

Inleiding

Vóór u ligt, wat met een duur woord heet, de **sociale kaart** van Vlaardingen.

Ik heb hem, vanwege de alfabetische indeling, **Het Sociale ABC van Vlaardingen** genoemd.

Regelmatig komt het voor dat je als diaken, diaconaal medewerker, ouderling, predikant, vrijwilliger in een aanloophuis of bij een hulpdienst, of als huisbezoekster behoefte hebt aan een adres waar iemand anders of jij mee geholpen zou kunnen zijn.

Het is de bedoeling dat dit boekje daarin voorziet. Het is niet volledig. Wèl bevat het, volgens mij, de adressen van de belangrijkste instellingen. Ik heb bij de meeste instellingen ook nog in één of twee regels proberen aan te geven wat deze instellingen te bieden hebben en waar en wanneer ze te bereiken zijn. Regelmatig verwijs ik voor uitgebreidere informatie naar de **Gemeentegids Vlaardingen**. Deze biedt u alle informatie die u nodig heeft. De Gemeentegids is gratis af te halen bij het gemeentehuis.

Ik heb gestreefd naar een handig boekwerkje dat u altijd in uw tas of binnenzak mee kunt nemen. Ongetwijfeld zijn er fouten in geslopen en zal sommige informatie binnen afzienbare tijd niet meer kloppen. Dat is niet anders. Voorlopig kunt u er wel even mee vooruit, tot aan de volgende druk.

Als 'toegif' vindt u achterin een aantal belangrijke richtlijnen bij doorverwijzing. Doe er uw voordeel mee.

Voor suggesties m.b.t. wijzigingen en aanvullingen in Het Sociale ABC houd ik mij van harte aanbevolen.

Rob van Herwaarden
diaconaal consulent protestantse gemeente Vlaardingen

Vlaardingen, augustus 1994
1^e druk

Bij de twintigste druk

In de zeventiende druk zijn alle gegevens weer geactualiseerd.

Vlaardingen, november 2013

INHOUDSOPGAVE	blz.
Aanloophuis	3
AIDS	3
Alleenstaanden	3
Arbeid / Verarming / Scholing / Uitkeringen	4
Diaconieën en Charitas	5
Geestelijke Gezondheidszorg	5
Gehandicapten	6
Gemeente	7
Gezondheid	8
Herstellingsoorden	9
Huisvesting	9
Hulpdiensten	10
Incest	11
Jeugd en Jongeren	11
Maatschappelijke dienstverlening	11
Maatschappelijk Werk	12
Mantelzorg	12
Migranten / Vluchtelingen	12
Noodopvang	13
Ouderen	14
Pastoraat	15
Rechtshulp	16
Relaties en seksualiteit	16
Slachtofferhulp	17
Telefonische Hulpdiensten	17
Terminale zorg	18
Thuiszorg	19
Tweedehands spullen	19
Vakantieweken	20
Verslaving	21
Vervoer	21
Vrijwilligerswerk	22
Vrouwen	22
Welzijnswerk / Opbouwwerk	22
Zeevarenden, hulp aan	23
Enkele richtlijnen bij doorverwijzing	24

Globale Sociale Kaart van Vlaardingen

Aanloophuis

'De Groene Luiken', Oosthavenkade 8, 3134 NV, tel. 435 37 46
(oecumenisch aandachtscentrum voor gesprek, ontmoeting, informatie en stilte;
openingstijden: 7 dagen per week van 14.00-17.00 uur, op woe.-vrij. van 11.00-17.00
uur (dan gesloten tussen 13.45-14.15 uur); in de zomermaanden gewijzigde aan-
vangstijden, www.degroeneluiken.nl

Open Huis, Zomerstraat 18 (open huis van de protestantse wijkgemeente Grote Kerk, open voor wijkbewoners uit het centrum, gemeenteleden en verder voor ieder die aan komt lopen), openingstijden: woensdag 10.00 – 12.00 uur, donderdag om de twee weken, 17.00 – 19.30 uur (maaltijd), elke zaterdag 12.00 – 14.00 uur, maaltijd (laatste zaterdag v.d. maand pannenkoeken) en daarna tot 14.30 uur koffie; opgave voor de maaltijden bij Mart de Jonge, tel. 434 50 47

