
AMSTELRING LEDENSERVICE

BEWAARSPECIAL



DIENSTENPAKKET

2021

Amstelring Ledenservice *zorgt dat het kan!*

Wij zorgen dat uw leven nét dat beetje makkelijker wordt. Van de professionele kapper aan huis tot een gezellig dagje uit en van hulp met de belastingen tot een kundige klusjesman. Wij maken het leven van onze leden net iets aangenamer. En het mooie: iedereen kan lid worden!



Met onze diensten op maat kunnen mensen langer zelfstandig wonen of, ondanks die drukke baan, bepaalde zaken toch geregeld hebben. Vanuit hun eigen huis kunnen leden gebruikmaken van onze service en diensten. Het brede aanbod heeft één rode draad. Alles is uitstekend geregeld en betrouwbaar. Iedereen die namens ons bij u thuis komt is in het bezit van een VOG én een partnerpas. Zo weet u zeker dat het goed zit.

Voor de leden

Amstelring Ledenservice zorgt voor haar leden. Van een luisterend oor tot het wegwijs maken in zorgland. Met één belletje is vaak al veel op te lossen en te regelen. En de medewerkers van Amstelring

Ledenservice zetten graag dat stapje extra om u volledig te ontzorgen. U kunt op ze rekenen!

Wij zijn er voor jong en oud. Of het nou is omdat het zelfstandig niet meer lukt of omdat het gewone leven al veel te druk is met die veeleisende baan of het drukke gezin; het is toch fijn als die lastige, zware en tijdrovende klusjes voor u worden gedaan? En de kapper of pedicure aan huis is écht genieten. U heeft het verdiend.

Naast de diensten aan huis verzorgen we ook geweldige dagtochten en andere uitjes. Van varen in Giethoorn tot een theaterbezoek. Heerlijk er even tussenuit.



Alles is tot in de puntjes geregeld, u hoeft zich nergens zorgen over te maken. Gewoon lekker genieten!

Amstelring

U vindt bij ons altijd een dienst die bij u past. Want wij zijn er voor u. Warm en behulpzaam. Begripvol en persoonlijk. We zijn onderdeel van Amstelring, dé aanbieder van liefdevolle zorg in Amsterdam en de regio Amstelland Meerlanden.

Wij zijn Amstelring Ledenservice. Ons doel: uw leven net een beetje makkelijker en aangenamer maken. Zodat u alles uit het leven kunt halen. Wij zorgen dat het kan!

Waarom worden mensen lid?

- voordelige en gezellige dagtochten
- ledenkorting op cursussen, diensten (aan huis) en bij diverse theaters

- gratis krukken, looprekken en rollators lenen
- 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 en 1x per jaar de Bewaarspecial
- 1 lidmaatschap voor het hele gezin voor slechts € 22,- per jaar

Aanmelden lidmaatschap of dienst

Kijk voor informatie of aanmelden voor een dienst of cursus op www.amstelringledenservice.nl. Heeft u vragen? Bel 020 - 333 5100 of mail naar ledenservice@amstelring.nl. Wij staan op werkdagen van 08.30 uur tot 17.00 uur voor u klaar!

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

Leden vertellen over hun ervaring met een van onze met een
van onze diensten en cursussen



◀ Halotherapie

Lia van Bakelen (68): “Vanwege chronische voorhoofdholte ontstekingen kwam ik uit bij Halotherapie (Zouttherapie), een therapie die mijn huisarts ondersteunt. Na drie sessies merkte ik al verandering. In het begin ging ik twee keer per week, later ging ik over naar een keer per week. Ik zocht naar een balans om met Halotherapie mijn klachten op een beter niveau te houden. Het geeft mijn immuunsysteem een enorme boost. Irina Farber, eigenaresse van praktijk Saltium, wees mij op de ledenkorting van Amstelring Ledenservice. De sfeer bij Saltium is echt heel fijn. Alleen daarom zou je er al naartoe gaan.”

▶ Nabestaandenzorg aan huis

Mevrouw Ter Brake (77): “Via een levens-testament heb ik officieel vastgelegd dat mijn dochter mijn financiële zaken regelt en mijn zoon mijn medische zaken. Mijn zoon gaat nu al mee met ziekenhuisbezoeken, omdat ik alle informatie niet zo snel meer bevat. Mocht ik bijvoorbeeld bij een ongeluk langdurig buiten bewustzijn raken of op een andere manier niet zelf beslissingen kunnen nemen, dan lopen de financiële en medische besognes en mijn persoonlijke verzorging via mijn kinderen gewoon door. Dat is voor mij wel zo'n geruststellend idee.”



► **Hardlopen en Sportief wandelen**

Kunie ter Horst (48): "Sinds vier jaar loop ik mee met de Hardloopleub. Daarvoor deed ik dat voor mezelf. Samen is zoveel gezelliger. Je hebt het leuk met elkaar, je trekt je aan elkaar op, maar wel op de manier zoals je dat zelf wilt. De verschillende trainers wisselen de lessen met elkaar af, waardoor er altijd variatie in de lessen zit. Ik kan me voorstellen dat mensen denken: 'Wie gaat er in hemelsnaam op zaterdagochtend om 08.00 uur in het bos sporten? En dat hardlopen niet het eerste is wat in je opkomt als je jonge kinderen hebt. Zelf heb ik ook nog jonge kinderen en toch, geloof me, het is zo de moeite waard!



