen van harte welkom. We hebben zelfs twee vriendinnen die zich inschrijven om zo'n dagje met elkaar bij te praten. Ondertussen genieten ze van wat er allemaal voorbij komt. "Heerlijk, alles is verzorgd en we hoeven nergens aan te denken", merkte een van de dames op.

Loopmiddelen

Zit u in een rolstoel of loopt u met een rollator? Geen probleem. Vermeld dit bij de aanmelding, dan reserveren wij hiervoor een plaats in de touringcar. Medewerkers van Amstelring Ledenservice begeleiden de dagtochten en zijn aanspreekpunt voor de hele bus. Daarom vragen we u vriendelijk voor persoonlijke begeleiding te zorgen mocht u moeilijk ter been of rolstoelgebonden zijn.

Stempels sparen

Tijdens elke dagtocht kunt u een stempel sparen. Bij vijf stempels heeft u een volle spaarkaart en ontvangt u € 10,- korting op de eerstvolgende dagtocht. Vergeet daarom niet uw stempelkaart mee te nemen.



Gaat u mee?

We zien u graag bij een van onze volgende dagtochten. U bent van harte welkom.

Mail of post

Wilt u geen informatie missen? Laat het ons weten via ledenservice@amstelring.nl onder vermelding van uw e-mailadres, lidnummer en adres. Vermeld daarbij ook of u informatie via de mail of via de post wilt ontvangen.

Ons streven is meer informatie per mail te versturen, maar u zult ook af en toe nog schriftelijke post van ons ontvangen.

Actuele informatie

Op www.amstelringledenservice.nl vindt u de actuele informatie over de dagtochten.



René Froger

Waar ben je trots op?

“Op veel dingen. Mijn familie is voor mij het allerbelangrijkste. En ook mijn muziek en carrière.”

Wat is het hoogtepunt van je carrière?

“Als ik één hoogtepunt zou noemen, doe ik veel andere hoogpunten te kort. Elke dag komt er een hoogtepunt bij.”

Als je geen zanger was geworden, wat had je dan willen worden?

“Dat zou zeker iets in de horeca zijn geweest. Mijn vader had zijn eigen kroeg ‘Bolle Jan’ dat mijn zusje nu nog runt. Heel af en toe ga ik daar met vrienden wat drinken. Niet te vaak, want ik moet aan mijn stem denken.”

Wie inspireert jou?

“Van Frank Sinatra ben ik groot fan! Van Stevie Wonder word ik altijd heel blij. Ik heb veel geleerd van hun muzikaliteit en uitvoeringen. Hun muziek draai ik veel in de auto.”

Wat is het beste advies dat je hebt gekregen?

“Mijn vader adviseerde me: ‘ga voorzichtig om met wat je hebt, ook met je carrière. Je hebt maar één carrière en daar kun je niet roekeloos mee omgaan.’ Daarvoor ben ik hem nog steeds dankbaar.”

Wat doe je het liefst in je vrije tijd?

“Ik sport graag en veel. Verder heb ik een goede studio thuis waar ik met muziek bezig ben, ik maak filmpjes en fotografeer veel.”

Wat is je volgende grote uitdaging?

“De volgende show moet altijd beter zijn dan de vorige show en dat lukt gelukkig nog steeds!”

Wat is je favoriete vakantieland?

“Engeland. Daar kom ik al van kinds af aan, ik ben een echte ‘Anglofiel’. Ik vind de mensen leuk, ze hebben veel humor en het land is beeld- en beeldschoon.”

Waarvoor mag je jou 's nachts wakker maken?

“Een lekker bord Chinees of een groot bord stampot met andijvie.”

Wat wil je zelf nog delen met de lezers?

“Ik wil ze vertellen wat ik aan het doen ben. Met mooie shows bezig zijn, waar ik de mooiste noten kan zingen. Mijn repertoire is zo uitgebreid dat ik dat tijdens mijn shows combineer met verhalen over mijn leven. En natuurlijk mijn decemberconcert in het Circustheater in Scheveningen: echt leuk dat jullie met Amstelring naar mijn show komen kijken!”

Het theaterconcert met René Froger is een voorbeeld van een van de dagtochten met Amstelring Ledenservice.

Tijdelijk een hulpmiddel nodig?



Word lid!



gratis uitleen **krukken, rollator en looprek**

Via Amstelring Ledenservice kunt u bij de Medipoint winkels naast gratis krukken nu ook gratis een standaard rollator of looprek lenen. Na de uitleenperiode van drie maanden kunt u -indien van toepassing- tot aankoop overgaan. U kunt deze hulpmiddelen kopen met 10% korting.

Deze korting van 10% geldt ook op de huur en aankoop van andere hulpmiddelen. Kom naar de thuiszorgwinkel in Amstelveen of Hoofddorp voor advies of bel met Medipoint: 088 - 10 20 100. De medewerkers helpen u graag verder.

**Winkeladressen:**

Amstelveen, Laan van de Helende Meesters 431
Hoofddorp, Raadhuisplein 300



HET GEMAK VAN ONZE MAALTIJDSERVICE!