AIDS

NIZW/Informatiepunt Aids, Postbus 19152, 3501 DD Utrecht, tel. 030 – 230 66 03 (werkdagen van 9.00-12.00 uur) (informatievoorziening door het Nederlands Instituut voor Zorg en Welzijn aan hulpverleners in de thuiszorg en het maatschappelijk werk over alles wat met hulpverlening aan mensen met HIV of aids te maken heeft)

HIV-vereniging Rotterdam, tel. 414 05 68 / 414 49 12

Alleenstaanden

Telefooncirkel, p/a Rode Kruis Vlaardingen, Floris de Vijfdelaan 136, tel. 2342049 (groep mensen die onder begeleiding van een vrijwilliger elke dag telefonisch contact met elkaar heeft)

Stichting LUVA (Leukste Uitgaansgroep Van Allemaal), Postbus 502, 3300 AM Dordrecht, tel. 0181-637000 (werkdagen 18.00-22.30 uur, weekend 10.00-22.30 uur) (grootste club voor alleenstaanden, alleengaanden en gescheiden mensen tussen 23-45 jaar in Rotterdam / Rijnmond; soosavonden, feesten, sport, wandelen, museum- en theaterbezoek)

Arbeid / Verarming / Scholing / Uitkeringen

Cliëntenraad SZ, Hoflaan 43, 3134 AC Tel: 248 04 53.

Spreekuur: 1^e en 3^e dinsdagmiddag v.d. maand van 14.00 – 15.30 uur.

Voor e-mail vragen: info@clienraadszwld.nl

Internet: www.clienraadszwld.nl

Dienst Welzijn afd. Sociale en Economische Zaken (v/h GSD) (o.m. uitvoering WWB, Bijzondere Bijstand, IOAW, IOAZ), Westnieuwland 6, 3131 VX, tel. 248 40 00

CWI Nieuwe Waterweg Noord (Centrum voor Werk en Inkomen), Stationsplein 79, 3112 HJ Schiedam, tel. 850 25 00 (voor openingstijden: zie gemeentegids)

Belastingdienst Eenheid Particulieren Rotterdam, Centraal Belastinggebouw, Laan op Zuid 45, Postbus 50960, 3007 BB Rotterdam, tel. 290 42 42

Uitvoeringsinstituut Werknemersverzekeringen (UWV), (o.m. uitvoering WW en AAW), Aert van Nesstraat 45, postbus 213, 3000 AE Rotterdam
Landelijk telefoonnummer 0900-94 92 (8.00 – 17.00 uur)

Schuldhulpverlening Vlaardingen (een gemeentelijke instelling zonder winstoogmerk. Schuldhulpverlening is voor mensen die zelf niet de eigen financiën op orde kunnen houden en die daardoor in de financiële problemen zijn gekomen. Zelfstandigen die de onderneming nog niet hebben beëindigd worden uitgesloten van gemeentelijke schuldhulpverlening, infobalie Publiekszaken Westnieuwland 6, 3131 CS, tel. 248 40 00, inlooppreekuur: 09.00 – 10.00 uur

Sociale Verzekeringsbank district Rotterdam (o.m. uitvoering AOW, AWW en AKW), Schepenstraat 100, 3039 NP Rotterdam, tel. 468 88 00

Stichting Vrouw en Werkwinkel, Nieuwe Waterweg Noord / Zuid-Hollandse Eilanden, secr. Raadhuislaan 36, Postbus 59, 3200 AB Spijkenisse, tel. 0181 – 6 14 252

Nationaal Instituut voor Budgetvoorlichting (NIBUD), Postbus 19250, 3501 DG Utrecht, tel. 030 – 230 67 06

Emplooi – Werk voor Vluchtelingen, Westerwagenstraat 74, 3011 AT Rotterdam, tel. 412 60 00

Armoede Meldpunt, Parallelweg 2, 3131 DG Vlaardingen, tel. 435 10 22, website: www.mdnw.nl, e-mail: armoedemeldpuntvlaardingen@mdnw.nl (hier kunnen hulpverleners Vlaardingers met financiële problemen aanmelden; dit kan via een aanmeldingsformulier, te downloaden op de site www.mdnw.nl of telefonisch aan te vragen)

Voedselbank, afd. Vlaardingen, inlichtingen: Diaconie van de Protestantse Gemeente, Schiedamseweg 95, 3134 BD Vlaardingen, tel: 010-4346855. Alleenstaanden of gezinnen die tijdelijk slechts over een inkomen onder het minimum kunnen beschikken, kunnen via de voedselbank wekelijks een voedselpakket ontvangen;

voor inkomenscriteria en aanmeldformulier zie www.rotterdam.voedselbank.nl; aanvragen kunnen alleen worden ingediend door hulpverleners! In Vlaardingen worden de aanmeldformulieren door de Protestantse Diaconie ingenomen en doorgestuurd naar de Voedselbank Rotterdam; de pakketten van de Voedselbank Rotterdam worden in Vlaardingen door de Protestantse Diaconie gedistribueerd via verschillende uitdeelpunten.