In het bos lopen is al veel aantrekkelijker dan de ronde in mijn eigen omgeving. Het is een super begin van de dag en het weekend. Na afloop kletsen we even met elkaar en ik ga altijd met een voldaan gevoel weer naar huis."



◀ **Wasservice aan huis**

Esther Steenvoorden (43): "De aanleiding voor mij om de Wasservice in te schakelen was de coronaperiode. Met drie kinderen heb ik een druk gezin. Ik ben echt super tevreden over Slenders Wasserij Stomerij waarmee al snel een persoonlijk contact is ontstaan. Elke vrijdagochtend is de chauffeur er rond 09.00 uur. Ik heb een keer een aanpassing laten doen, omdat ik overhemden liever op een hanger dan gevouwen ontvang. Je hoeft maar een keer iets te melden en je kunt erop vertrouwen dat Slenders het voortaan op die manier uitvoert."

Ontspan en geniet *tijdens een compleet verzorgd dagje uit!*

Beleef samen met anderen een heerlijke dag tijdens een van de vele, gezellige dagtochten die wij voor u verzorgen. Elk jaar zoeken wij de mooiste bestemmingen in Nederland voor u uit, zodat u onbezorgd een dagje op stap kunt.

Nieuwe mensen ontmoeten

Dhr. Massaro (71): "De dagtochten van Amstelring Ledenservice zijn altijd goed georganiseerd, gezellig en je ontmoet andere mensen. Je gaat mensen leren kennen, omdat je verschillende deelnemers vaker tijdens de dagtochten tegenkomt.

Mijn vrouw en ik hadden gewoon zin eens mee te gaan met de dagtocht naar Friesland. En Westerbork stond op ons lijstje om te bezoeken. Een indrukwekkend herinneringscentrum. Het was prettig om dit met een groep te doen, zodat we met elkaar in de bus op de terugweg verhalen konden uitwisselen.

De prijs voor de dagtochten vind ik heel aantrekkelijk. Helemaal als je bedenkt wat je daarvoor krijgt: vervoer, koffie/thee, inclusief lunch. Misschien zie ik u op een van de volgende dagtochten!"

Hulpmiddelen

Loopt u met een rollator? Vermeld dit bij de aanmelding, dan reserveren wij hiervoor een plaats in de touringcar. Zit u in een rolstoel? Neem dan contact op om te horen wat de mogelijkheden zijn.

Heeft u één op één begeleiding nodig, doordat u rolstoelgebonden of moeilijk ter been bent? Wij vragen u vriendelijk zelf voor persoonlijke begeleiding te zorgen.

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 persoonlijke spaarkaart mee te nemen.



Dhr. Massaro

Mail of post

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

Actuele informatie

Voor de dagtochten volgen wij voor Covid-19 nauwgezet de richtlijnen van de overheid. Op www.amstelringledenservice.nl vindt u de actuele informatie over de dagtochten. Graag tot ziens tijdens een van onze gezellige dagjes uit!



Hans Kazàn

“Als 9-jarig kind raakte ik gefascineerd door een goocheltruc met een lucifersdoosje, gedaan door een kraamverzorgster bij ons in de straat.

Vanaf dat moment was ik gefascineerd door goochelen. Daarvoor las ik boeken over goochelen, kocht goocheldozen en bekeek alles over dit onderwerp op televisie. Familie en bekenden nodigden me uit om op te treden tijdens feestjes. Al snel kreeg ik in de gaten dat hoe meer ik er een show van maakte, hoe aantrekkelijker iedereen dat vond.”

Fred Kaps

“Ik heb ongelooflijk veel Engelse boeken over goochelen gelezen die hierover veel breder dan Nederlandse boeken georiënteerd zijn, ook antieke boeken uit 1700 en 1800. Mijn grote voorbeeld was de

wereldberoemde Nederlandse goochelaar Fred Kaps. Ik beschik over een fijne gave dat ik heel snel doorzie hoe een truc werkt. Waar anderen hun hoofd pijnigen over hoe iets in elkaar zit, is voor mij de oplossing heel logisch. Van lieverlee ging ik zelf trucs verzinnen. Hierbij komen mijn creativiteit en fantasie goed van pas.

Goochelen is gebaseerd op tien basisprincipes waaronder bijvoorbeeld: laten verdwijnen, verschijnen, verkleuren, veranderen, gewichtloos maken, materie door materie enz. Al deze mogelijkheden kun je met een beetje fantasie omvormen tot een andere truc. Neem materie door

materie: je kunt een balletje door een tafel laten gaan of een olifant door een muur.

Mijn voordeel is dat ik een verteller ben en dat ik mijn verhaal goed kan verwoorden. In combinatie met mijn fantasie en creativiteit creëer ik een show waarmee mensen zich een avond kunnen amuseren. Veel van mijn shows heb ik zelf geproduceerd, ik heb goocheldozen en speelgoed ontworpen, videobanden gemaakt, theatertours zelf opgezet."