Ruime keuze – Dieetmaaltijden – Gratis dieetadvies
Gratis bezorgd – Geen verplichtingen

Ontdek nu 5 heerlijke maaltijden voor slechts €19,95!

Slechts

€3,99

per maaltijd

Uw actiecode:

202 1912 1021



Runderlapje in jus



Nasi goreng met kipsate



Grootmoeders kippannetje



Runderhachee met rode kool



Macaronischotel

Direct bestellen:

0800 - 023 29 75

of ga naar www.apetito.nl/proefpakket

Ook natriumarm!
Informeer naar de mogelijkheden.

apetito

Geldig t/m 31-12-2020. Alleen voor nieuwe klanten.

Leden van Amstelring krijgen altijd **10%** korting op vervolgbestellingen.



Vriesvers van apetito, *puur en lekker!*

Invriezen is de meest natuurlijke vorm van conserveren en zorgt voor een optimaal behoud van voedingsstoffen in maaltijden. Met de maaltijden van apetito bent u altijd zeker van een puur product zonder conserveringsmiddelen.

De maaltijden worden na het koken in zeer korte tijd ingevroren en zijn op dat moment ongeveer 80% gaar. De rest gebeurt in uw keuken! Zo blijft alles voedzaam en lekker. Een extra voordeel is de flexibiliteit die u

heeft door de lange houdbaarheid, u eet wanneer u wilt! De maaltijden worden op een vaste dag en tijd bij u thuisbezorgd, zonder verplichtingen of abonnement. Bestel wanneer u dat wilt.

Kortom; kiest u voor puur en lekker?
Dan kiest u voor apetito!

Voor meer informatie of een bestelling;
bel gratis 0800 - 023 2975 of kijk op
www.apetito-shop.nl.



Proef met Boodschappenservice *aan huis*

Uw boodschappen thuisbezorgd

Soms zijn er situaties waarbij u geen tijd, zin of mogelijkheid heeft om de wekelijkse boodschappen te doen. Als proef maakt apetito het u mogelijk om eenvoudig online uw boodschappen te bestellen en die thuis te laten bezorgen. U heeft de keuze uit meer dan 5.000 artikelen!

Ruim assortiment

U kunt kiezen uit meer dan 5.000 artikelen, natuurlijk alle A-merken maar ook huismerken. Van broodbeleg, zuivel, vleeswaren en drank tot droge kruidenierswaren.

Maar ook verse groente, fruit en allerhande gangbare supermarkttartikelen zoals schoonmaakmiddelen of een keukenrol. Naast dit assortiment bieden wij u een selectie unieke koolhydraatarme, eiwit verrijkte en eiwitrijke producten.





Kosten

- U betaalt altijd de meest actuele prijs en dus nooit teveel
- Gratis bezorgen vanaf € 50,- aan boodschappen
- Bezorgkosten à € 5,95 bij minder dan € 50,- aan boodschappen

Ledenvoordeel:

- Deze dienst is exclusief voor leden woonachtig in het werkgebied van Amstelring

Voor meer informatie

bel apetito 0800 - 023 29 75 (gratis)





GeZZond Check: *persoonlijk advies over uw levensstijl*

Bent u verzekerd bij Zorg en Zekerheid, en wilt u uw gezondheid laten controleren? Of advies over voeding en bewegen? Doe dan de GeZZond Check! Uw gezondheid wordt bekeken en gecontroleerd door professionele verpleegkundigen van Amstelring.

Ook krijgt u een persoonlijk advies op maat over een gezonde leefstijl.

Maak een afspraak voor de GeZZond Check

- door gediplomeerde verpleegkundigen van Amstelring
- controle van onder andere bloeddruk, bloedsuikerspiegel en cholesterol
- lichamelijke ongemakken vroegtijdig opsporen
- adviezen voor een gezonde leefstijl

Prijs zonder ledenvoordeel: € 99,75

Ledenprijs: € 77,50

Afspraak maken?

Bel: 020 - 333 5100. Onze ledenconsulenten staan u op werkdagen van 08.30 uur - 17.00 uur graag te woord!

Vergoeding verzekering

De GeZZond Check is eenmaal per 2 jaar gratis voor aanvullend verzekerden van Zorg en Zekerheid. Vanuit de aanvullende verzekeringen AV-GeZZin Compact en AV-Gemak geldt geen vergoeding.



Dienstenpakket

Het dienstenpakket van Amstelring Ledenservice bestaat uit een uitgebreid en gevarieerd aanbod. Op de hierna volgende pagina's vindt u deze onderverdeeld in de volgende rubrieken:

- Gemak aan huis
- Huis & Tuin
- Gezond & Bewegen
- Eropuit
- Zwangerschap & Kinderen
- Verzekeringen & Autorijden

De diensten en cursussen onder deze rubrieken vindt u ook zo terug op onze website www.amstelringledenservice.nl. Hier vindt u altijd de actuele informatie.

Amstelring Ledenservice is actief in de regio Amstelland & Meerlanden* en Amsterdam. De diensten aan huis komen in deze regio bij u aan huis. Een aantal diensten heeft een landelijke dekking.