Formulierenbrigade, centraal adres: Billitonflat 1 d/f (seniorencomplex Billitonflat), 3131 LA (ingang rechts van de hoofdingang aan de parkeerplaats) op wekdagen van 9.00 – 13.00 uur en 14.00 – 16.00 uur, m.u.v. do. middag.
(‘formulierenbrigadiers’ helpen om ingewikkelde formulieren van instanties in te vullen en financiële regelingen te gebruiken. De Formulierenbrigade houdt ook spreekuur in verschillende wijken. Zie voor tijden en plaatsen www.vlaardingen.nl

SchulHulpMaatje, p/a Schiedamseweg 95, 3134 BD Vlaardingen, tel. 4347887, contactpersoon: Rob van Herwaarden (project waarbij vrijwilligers worden ingezet als maatje voor mensen die financiële schulden hebben of in schulden dreigen te geraken; het project is een aanvulling op de professionele schuldhulpverlening), meer informatie op: www.schuldhulpmaatje.nl .

Diaconieën en Charitas

Diaconie van de Protestantse Gemeente te Vlaardingen , kantoor: Schiedamseweg 95, 3134 BD Vlaardingen, tel. 434 68 55 (di., do. vrij. 9.00-12.00 uur)
Diaconaal consulent: Rob van Herwaarden, diaconaalconsulent@planet.nl
Website: www.protestantsediaconievlaardingen.nl

Parochiële Charitas Instelling (PCI), contactpersoon.: dhr. Ted v.d. Geest, Nieuwe Kerkstraat 3, 3134 LR Vlaardingen, tel. 434 21 54

‘De Windwijzer’

Diaconaal-missionair centrum, Schiedamseweg 95, 3134 BD Vlaardingen, tel. 4347887 (centrum voor ontmoeting, bezinning en dienstverlening); voor programma zie: www.dewindwijzer.nl

Geestelijke Gezondheidszorg

Stichting Regionaal Instituut Ambulante Geestelijke Gezondheidszorg Rijnmond (RIAGG), Stationsplein 2 3112 HJ Schiedam Tel: 010 445 34 53; aanmelding op werkdagen van 8.30-18.00 uur; website: www.riagg-rnw.nl

GGZ Delfland, locatie Vlaardingen, Schiedamseweg 4a, 3134 BJ, tel. 010 – 246 3900 (mobiele begeleiding, depotpoli, polisprekuren); meer info op www.ggz-delfland.nl

GLIAGG ‘De Poort’, Postbus 490, 3300 AL Dordrecht, tel. 078-631 50 40; afspraken maken: op werkdagen: 8.30-9.30 uur (centrum voor geestelijke hulpverlening op reformatorische grondslag)

Krisiscentrum Rotterdam, Mathenesserlaan 270, 3021 HS Rotterdam, tel. 476 39 44, 24 uur per dag bereikbaar voor mensen in psychosociale en/of psychische crisis (beperkte opvang mogelijk; niet voor verslaafden)

Dagcentrum Pameijer Keerkring, Schiedamseweg 49, 3134 BA, tel. 234 06 55, geopend: ma.-vrij. 9.30-16.00 uur (dagactiviteitencentrum voor ex-psychiatrische patiënten)

Stichting Labyrint (alg. stichting voor familieleden van en andere betrokkenen bij ernstig psychisch zieke mensen), contactpersoon Vlaardingen: René Bravenboer, Willem Beukelszoonstraat 65, 3134 LW, tel. 434 99 26

Vereniging Ypsilon, Kerkhoflaan 306, 3034 TJ Rotterdam, tel. 404 51 66/404 81 87 werkdagen van 10.00-16.00 uur (alg. vereniging van ouders en andere familieleden van chronisch psychotische en schizofrene mensen).

Vlaardingse afdeling van Ypsilon, Marianne Kroos - Tollenaar, tel: 010-592 85 63 (organiseert op elke derde maandag van de maand een ontmoeting in het gebouw van het RIAGG)

Lotgenoten Kontaktgroep voor Depressie, voor inlichtingen: tel. 474 20 86 (lotgenotengroep voor Vlaardingen e.o.)