Schrijver

"Als ik geen goochelaar was geworden, had ik voor het schrijversvak gekozen. Door de coronacrisis heb ik de tijd om iets te doen wat ik al heel lang wilde doen: het vertellen van verhalen en het schrijven van kinderboeken in de leeftijd van drie tot vijf jaar. Of en op welke manier ik deze boeken ga uitgeven, weet ik

nog niet. Mijn eigen kleinkinderen lees ik voor en daar betrek ik een buikspreekpop bij. Zo leuk om te doen. Als u op internet via Google zoekt op 'Hans Kazàn leest voor' komt u bij deze filmpjes. De illustraties bij deze filmpjes zijn gemaakt door mijn schoondochter Mara Kazàn."

Truc van 1 dag: bad naar douche

"Inmiddels hoor ik ook tot de 50-plussers. Nadat ik een keer een lelijke val heb gemaakt waarbij ik met mijn hoofd tegen de badrand sloeg, kun je beter eieren voor je geld kiezen. Je wilt ontspannen kunnen douchen zonder kwalijke gevolgen. Daarom ben ik het gezicht geworden van Molenaar Badkamers. Met de truc van 1 dag heeft u uw badkamer compleet veilig ingericht. Voorkom vervelende situaties. Dat heb je zelf in de hand." Kijk op bladzijde 28 voor meer informatie.



Nu zeer voordelig proeven!



Thuis uit eten!

Met de heerlijke maaltijden van **apetito** is het **alsof u thuis uit eten gaat!** Lekker voor uzelf óf voor degene voor wie u zorgt natuurlijk.

Ontdek nu extra aantrekkelijk het gemak van onze maaltijdservice en **probeer 5 maaltijden voor slechts € 19,95!**

apetito bezorgt vriesverse maaltijden aan huis zonder kosten en verplichtingen maar mét vaste chauffeurs zodat u altijd een vertrouwd gezicht aan uw deur heeft!

Slechts € 3,99 per maaltijd!

Wij wensen u alvast smakelijk eten!



Runderlapje in jus met bloemkool en aardappelpuree

Ook natriumarm of glutenvrij, informeer naar de mogelijkheden!



Nasi goreng met kipsaté



Macaronischotel



Runderhachee met rode kool en aardappelen



Grootmoeders kippannetje kippenpoot met groenten en gebakken aardappelen

Wilt u meer informatie of bestellen?

Ga naar **apetito-shop.nl/proefpakket** of bel gratis **0800 - 023 29 75** (ma-vr 08.00-18.00 u)
Vermeld bij uw bestelling actiecode:
202-AMSTELR1120

apetito



*Deze actie is enkel voor nieuwe klanten en geldig t/m 30 november 2021. Kijk voor de overige actievoorwaarden op apetito-shop.nl/proefpakket. apetito behoudt zich het recht voor om de samenstelling van het proefpakket tussentijds te wijzigen.

Hulpmiddelen **gratis uitleen krukken, standaard rollator en looprek**

Als lid van Amstelring Ledenservice kunt u bij de Medipoint winkels gratis krukken, een standaard rollator of looprek lenen. Na de uitleenperiode van drie maanden kunt u eventueel 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 Medipoint Thuiszorgwinkel in Amstelveen of Hoofddorp voor advies of bel met Medipoint: 088 – 10 20 100. De medewerkers helpen u graag verder.

Gratis rollatorcheck

Bij Medipoint kunt u gratis uw rollator laten controleren en op afspraak laten repareren. De medewerker controleert de wielen, remmen, handvatten, stabiliteit en het opklap- en vergrendelingsmechanisme. Ook wordt gekeken of de rollator nog steeds is ingesteld op de juiste hoogte, zodat u een goede lichaamshouding heeft tijdens het lopen.

Wanneer GRATIS rollatorcheck:

Iedere eerste woensdag van de maand van 10.00 uur - 16.00 uur

Winkeladressen:

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



“Al meer dan twintig jaar biedt Amstelring Ledenservice een gevarieerd aanbod met diensten en cursussen rondom wonen, sport, gezondheid, zwangerschap en zorg. En de dagtochten die wij organiseren zijn razend populair. We bouwen echt een band op met onze leden. Ook de collega’s van Ledenservice gaan altijd graag mee met de dagtochten om de leden een mooie dag te bezorgen”, aldus Ellen Plug, manager Ledenservice.

“Service hebben wij hoog in het vaandel staan. Welke vraag er ook vanuit onze leden komt, wij streven ernaar hieraan tegemoet te komen”, stelt Ellen. “Als dat niet mogelijk is, proberen we mee te denken waar iemand wel met zijn hulpvraag terecht kan.”

Diversiteit

“Het aanbod is in de loop van de jaren enorm gegroeid en wisselt regelmatig. Geregeld overleggen we met de afdeling welke dienst of welk product een mooie aanvulling kan zijn op ons aanbod.

De meest gebruikte diensten zijn diensten zoals de kapper, pedicure, belastingaangifte en de maaltijden. En favoriet zijn de dagtochten met een gemiddelde deelname van 1.000 leden per jaar.

Met de diensten aan huis komen we tegemoet aan de behoefte van ouderen om zelfstandig te blijven wonen. En ook de generatie die druk doende is met werk of het runnen van een gezin weet ons te vinden. Het scheelt bijvoorbeeld veel tijd om het hele gezin te laten knippen door de kapper die thuis kan komen.”