Indien van toepassing staat dit vermeld bij de betreffende dienst.

Lees snel verder hoe u maximaal voordeel kunt halen uit uw lidmaatschap!

*bestaande uit de gemeenten: Haarlemmermeer, Amstelveen, Aalsmeer, Uithoorn, Ouder-Amstel en Diemen



Audicien aan huis

Gratis gehoortest en vrijblijvend hooradvies op maat.

Prijs:

afhankelijk van uw wensen.
Voorrijkosten € 36,-

Ledenvoordeel:

- geen voorrijkosten tijdens de proefperiode
- bij aanschaf hoortoestel een gratis schoonmaakset



Belastingaangifte aan huis

Uw belastingaangifte vakkundig verzorgd.
Ook hulp bij de administratie mogelijk.

Prijs:

- € 50,- per uur
- voorrijkosten € 10,-
- parkeerkosten voor rekening van de klant

Ledenvoordeel:

- geen voorrijkosten
- eenvoudige aangiften zonder huisbezoek:
tegen gereduceerd tarief op aanvraag



Budgetcoach aan huis

Uw financiën weer op orde.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- € 55,- per uur
- Gratis vrijblijvend intakegesprek
- Geen reiskosten binnen het werkg gebied van Amstelring Ledenservice

Ledenprijs:

- € 50,- per uur



Kapper aan huis

Alle behandelingen van ervaren kappers en barbier voordelig bij u thuis.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- knippen vanaf € 15,30 (65+)

Ledenprijs:

- knippen vanaf € 15,- (65+)

Kijk voor overige tarieven op www.amstelringledenservice.nl.



Landelijke dienst

Kleding aan huis



Van klassiek tot modieus, voor dames en heren.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- bijvoorbeeld T-shirt, blouse vanaf € 49,95
- overhemd vanaf € 39,95

Ledenvoordeel:

- 5% korting op de gehele collectie

Nabestaandenzorg aan huis

In een levenstestament beschrijft u wie uw financiële, medische en persoonlijke zaken regelt als u dit zelf niet meer kunt.

Levenstestament inclusief notariskosten:

Prijs zonder ledenvoordeel: € 295,-

Ledenprijs: € 285,-

Overige tarieven op aanvraag.



Nationaal Ouderenfonds: Match

Bent u op zoek naar gezelschap thuis of om samen met iemand iets te ondernemen?

Goed nieuws!

Ouderenfonds Match gaat voor u op zoek naar een vrijwilliger.

Aanmelden? Bel 020 - 333 5100



GRATIS

Opticien aan huis

Gratis deskundige oogmeting, keuze uit een ruim assortiment brillen.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- afhankelijk van uw wensen en aankoop
- geen voorrijkosten en aankoopverplichting

Ledenvoordeel:

- 10% korting bij de aanschaf van een montuur of glazen
- gratis brillenkoker, kleine reparaties en bijstellingen

Landelijke dienst



Pedicure aan huis



Professionele voetverzorging aan huis, ook bij reuma en diabetes.

Niet-leden prijs

Basisbehandeling

€ 33,45

Reuma- en

diabetesbehandeling

€ 36,65

Ledenprijs

€ 30,10

€ 33,-

Landelijke dienst

Saar aan huis

Aanvullende mantelzorg aan huis, waardoor u zelfstandig en prettig thuis kunt blijven wonen en zelf de regie behoudt over uw leven.

Prijs zonder ledenvoordeel:

vanaf € 23,- per uur

Ledenvoordeel:

5% korting op het uurtarief



Proef Boodschappenservice aan huis

Bestel in onze proef eenvoudig online uw boodschappen en laat deze thuis bezorgen.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- bezorgkosten € 5,95
- geen bezorgkosten bij een bestelling van meer dan € 50,-

Ledenvoordeel:

- exclusief voor leden woonachtig in het werkgebied van Amsteling



Schoonheids- specialiste aan huis



Geniet thuis van een ontspannende schoonheidsbehandeling of manicure.

Prijs zonder ledenvoordeel:

Vanaf € 48,70

Ledenvoordeel:

10% korting

Tablet voor Ouderen

Eenvoudig een foto en bericht ontvangen of beeldbellen met uw familie.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- aanschaf van de tablet: € 299,-
- maandabonnement: vanaf € 12,95

Ledenvoordeel:

10% korting op het maandabonnement



Vriesverse maaltijden aan huis

Lekkere en verantwoorde maaltijden, groot assortiment, dieetvormen mogelijk.

Prijs zonder ledenvoordeel:

vanaf € 5,69 per maaltijd

Ledenprijs:

vanaf € 5,12 per maaltijd

Proefpakket:

€ 19,95 voor 5 maaltijden
(geen extra ledenvoordeel)

Landelijke dienst



Warme maaltijden aan huis

Lekkere en gevarieerde warme maaltijden, dagelijks thuisbezorgd.

Prijs zonder ledenvoordeel:

€ 9,55 per maaltijd

Ledenvoordeel:

€ 8,60 per maaltijd

Probeeractie:

3 maaltijden voor € 6,99 per maaltijd
(geen extra ledenvoordeel)

Bezorging in Amstelveen, deel van Amsterdam,
Duivendrecht en Ouderkerk a/d Amstel.

Wasservice aan huis

Geen omkijken meer naar uw dagelijkse was.

Prijs zonder ledenvoordeel:

€18,95 per waszak*

Ledenvoordeel:

€17,95 per waszak*

* Een volle waszak staat gelijk aan 5 kilo wasgoed.



Aanmeldformulier

Lidmaatschap Amstelring Ledenservice

Persoonlijke gegevens

Volledige naam: _____ m/v

Voorletter(s): _____ Geb.datum: _____

Naam van de partner: _____ m/v

Voorletter(s): _____ Geb.datum: _____

Adres: _____ Huisnummer: _____

Postcode: _____ Woonplaats: _____

Telefoon: _____ Mobiel: _____

E-mailadres: _____

Rekeningnummer (IBAN): _____

- Ik verleen Amstelring Ledenservice hierbij machtiging om tot wederopzegging het contributiebedrag voor het lidmaatschap van Amstelring Ledenservice per automatische incasso van mijn rekening af te schrijven. De contributie bedraagt € 22,- per jaar.
Incassant Amstelring ID : NL50ZZZ332991710000

Stuur deze beide pagina's op naar Amstelring Ledenservice, t.a.v. Ledenadministratie, Antwoordnummer 131, 1180 WB Amstelveen (postzegel niet nodig).

Overige leden huishouden:

Naam	Voorletter(s)	Geb.datum	Geslacht
1			
2			
3			

Wil lid worden om: Medipoint Thuiszorgwinkel Anders, nl: _____

Het Ledenmagazine Amstelring Plus wordt 4 maal per jaar per post thuisgestuurd.

Hoe wilt u overige informatie van Amstelring Ledenservice ontvangen?

- Per post
- Digitaal per e-mail

Op deze verbintenis zijn de Algemene Voorwaarden van toepassing. Deze kunt u vinden op onze website www.amstelringledenservice.nl. Bij ondertekening van dit aanmeldformulier, verklaart u zich akkoord met de inhoud van deze algemene voorwaarden.

Datum:

Handtekening:

Dierenhotel Pocahondas



Een liefdevol logeeradres voor uw huisdier.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- honden vanaf € 15,- per dag
- katten vanaf € 11,- per dag

Ledenvoordeel:

- 10% korting op de standaard verblijfskosten
- gratis proefdag voor leden

Honden Dagopvang

Zorgzame dagopvang voor uw hond, voor als u werkt of eens een dagje weg wilt.

Prijs:

€ 12,- per dag van 8.00 tot 18.00 uur

Ledenvoordeel:

- 10% korting: € 10,80 per dag
- gratis proefdag voor leden mogelijk



Dierenarts aan huis

Medische zorg aan huis voor uw hond, kat en kleine huisdieren.

Prijs zonder ledenvoordeel:

op aanvraag

Ledenvoordeel:

10% korting bij bezoek aan huis en in de praktijk.



Matrasreiniging aan huis

Een gezonde nachtrust met een schoon matras.

Prijs zonder ledenvoordeel

Eenpersoonsmatras	€ 37,50	€ 30,-
Tweepersoonsmatras	€ 62,50	€ 50,-
Topdekmatras	€ 52,50	€ 42,-

Ledenprijs

Ledenvoordeel:

gratis reiniging van het hoofdkussen



Klusjesman aan huis



Betrouwbare vakman voor alle klussen in en om het huis.

Prijs zonder ledenvoordeel:

€ 44,17 per uur

Ledenprijs: € 39,75 per uur

- voorrijkosten: € 15,50
- prijzen zijn exclusief btw

Personenalarmering

In geval van nood altijd hulp binnen handbereik.

Prijs zonder ledenvoordeel:

op aanvraag, afhankelijk van vergoedingen van verzekeraar en gemeente.

Ledenvoordeel:

1e maand volledig gratis, inclusief professionele alarmopvolging.



Schilder aan huis

Professioneel schilderwerk met een duurzaam resultaat.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- op basis van offerte
- offertekosten: € 20,- (vervalt bij uitvoering van de opdracht)
- kleinere klussen: € 40,- per uur

Ledenvoordeel:

10% korting op de factuur



Slotenmaker aan huis



Voor de installatie van hang- en sluitwerk, 24/7 calamiteitenservice en inbraakbeveiliging.

Prijs zonder ledenvoordeel:

op aanvraag

Ledenvoordeel:

- 25% korting op de 24/7 calamiteitenservice
- 30% korting op inbraakbeveiliging



Tuinman



Tuinaanleg, renovatie en vakkundig onderhoud van uw tuin.

Prijs zonder ledenvoordeel:

vanaf € 51,20 per uur, afhankelijk van de klus

Ledenprijs:

- vanaf € 48,75 per uur
- 5% korting op materialen
- prijzen per uur per medewerker, incl. btw

Verhuisservice

Uw verhuizing, groot of klein, vakkundig geregeld.