Kwaliteit

“Onze diensten en producten waarborgen we onder meer door dienstverleners die aan huis komen een Verklaring Omtrent Gedrag, een VOG-verklaring te laten overleggen. Regelmatig houden we met onze partners en leveranciers evaluatiegesprekken om ervoor te zorgen dat de samenwerking soepel blijft verlopen.”

Een kennismaking *met het team van Ledenservice*

► **Anneke:**

"Ik verwerk inkomende en uitgaande mailberichten en beantwoord telefonische vragen. Het mooiste aan mijn werk is mensen blij te mogen maken met ons aanbod. Ook begeleid ik onze leden tijdens onze dagtochten. Het geeft altijd een goed gevoel iedereen met een blij gezicht naar huis te zien gaan."



◀ **Carola:**

"Ik houd me vooral bezig met het uitdenken en uitwerken van de werkprocessen en dat met name voor onze applicaties. Ook verzorg ik de mailings en een deel van de facturatie. En zo nodig spring ik bij waar dat nodig is!"

► **Conny:**

"Mijn werk loopt uiteen van administratieve en pr-taken tot het plannen van de dagtochten samen met mijn collega Ingrid. Als Ledensconsulent ben ik regelmatig in De Makroon om vragen over ons dienstenpakket te beantwoorden. Ook beantwoord ik de telefoon. Misschien spreek ik u binnenkort."



► **Ingrid:**

“Mijn werkzaamheden bij Ledenservice bestaan uit verschillende taken wat het een heerlijke baan maakt. Het plannen van de dagtochten vind ik het allerleukste om te doen. We hebben een klein, gezellig en professioneel team dat goed met elkaar samenwerkt.”



◀ **Karin:**

“Als pr-medewerker coördineer ik onder meer het Ledenmagazine, de Bewaarspecial en schrijf artikelen hiervoor. Mocht u een klacht hebben over onze dienstverlening dan probeer ik deze zo goed mogelijk voor u op te lossen.”

► **Saskia:**

“Ik regel veel zaken omtrent het productaanbod, ik heb veel contact met onze dienstverleners. Daarnaast verzorg ik de website van Ledenservice, dat vind ik erg leuk om te doen. Maar het allerleukst vind ik het telefonische contact met onze leden!”



Charlotte:

“Als medewerker Ledenservice heb ik veel contact met onze leden. Daarnaast houd ik mij onder meer bezig met de ledenadministratie. Meerdere keren per jaar gaan we met onze leden mee op een dagtocht. Dit is altijd een feestje.”

molenaar®

Uitstekend ★★★★★
Klantwaardering op Trustpilot



12.000+ klanten
gingen u voor!



Kies voor vakmanschap.

**Leden
voordeel!**

oplopend tot:

€1.200,-*

Kies voor een veilige douche van Molenaar!



Veilig. Extra lage instap en antislip vloer.



Vlot. Snelle levering én plaatsing vaak in 1 dag!



Vakkundig. Wij werken schoon en netjes.

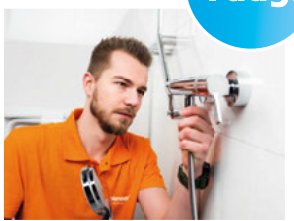


Vertrouwd. Klantbeoordeling 'Uitstekend'.



Voordeelig. Nu Montagevoordeel tot € 900,-.

Truc van
1 dag!



*Bekijk de voorwaarden op molenaar.nl/actie. Geldig t/m 31-3-2021



**Gratis veilige badkamer-
gids ontvangen?**

Bel 0341 - 23 23 00 of kijk
op www.molenaar.nl

'Kies net als ik voor veiligheid,
snelheid én zekerheid. Een Molenaar
douche is al binnen een dag klaar.
Truc van 1 dag!' **Hans Kazàn**





Sandra van der Meer

Loes Bijl

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

Afspraak maken?

Bel: 020 - 333 5100. De medewerkers van Amstelring Ledenservice 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. In deze regio komen de dienstverleners met een 'aan huis service' bij u thuis. 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



Kapper aan huis

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

Prijs zonder ledenvoordeel:

- knippen vanaf € 15,60 (65+)

Ledenvoordeel:

- knippen vanaf € 15,30 (65+)

Kijk voor overige tarieven op www.amstelringledenservice.nl.



landelijke dienst

Budgetcoach aan huis

Uw financiën weer op orde.

Prijs zonder ledenvoordeel:

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

Ledenprijs:

- € 50,- per uur



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

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:

- € 53,- per uur
- voorrijkosten € 10,-
- parkeerkosten voor rekening van de klant
- pinnen mogelijk

Ledenvoordeel:

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



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: Welkom Online

Wilt u wegwijz worden op het internet?
Of berichten sturen of bellen met vrienden en familie via WhatsApp?

Volg dan nu het lesprogramma 'Welkom Online' van het Nationaal Ouderenfonds.

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
Vanaf € 33,90

Reuma- en
diabetesbehandeling
Vanaf € 37,50

Ledenprijs

Vanaf € 30,50

Vanaf € 33,85

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



Schoonheidsspecialiste aan huis

Geniet thuis van een ontspannende schoonheidsbehandeling of manicure.