Prijsindicatie zonder ledenvoordeel:

middelgrote verhuizing: ca. € 1.535,-
inpakken: ca. € 460,-
specialistische werkzaamheden: € 48,- per uur

De exacte prijs is afhankelijk van uw opdracht.

Ledenvoordeel:

12,5% korting



Inboedelruiming en opruimen

Praktische hulp bij Inboedelruiming of opruimen.

Niet-leden prijs

Inboedelruiming
3-kamer appartement:
ca. € 999,-

Ledenprijs

ca. € 899,-

Opruimcoach
€ 59,50 per uur

€ 53,50 per uur

De exacte prijs is afhankelijk van uw opdracht.



Let op: voor deze cursussen geldt dat u alléén ledenkorting ontvangt als u zich aanmeldt via de website www.amstelringledenservice.nl.

Cursus EHBO bij Volwassenen

Leer de meest voorkomende letsels te behandelen en reanimeren.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 99,95

Ledenprijs: € 82,45

Duur: 4-6 uur online theorie,
1 x 4 uur praktijks



Herhalingscursus EHBO bij Volwassenen



Zorg ervoor dat uw kennis niet wegzakt en volg de herhalingscursus EHBO bij Volwassenen.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 84,95

Ledenprijs: € 77,45

Cursus Reanimatie bij Volwassenen



Leer reanimeren en het gebruik van de AED bij volwassenen.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 59,95

Ledenprijs € 54,95



Online cursus voor Mantelzorgers

Prijs zonder ledenvoordeel: **Ledenprijs:**

Complete cursus

(5 modules): € 49,95 € 45,-

Per module: € 12,50 € 11,-

Let op: voor deze online cursus geldt dat u alléén ledenkorting ontvangt als u zich aanmeldt via de website www.amstelringledenservice.nl.



Hardloopclub



In uw eigen tempo onder begeleiding hardlopen of sportief wandelen.

Prijs: € 108,- per jaar

Ledenprijs: € 81,- per jaar

Duur: 1 x per week op zaterdagochtend van 8.00-9.00 uur

Waar: Amsterdamse Bos

GeZZond Check

Persoonlijk advies over uw leefstijl.

Prijs: € 99,75

Ledenvoordeel: € 77,25

(zie blz. 16)



Vanaf 1-1-2020 eens per 2 jaar volledig vergoed voor aanvullend verzekerden bij Zorg en Zekerheid. Vanuit de AV-GeZZin Compact en vanuit de AV-Gemak geldt geen vergoeding.



Voetreflextherapie

Op natuurlijke wijze herstellen van uw klachten. Een heerlijke ontspanning voor lichaam en geest.

Prijs zonder ledenvoordeel:

vanaf € 58,50 per uur

Ledenvoordeel:

€ 6,- korting op de eerste 3 consulten

Waar: Badhoevedorp, Hoofddorp, Nieuw-Vennep en Vrouwenakker



Podoloog

Advies en corrigerende zooltjes bij voetklachten.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- eenmalig onderzoek of second opinion: € 54,-
- overige tarieven afhankelijk van de vraag

Ledenprijs:

- eenmalig onderzoek of second opinion: € 14,50
- 5% korting op overige tarieven



Fysiotherapie aan huis

Kunt u niet naar de praktijk komen?
Dan komt de fysiotherapeut bij u aan huis.

Prijs zonder ledenvoordeel:

€ 51,- per behandeling, inclusief voorrijkosten

Ledenprijs: € 48,45

Halotherapie

Ervaar de zuiverende werking van zouttherapie.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- proefsessie € 8,- . Gratis bij afname van 5-, 10- of 20-strippenkaart
- diverse abonnementen en strippenkaarten mogelijk

Ledenvoordeel:

eenmalig 20% extra sessies

EROPUIT

Let op: voor alle locaties geldt dat u bij gebruik van de actiecode bij aanvang van de voorstelling uw Amstelring-ledenpas dient te kunnen tonen. Als u deze niet kunt tonen, wordt het normale bedrag alsnog in rekening gebracht.

Cinema Amstelveen

Geniet vanuit uw bioscoopstoel van Arts in Cinema (Kijk op Kunst) of The Royal Opera of Ballet House London met Amstelring ledenkorting in Cinema Amstelveen.

Kijk voor meer informatie op www.amstelring.nl/cinema



Cobra Museum



Kom in Het Cobra Museum alles te weten over de Cobra beweging met collectiepresentaties en thematentoonstellingen met onder meer Frida Kahlo, Salvador Dali en René Magritte.

Prijs: € 15,-

Ledenvoordeel: 50% korting op vertoon van uw ledenpas

Kijk voor meer informatie op www.amstelring.nl/cobra



Schouwburg De Meerse Hoofddorp



Breng een bezoek aan dit sfeervolle theater, met ledenvoordeel op een aantal geselecteerde voorstellingen.

Prijs: afhankelijk van de voorstelling, kijk op www.amstelring.nl/meerse

Ledenvoordeel: Gratis een kopje koffie met gebak

Klassieke Concerten

Beleef prachtige concerten in een van de historische kerken in Nederland of in het Concertgebouw in Amsterdam.