Prijs zonder ledenvoordeel:

Vanaf € 54,30

Ledenvoordeel:

10% korting



Warme maaltijden aan huis

Lekkere en gevarieerde warme maaltijden, dagelijks thuisbezorgd.

Prijs zonder ledenvoordeel:

€ 9,66 per maaltijd

Ledenvoordeel:

€ 8,69 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.



Vriesverse maaltijden aan huis

Lekkere en verantwoorde maaltijden, groot assortiment, dieetvormen mogelijk.

Prijs zonder ledenvoordeel:

vanaf € 5,74 per maaltijd

Ledenprijs:

vanaf € 5,17 per maaltijd

Proefpakket:

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

landelijke dienst



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



Wasservice aan huis

Geen omkijken meer naar uw dagelijkse was.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- € 6,- per kilogram (minimaal 5 kg)
- Toeslag bovenkleding wassen en strijken/vouwen: € 3,50 per stuk (stoomgoedprijzen op aanvraag)
- Halen en bezorgen in totaal € 5,35 per keer

Ledenvoordeel:

15% korting op de factuur



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 een 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 logeeraadres voor uw huisdier.

Prijs zonder ledenvoordeel:

- honden vanaf € 15,50 per dag
- katten vanaf € 11,50 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:

€ 12,50 per dag van 7.30 tot 18.30 uur

Ledenvoordeel:

- 10% korting: € 11,25 per dag
- gratis proefdag voor leden mogelijk



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



Matrasreiniging aan huis

Een gezonde nachtrust met een schoon matras.

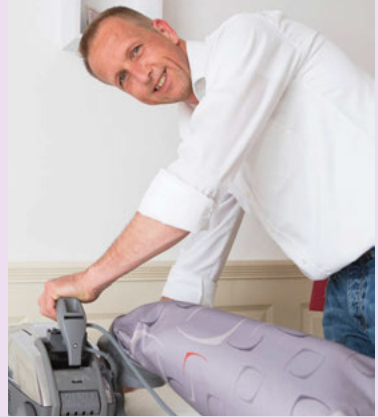
Prijs zonder ledenvoordeel

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:

€ 45,28 per uur

Ledenprijs: € 40,75 per uur

- voorrijkosten: € 16,-
- 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



Bad naar douche in 1 dag



Molenaar Badkamers vervangt in 1 dag uw oude bad voor een comfortabele douche.

Prijs zonder ledenvoordeel:

volgens offerte, vanaf € 4.900,-.
Gemiddelde aanschafprijs rond de € 6.800,-

Ledenvoordeel:

afhankelijk van de aanschafprijs oplopend tot € 1.200,-



landelijke dienst

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

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 calamiteiten-service
- 30% korting op inbraakbeveiliging

Speeddienst:
085 - 800 9000

Tapijtreiniging aan huis



Voor het vakkundig reinigen van uw tapijt.

Prijs: € 7,70 per m²

Ledenvoordeel:

Gratis flacon vlekkenreiniger ter waarde van € 10,-



Inboedelruiming en Opruimcoach

Praktische hulp bij Inboedelruiming of opruimen van uw huis door de opruimcoach.

Prijs zonder ledenvoordeel **Ledenprijs**

Inboedelruiming

3-kamer appartement:

ca. € 1050,-

ca. € 950,-

Opruimcoach

€ 62,50 per uur

€ 55,- per uur

- Gratis, vrijblijvend intakegesprek
- Inboedelruiming: exacte prijs afhankelijk van uw opdracht
- Opruimcoach: minimale afname 3 uur



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.

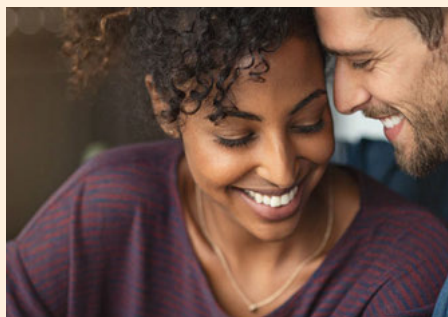
Prijs zonder ledenvoordeel: € 99,95

Ledenprijs: € 82,45

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



Herhalingscursus EHBO bij Volwassenen



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

Prijs zonder ledenvoordeel: € 99,95

Ledenprijs: € 82,45

Duur: 3 uur online theorie,
1 x 4 uur praktijkles

Cursus Reanimatie bij Volwassenen

Leer reanimeren en het gebruik van de AED bij volwassenen.

Prijs zonder ledenvoordeel: € 59,95

Ledenprijs: € 54,95

Duur: 2-3 uur online theorie, 1 x 4 uur praktijkles



Online cursus voor Mantelzorgers

Praktisch cursusaanbod voor mantelzorgers die wel wat hulp kunnen gebruiken.

Prijs zonder ledenvoordeel: Ledenprijs:

Complete cursus

(5 modules): € 49,95 € 45,-

Per module: € 12,50 € 11,-

Duur: 4-5 uur online theorie, geen praktijkles

Let op: alléén ledenkorting als u zich aanmeldt via de website www.amstelringledenservice.nl.