Prijs: ca. € 72,50 per ticket

Ledenvoordeel: minimaal 50% korting, u betaalt vanaf € 34,95 per ticket

Kijk voor meer informatie op www.amstelring.nl/klassiekeconcerten



Het Concertgebouw Amsterdam

Beleef een bijzonder middagconcert in de mooiste concertzaal van Nederland (doordeweeks).

Prijs: afhankelijk van het concert, kijk op www.amstelring.nl/concertgebouw

Ledenvoordeel:
30% korting per ticket



JMW á la Carte

Voor leden van het JMW Benjamin Servicepakket uit eten bij onderstaande kosjere restaurants in Amsterdam:

Zorgcentrum Beth Shalom; en Golan Restaurant en Grillhouse

Prijs zonder ledenvoordeel: prijs afhankelijk van uw keuze

Ledenprijs JMW-lid: minimaal €2,50 ledenkorting

Kijk voor meer informatie op www.amstelring.nl/jmw



CultuurWerkt!-abonnement

Bezoekt u wel eens een musical of het theater? Profiteer nu van aantrekkelijke kortingen tot 60% op kunst en cultuur met het aanvullende abonnement voor CultuurWerkt!

Prijs: € 7,50 per theaterseizoen

Kijk voor meer informatie op www.amstelring.nl/cultuurwerkt



Exclusief voor leden

Vakantiehôtel Der Brabander

Op slechts 2 uurtjes van de grens op een prachtige locatie in het bekende Winterberg vindt u het gezellige familiehotel "Der Brabander". De familie Meurs verzorgt al ruim 33 jaar een onvergetelijk verblijf waar kwaliteit & gezelligheid hoog in het vaandel staan.

Kijk op www.amstelring.nl/brabander voor exclusieve ledenkorting.



Let op: Voor de EHBO-cursussen geldt dat u alléén ledenkorting ontvangt als u zich aanmeldt via de website www.amstelringledenservice.nl.

Bevallingscursus Samen bevalt beter!



Voorbereiding op de bevalling voor beide ouders.

Prijs zonder ledenvoordeel:

per stel: € 48,-

Ledenprijs: per stel: € 40,80

Duur: 1 bijeenkomst van 2 uur en 45 minuten vóór de bevalling

Waar: Uithoorn

Online cursus eerste hulp aan Kinderen

Korte online cursus over de meest voorkomende ongelukjes bij kinderen.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 29,95

Ledenprijs: € 12,95

Duur: 2 tot 3 uur online theorie



Zwangerschapscursus

Praktische voorbereiding rond zwangerschap en bevalling.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 165,-

Ledenprijs: € 140,25

Duur:

- 6 bijeenkomsten van 1,5 uur vóór de bevalling
- 1 bijeenkomst van 1,5 uur ná de bevalling

Waar: Uithoorn



Let op: Voor de EHBO-cursussen geldt dat u alléén ledenkorting ontvangt als u zich aanmeldt via de website www.amstelringledenservice.nl.

Cursus EHBO bij Baby's en Kinderen

Leer eerste hulp verlenen aan baby's en kinderen.

Prijs zonder ledenvoordeel:

€ 99,95

Ledenprijs:

€ 82,45

Duur:

- 4-6 uur online theorie
- 1 x 4 uur praktijkles



Herhalingscursus EHBO bij Baby's en Kinderen

Houd uw kennis op peil met de herhalingscursus.

Prijs zonder ledenvoordeel:

€ 84,95

Ledenprijs:

€ 77,45

Duur:

- 3-5 uur online theorie
- 1 x 4 uur praktijkles



Let op: Voor de EHBO-cursussen geldt dat u alléén ledenkorting ontvangt als u zich aanmeldt via de website www.amstelringledenservice.nl.

Cursus EHBO voor Gastouders

Cursus EHBO speciaal voor gastouders, met certificaat van Het Oranje Kruis.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 109,95

Ledenprijs: € 92,45

Duur: • 4-6 uur online theorie
• 1 x 4 uur praktijkles



Cursus EHBO voor Gastouders Herhaling

Volg elke 2 jaar de herhalingscursus, inclusief certificaat van Het Oranje Kruis.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 94,95

Ledenprijs: € 87,45

Duur: • 3-5 uur online theorie
• 1 x 4 uur praktijkles



Korting op uw zorgverzekering

De collectiviteitskorting bij de zorgverzekeraars is landelijk te gebruiken.