Hardlopen en Sportief Wandelen



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, verzamelpunt: 1e parkeerplaats rechts na de Geitenboerderij, komend vanuit Aalsmeer.

GeZZond Check

Persoonlijk advies over uw leefstijl.



Aanvullend verzekerden van Zorg en Zekerheid kunnen eens per twee jaar gratis een GeZZond Check laten uitvoeren door Amstelring. Vanuit de AV-GeZZin Compact en 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: Amstelveen, Badhoevedorp, Hoofddorp, Nieuw-Vennep en Vrouwenakker



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

Bijvoorbeeld bij aankoop van een 10-strippenkaart 2 extra sessies gratis.



EROPUIT

Let op: om in aanmerking te komen voor het ledenvoordeel dient u uw Amstelring-ledenpas te kunnen tonen. Als u deze niet kunt tonen, wordt het normale bedrag alsnog in rekening gebracht.

Cobra Museum

Kom in het Cobra Museum alles te weten over de internationale Cobra-beweging met collectie-presentaties en tentoonstellingen met in de zomer van 2021 Frida Kahlo & Diego Rivera.

Prijs: € 15,-*

Ledenvoordeel: 50% korting op vertoon van uw ledenpas

* Tijdens de Frida Kahlo tentoonstelling geldt een toeslag van € 7,50

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 voorstelling.

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

Ledenvoordeel:
Gratis een extra drankje



JMW á la Carte

Etentjes voor leden van JMW Benjamin Service Pakket in een kosjere omgeving in Amsterdam.

Prijs zonder ledenvoordeel:
prijs afhankelijk van uw keuze

Ledenprijs JMW-lid:
minimaal €2,50 ledenkorting



Vakantiehôtel Der Brabander

Op slechts 2 uurtjes van de grens op een prachtige locatie in het bekende Winterberg vindt u het gezellige familiehôtel "Der Brabander". De familie Meurs verzorgt al ruim 34 jaar een onvergetelijk verblijf waar kwaliteit & gezelligheid hoog in het vaandel staan.

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



Klassieke Concerten

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

Prijs: afhankelijk van de voorstelling

Ledenprijs: € 39,95 per ticket



**50%
KORTING**

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

**Exclusief
voor leden**

Voor
nieuwe
energie



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!



Vorbereiding 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

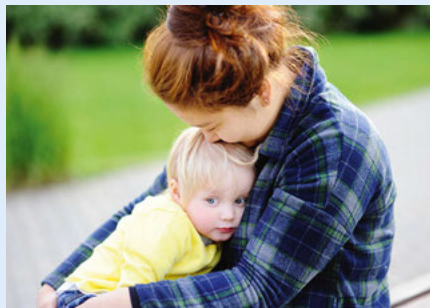
Online cursus eerste hulp aan Kinderen

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, geen praktijkes



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



Voor alle EHBO-cursussen geldt: Zo'n 80 procent van de zorgverzekeraars vergoedt een EHBO-cursus. Vraag het na bij uw zorgverzekeraar!

Cursus EHBO bij Baby's en Kinderen

Leer eerste hulp verlenen aan baby's en kinderen.

Prijs zonder ledenvoordeel:

€ 109,95

Ledenprijs:

€ 94,95

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:

€ 99,95

Ledenprijs:

€ 84,95

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: € 114,95

Ledenprijs: € 99,95

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: € 109,95

Ledenprijs: € 94,95

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** 1x per 2 jaar GeZZond Check voor aanvullend verzekerden (m.u.v. AV-GeZZin Compact en AV-Gemak)
- 2% korting op de basisverzekeringen Zorg Zeker Polis en Zorg Vrij Polis
- 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

Meer informatie?

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



Bel voor het collectiviteitsnummer van de zorgverzekeraar met: 020 - 333 5100

VGZ Zorgverzekering

Ledenvoordeel:

- Vergoeding lidmaatschap t.w.v. € 22,- bij het afsluiten van een aanvullende verzekering
- 4% 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

Meer informatie?

vgz.nl/amstelringledenservice
of bel 0900-0750



Zilveren Kruis Zorgverzekering

Ledenvoordeel:

- 2% korting op Basis Budget en Basis Zeker
- 10% korting op de aanvullende en tandartsverzekeringen*
- gratis pakket Extra Aanvullend Thuiszorg met extra vergoedingen
- gratis advies van de Zorgcoach

*met uitzondering van internetlabel Ziezo

Meer informatie?

zk.nl/amstelring of bel 071-751 00 52



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: € 125,-

Ledenprijs: € 113,50

Duur: 1 training van 2 uur

Waar: in overleg

* Prijswijzigingen voorbehouden



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!