Zorg en Zekerheid

Ledenvoordeel:

- **Gratis** GeZZond Check voor aanvullend verzekerden (m.u.v. AV-GeZZin Compact en AV-Gemak)
- 2% korting op basisverzekering
- 7% korting op aanvullende verzekeringen
- Winkels in Hoofddorp, Leiden en Alphen a/d Rijn

- In veel aanvullende verzekeringen een vergoeding voor preventieve cursussen via Amstelring

Collectiviteitsnummer: 6224

Meer informatie?

zorgenzekerheid.nl/ledenservice of bel 071-5 825 550



VGZ Zorgverzekering

Ledenvoordeel:

- Vergoeding lidmaatschap t.w.v. € 22,- bij het afsluiten van een aanvullende verzekering
- 8% korting op de basisverzekeringen Ruime en Eigen Keuze
- 15% korting op de aanvullende verzekeringen VGZ Zorgt Goed, Beter, Best
- Ruime vergoedingen fysiotherapie en mantelzorg
- Preventiebudget trainingen/cursussen

Collectiviteitsnummer: 15718

Meer informatie?

www.vgz.nl/amstelringledenservice
of bel 0900-0750



Zilveren Kruis Zorgverzekering

Ledenvoordeel:

- 5% korting op de basisverzekering
- 10% korting op alle aanvullende en tandartsverzekeringen
- gratis pakket Extra Aanvullend Thuiszorg met extra vergoedingen
- gratis advies van de Zorgcoach

Collectiviteitsnummer: 207008668

Meer informatie?

Bel 071-751 00 25



Rijbewijskeuring



**Prijs zonder
ledenvoordeel:**

Ledenprijs:

Rijbewijskeuring voor 75+:

€ 50,-

€ 40,-

Keuring voor beroepschauffeurs:

€ 70,-

€ 60,-

Waar: door heel Nederland



**Voor iedereen die graag
stoer op pad gaat**



Bovenkerkerweg 43 • 1185 XA Amstelveen
020 - 64 15 308 • info@schiedon.nl
www.schiedon.nl

Caravan/aanhangwagen Opfriscursus ANWB



Optimaliseer in 1 dag uw techniek voor het rijden met een caravan.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 116,50

Ledenprijs: € 104,-

Duur: 1 training van 2 uur

Waar: in overleg



Automakelaar aan huis

Koop of verkoop uw auto met
betrouwbare hulp.

Bemiddelingstarief

Waarde tot € 10.000,-: € 350,-

Waarde tot € 20.000,-: € 450,-

Waarde hoger dan € 20.000,-: € 550,-

Ledenprijs

10% korting op het bemiddelingstarief.



Opfriscursus Autorijden ANWB

Leer de nieuwe eisen van het moderne verkeer en rij veiliger en zuiniger in 1,5 uur!

Prijs zonder ledenvoordeel: € 110,-

Ledenprijs: € 89,50

Duur: 1 training van 1,5 uur

Waar: in overleg



Rijzeker Training ANWB

Overwin uw rijangst en voel u weer zeker op de weg.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 166,25

Ledenprijs: € 146,25

Duur: 1 training van 2,5 uur

Waar: in overleg



Kijk op www.mantelzorgenmeer.nl voor meer aanbod en aanmelding!
Mail naar info@mantelzorgenmeer.nl of bel 020-333 53 53.

Let op: Als de prijs een belemmering vormt om deel te nemen aan een cursus, neem dan contact op Mantelzorg & Meer.

Cursus omgaan met dementie

Meer inzicht en tips voor het omgaan met uw partner of ouder met dementie.

	Prijs	Ledenprijs
Partners 6 x 2 uur	€ 60,-	€ 48,-
Kinderen 2 x 2 uur	€ 20,-	€ 16,-



Netwerkcoach

Wilt u meer gezelligheid, contact of meer activiteiten ondernemen? De netwerkcoach helpt en stimuleert u bij het vergroten van uw netwerk.

Prijs: gratis



Gespreksgroepen

Vind herkenning, erkenning en steun. Voor mantelzorgers van iemand met:

- een chronische ziekte of beperking
- dementie
- Parkinson
- psychische klachten

Prijs: gratis



Cursus samen omgaan met een chronische ziekte, PPEP4ALL

Deze cursus biedt u en uw zieke partner handvatten die de kwaliteit van leven positief beïnvloeden. U volgt de cursus gelijktijdig in 2 aparte groepen.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 80,-
Ledenprijs: € 64,-
Duur: 8 x 1,5 uur



Mantelzorgmakelaar



De mantelzorgmakelaar denkt mee, zoekt oplossingen en kan regeltaken van u overnemen op het gebied van zorg, hulp, indicatie, werk en financiën.

Prijs: gratis

Cursus omgaan met Niet Aangeboren Hersenletsel

Meer inzicht in en tips voor het omgaan met uw naaste met Niet Aangeboren Hersenletsel.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 50,-
Ledenprijs: € 40,-
Duur: 5 x 2 uur