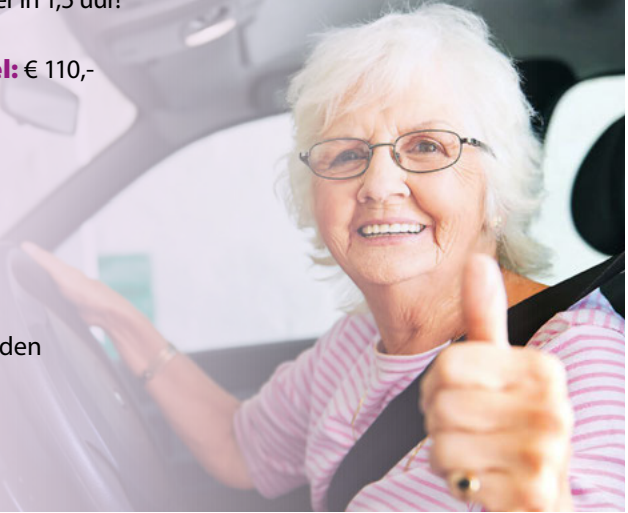
Prijs zonder ledenvoordeel: € 110,-

Ledenprijs: € 89,50

Duur: 1 training van 1,5 uur

Waar: in overleg

* Prijswijzigingen voorbehouden



Rijzeker Training ANWB

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

Prijs zonder ledenvoordeel: € 169,-

Ledenprijs: € 149,-

Duur: 1 training van 2,5 uur

Waar: in overleg

* Prijswijzigingen voorbehouden



Kijk op www.mantelzorgenmeer.nl voor meer aanbod en aanmelding
Mail naar info@mantelzorgenmeer.nl of bel 020-512 7250

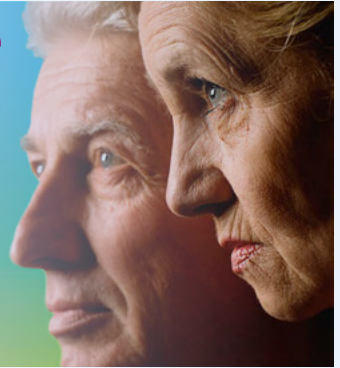
Cursus omgaan met dementie

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

Partners: 6 bijeenkomsten van 2 uur

Kinderen: 2 bijeenkomsten van 2 uur

Prijs: gratis



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
- Niet aangeboren hersenletsel
- Psychische klachten

Prijs: gratis



Cursus De zorg de baas

Zorgt u intensief voor een ander en vindt u het moeilijk om de zorg de baas te blijven? Deze cursus helpt u meer balans te vinden en te behouden.

Duur: 5 bijeenkomsten van 2 uur

Prijs: gratis



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.

Duur: 5 bijeenkomsten van 2 uur

Prijs: gratis





SLIMME TECHNOLOGIE VOOR U?

In de Slimotheek leent u slimme technologie voor veilig en comfortabel wonen. Voor uzelf, of voor iemand voor wie u zorgt. Denk aan bijvoorbeeld een robotstofzuiger, een kalenderklok, een slimme deurbel, een eenvoudige mobiele telefoon of een makkelijke afstandsbediening.

Hulp bij uw keuze

Technologie kan alleen goed ondersteunen als het bij u en uw situatie past. Onze specialisten overleggen graag met u om de juiste keuze te maken. Daarnaast biedt de Slimotheek ondersteuning bij installatie en vragen tijdens het gebruik. Tweemaal per week zijn er specialisten aanwezig in de bibliotheek om u verder te helpen met passende mogelijkheden.

Toegang voor iedereen

Iedereen kan gebruik maken van de Slimotheek. In de bibliotheek in Hoofddorp is een vitrinekast waar de producten continu te zien zijn, ook als er geen specialisten aanwezig zijn. Naast de vitrinekast staat een folderrek

met productkaartjes waarop meer informatie staat. Deze kunt u ook mee naar huis nemen.

Wat is er te zien en te leen?

Er zijn verschillende soorten producten te zien en te leen. In verband met hygiëne of installatie kunnen niet alle producten uitgeleend worden.

De Slimotheek biedt verschillende apparaten aan op het gebied van media, gemak, gezondheid en veiligheid. Zo zijn er eenvoudige muziekspelers, een Compaan tablet, een sleutelvinder, seniorentelefoons, geheugensteuntjes, een bloeddrukmeter, een druppelbril, een anti-trillepel of een alarm met gps-signaal.

SLIMOTHEEK HAARLEMMERMEER

uitleenpunt voor slimme thuistechnologie



Locatie

Bibliotheek Hoofddorp-Centrale
Raadhuisplein 7, 2132 TZ Hoofddorp

Inlooppreekuur

Onze wijkverpleegkundigen helpen u graag verder met meer informatie en het uitlenen. Zij zijn in de bibliotheek aanwezig op:

Dinsdag van	10.00 tot 12.00 uur
Donderdag van	15.00 tot 17.00 uur

De producten zijn gratis te lenen voor een vooraf afgesproken periode. U hoeft hiervoor geen lid te zijn van de bibliotheek. Na die tijd brengt u het product terug en kunt u besluiten zelf een exemplaar aan te schaffen. Onze wijkverpleegkundigen helpen u hier verder mee.

De Slimotheek is een initiatief van GeneratieThuis in samenwerking met de gemeente Haarlemmermeer, Medipoint en de Meer voor Elkaar partners.

Kijk voor meer informatie op

debibliotheekhaarlemmermeer.nl/meedoen/slimotheek

Vragen?