TREFWOORDENREGISTER

Aanmeldformulier lidmaatschap	24, 25	Kapper aan huis	19
Audicien aan huis	18	Klassieke Concerten	5, 35
Automakelaar aan huis	4, 42	Kleding aan huis	19
Belastingaangifte aan huis	18	Klusjesman aan huis	5, 27
Bevallingscursus Samen bevalt beter!	37	Leden aan het woord	4, 5
Boodschappenservice aan huis (proef) Nieuw!	14, 22	Mantelzorgmakelaar	45
Budgetcoach aan huis	19	Matrasreiniging aan huis	27
Caravan/aanhangwagen opfriscursus		Nabestaandenzorg aan huis	20
ANWB Nieuw!	42	Nationaal Ouderenfonds: Match	20
Cinema Amstelveen	34	Netwerkcoach	44
Cobra Museum Nieuw!	34	Online cursus eerste hulp aan Kinderen	37
Concertgebouw Amsterdam	35	Online cursus voor Mantelzorgers	31
CultuurWerkt!	36	Opfriscursus Autorijden ANWB	43
Cursus EHBO bij Baby's en Kinderen	38	Opticien aan huis	21
Cursus EHBO bij Volwassenen	30	Pedicure aan huis	21
Cursus EHBO voor Gastouders	39	Personalarmering	27
Cursus EHBO voor Gastouders herhaling	39	Podoloog	32
Cursus omgaan met dementie	44	Rijbewijskeuring	41
Cursus omgaan met niet aangeboren hersenletsel	45	Rijzeker Training ANWB	43
Cursus Reanimatie bij Volwassenen Nieuw!	30	Saar aan huis	21
Cursus samen omgaan met een chronische ziekte,		Schilder aan huis	28
PREP4ALL	45	Schoonheidsspecialiste aan huis	22
Dagtochten	6, 7	Schouwburg De Meerse Hoofddorp	34
Dierenarts aan huis Nieuw!	26	Slotenmaker aan huis Nieuw!	28
Dierenhotel Pocahontas	26	Tablet voor Ouderen	22
Fysiotherapie	33	Tuinman	5, 28
Gespreksgroepen	44	Vakantiehôtel Der Brabander Nieuw!	36
GeZZond Check	16, 31	Verhuisservice	29
Halotherapie	33	Voetreflextherapie	32
Hardloopclub	31	Vragenvuurtje	8, 9
Herhalingscursus EHBO bij Baby's en Kinderen	38	Vriesverse maaltijden van appetito	13, 23
Herhalingscursus EHBO bij Volwassenen	30	Warme maaltijden aan huis	23
Honden Dagopvang	26	Wasservice aan huis	23
Hulpmiddelen	10, 11, 48	Zorgverzekering VGZ	40
Inboedelruiming en opruimen	4, 29	Zorgverzekering Zilveren Kruis	40
Informatie lidmaatschap	2, 3	Zorgverzekering Zorg en Zekerheid	40
JMW à la Carte	36	Zwangerschapskursus	37



Oplage 50.000 ex.

Hoofdredacteur Ellen Ahrens

Redactie Conny van Kessel, Karin Luttenberg,
Saskia Zaal

Samenstelling en realisatie

Communicatieweg 1, 3641 SG Mijdrecht,
www.boomverweij.nl

Aan dit nummer werkten mee René Froger

Vormgeving Think next level, Mijdrecht

Lidmaatschap contributie € 22,- per kalenderjaar
per huishouden op basis van automatische incasso.

Opzeggen lidmaatschap, adreswijzigingen of
wijzigingen in betalingswijze doorgeven tijdens
kantooruren via telefoonnummer **020 - 333 5100**,
per post: **Amstelring Ledenservice, postbus 2318,**
1180 EH Amstelveen of via de mail
ledenservice@amstelring.nl.

Niets uit deze uitgave mag op welke wijze dan ook
worden veelevoudigd zonder voorafgaande
toestemming van de redactie.

De redactie is niet aansprakelijk voor druk- en zetfouten
en foutieve prijsvermelding. Amstelring ledenservice
is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de
geplaatste advertenties. **Beëindiging lidmaatschap**
U kunt uw lidmaatschap maandelijks schriftelijk op-
zeggen met één maand opzegtermijn. De contributie
wordt echter per jaar geheven. Datum van aanmelding
is daarbij het uitgangspunt. Bij beëindiging van het
lidmaatschap vindt geen terugbetaling plaats van de
contributie (of een deel daarvan).

1 loket voor alle zorghulpmiddelen



De hulpmiddelen van Medipoint zorgen voor bewegingsvrijheid en zelfredzaamheid. Medipoint | Thuiszorgwinkels Amstelring heeft een breed assortiment zorg- en welzijnshulpmiddelen. Of het nu gaat om advies, lenen, huren of kopen: bij Medipoint kan iedereen terecht met zijn zorgvragen.

Ledenvoordeel

Bent u lid van Amstelring Ledenservice? Dan kunt u met het hele gezin gratis de volgende hulpmiddelen lenen gedurende 3 maanden per jaar:

- krukken
- rollator
- looprek

Bovendien ontvangt u 10% korting op het hele assortiment.

Medipoint | Thuiszorgwinkels Amstelring Amstelveen

(1186 DK): Laan v/d Helende Meesters 431
ma t/m vr: 08.30 - 17.00 uur

Hoofddorp

(2132 TZ): Raadhuisplein 300
ma: 12.00 - 17.30 uur, di t/m vr: 09.00 - 17.30 uur

Kijk voor alle winkels en uitleenpunten op:
www.medipoint.nl/winkels of bel naar:
088 - 10 20 100