Neem contact op via slimotheek@haarlemmermeer.nl



TREFWOORDENREGISTER

Aanmeldformulier lidmaatschap	24	Kleding aan huis	18
Audicien aan huis	19	Klusjesman aan huis	27
Automakelaar aan huis	40	Leden aan het woord	4
Bad naar douche in 1 dag Nieuw!	28	Mantelzorgmakelaar	43
Belastingaangifte aan huis	19	Matrasreiniging aan huis	27
Bevallingscursus Samen bevalt beter!	35	Nabestaandenzorg aan huis	20
Budgetcoach	18	Nationaal Ouderenfonds: Welkom Online	20
Caravan/aanhangwagen Opfriscursus ANWB	40	Netwerkcoach	42
Cobra Museum	33	Online cursus eerste hulp aan Kinderen	35
CultuurWerkt!-abonnement	34	Online cursus voor Mantelzorgers	30
Cursus De zorg de baas	43	Opfriscursus Autorijden ANWB	41
Cursus EHBO bij Baby's en Kinderen	36	Opticien aan huis	21
Cursus EHBO voor Gastouders	37	Pedicure aan huis	21
Cursus EHBO voor Gastouders Herhaling	37	Personalarmering	27
Cursus EHBO bij Volwassenen	30	Rijbewijskeuring	39
Cursus omgaan met dementie	42	Rijzeker Training ANWB	41
Cursus Omgaan met Niet Aangeboren Hersenletsel	43	Saar aan huis	21
Cursus Reanimatie bij Volwassenen	30	Schilder aan huis	28
Dagtochten	6	Schoonheidsspecialiste aan huis	22
Dierenhotel Pocahondas	26	Schouwburg De Meerse Hoofddorp	33
Gespreksgroepen	42	Slotenmaker	29
GeZZond Check	16, 31	Tapijtreiniging aan huis Nieuw!	29
Halotherapie	32	Team Ledenservice	12
Hardlopen en Sportief Wandelen	31	Tuinman	28
Herhalingscursus EHBO bij Baby's en Kinderen	36	Vakantiehôtel Der Brabander	34
Herhalingscursus EHBO bij Volwassenen	30	Verhuisservice	26
Hondendagopvang	26	Voetreflextherapie	32
Hulpmiddelen	11	Vriesverse maaltijden aan huis	23
Inboedelruiming en Opruimcoach	29	Tablet voor Ouderen	23
Introductie	2	Warme maaltijden aan huis	23
Interview Hans Kazàn	8	Zorgverzekering VGZ	38
JMW à la Carte	33	Zorgverzekering Zilveren Kruis	38
Kapper aan huis	18	Zorgverzekering Zorg en Zekerheid	38
Klassieke Concerten	34	Zwangerschapscursus	35

Oplage 90.000 ex.

Hoofdredacteur Ellen Plug

Redactie Conny van Kessel, Karin Luttenberg,
Saskia Zaal

Samenstelling en realisatie

Muller Print & Sign B.V., Jan Rebelstraat 16A,
1069 CC Amsterdam, www.mullerps.nl

Aan dit nummer werkten mee Hans Kazàn

Vormgeving Think next level, Amsterdam

Lidmaatschap contributie € 22,- per jaar 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 zet-
fouten. Prijzen zijn onder voorbehoud. Amstelring
Ledenservice is niet verantwoordelijk voor de inhoud
van de geplaatste advertenties.

Beëindiging lidmaatschap U kunt uw lidmaat-
schap maandelijks schriftelijk opzeggen 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).

Zo blijft u bewegen mét hulp



Er zijn allerlei manieren om u te ondersteunen bij het bewegen. Bekende hulpmiddelen zijn krukken, een rollator en de rolstoel. Maar er zijn veel meer hulpmiddelen, bijvoorbeeld om u te helpen bij het aankleden, eten of in het huishouden.

Vraag naar de mogelijkheden bij de Medipoint | Amsteling Thuiszorgwinkel. U krijgt deskundig advies en goede service over het lenen, huren of kopen van producten. Of neem een kijkje op de webshop [medipoint.nl](https://www.medipoint.nl).

Medipoint Thuiservice

Wilt u graag een sta-opstoel, scootmobiel of ander hulpmiddel kopen? Maar bent u niet in de gelegenheid om naar de winkel te komen, of wilt u het liever thuis ervaren? Dan komt de adviseur van de Medipoint Thuiservice graag bij u langs. Voor persoonlijk advies en een demonstratie van het hulpmiddel. Zo probeert u het hulpmiddel in uw eigen huis uit, en ziet u of dit aansluit op uw behoefte.

U schakelt de Thuiservice in voor: sta-opstoelen • scootmobielen • fietsen • rolstoelen • traphulpen • bedden en matrassen • tilliften • trippelstoelen

Bel voor meer informatie of een afspraak 088 - 10 20 100 (optie 3) of kijk op [medipoint.nl/thuiservice](https://www.medipoint.nl/thuiservice)

Profiteer als lid van voordelen

- ✓ 10% ledenkorting op alle producten in de Medipoint winkels en webshop
- ✓ Gratis lenen van loophulpmiddelen (krukken, looprek of rollator)
- ✓ Vier keer per jaar exclusieve ledenaanbiedingen
- ✓ Advies- en themadagen in de winkels
- ✓ Advies aan huis via de Medipoint Thuiservice
- ✓ Rollatorcheck