Stichting Schienoko, centrum voor psycho-sociale hulpverlening, Alphons Ariënstraat 172, 3119 VC, Schiedam, tel. 4263822/06-29092181. Spreekuur volgens afspraak, telefonisch spreekuur ma. t/m vrijdag 8.00 – 10.30 uur

Gehandicapten

Algemene Gehandicapten Vereniging Vlaardingen (AGVV), secr. 1^e Van Leyden Gaelstraat 310, 3134 LE, tel. 435 37 04 (informatie en ondersteunende activiteiten zoals klussendienst, eetgroep, vakanties voor mensen met een handicap)

Centrum Indicatiestelling Zorg, tel. 409 16 10, ma. – vrij. 08.30 – 17.00 uur

Ergotherapie (voor mensen die thuis moeten leren omgaan met hun handicap, incl.: Het Zonnehuis, afd. ergotherapie, Dillenburgsingel 5, 3136 EA, tel. 474 79 22

Vlaardings Overleg Revalidatie (VOR), Van Lierplein 1 (GGD), kamer 207 (ROGW), 3135 BP, tel. 474 97 17, Postbus 6037, 3130 DA (belangenbehartiging van mensen met een handicap)

Regionale Organisatie Gehandicaptenvoorziening Nieuwe Waterweg Noord (ROG), Koningshoek 93050, 3144 BA Maassluis, Postbus 234, 3140 AE Maassluis, tel. 010-593 19 00 (uitvoering Wet voorzieningen gehandicapten voor Vlaardingen, Maassluis, Schiedam)

SPD, Stichting Sociaal Pedagogische Dienst West-Zuid-Holland, Dillenburgsingel 250, 3136 EG, tel. 475 02 11 (hulp aan mensen met een verstandelijke handicap en hun omgeving)

Stichting Thuishulp Rijnmond, Avenue Concordia 39, 3062 LB Rotterdam, tel. 412 33 00 (oppas voor gezinnen met een gehandicapt gezinslid)

Stichting 'Vrouwen met een Handicap', contactpersoon: Odiel Reef, tel. 43 60 42 (op werkdagen: 15.00-21.00 uur) (geen hulpverleningsinstelling, maar bedoeld om vrouwen met een functiebeperking **zichtbaar te maken** d.m.v. activiteiten, uitwisseling, onderzoek en samenwerking)

Stichting Annabel, Madridweg 103, 3137 AJ Vlaardingen, e-mail: info@stichtingannabel.nl, tel. 474 08 03 / 06-46016088, Gina Schutte) (zet zich in voor vervoer van gehandicapte kinderen van 3-20 jaar. Het gaat om kinderen met een chronische ziekte, functiebeperkt, lichamelijk, verstandelijk of meervoudig gehandicapt. Bevordering van mobiliteit, vervoer voor gezamenlijke dagtrips in week-ends en vakanties, doordeweeks vervoer vanaf speciale scholen naar logeervoorzieningen buiten de woonregio, voor ontspanning en sociale contacten, vervoer van en naar sport- en spelevenementen)

Ouderverenigingen: zie gemeentegids

Gemeente

Gemeentehuis: Markt 11, 3131 CR Vlaardingen, tel. 248 40 00
ingang secretariaat: Westnieuwland 6, 3131 VX
Postbus 1002, 3130 EB

Afdeling Sociale en Economische Zaken, Westnieuwland 6, 3131 VX, tel. 248 40 00 (voor spreekuren in verzorgingstehuizen: zie gemeentegids)

Geneeskundige- en Gezondheidsdienst Nieuwe Waterweg Noord, Van Lierplein 3, 3134 ZB, Postbus 3051, 3130 CB, tel. 248 80 80 (o.m. complexe hulpverlening bij een combinatie van problemen rond gezondheid, huisvesting, inkomen: Germa Petersen)

Bureau van Politie, Delftseveer 40, 3134 JJ, tel. 434 23 55

ALARMNUMMER 434 44 44 LANDELIJK ALARMNUMMER 112

Gemeentelijke Ombudsman (bij klachten over het gedrag van en de behandeling door het College van B & W en gemeenteambtenaren),
De ombudsman houdt iedere even week op woensdag inloopsprekuren van 9.00 tot 10.00 uur op de volgende locatie: Bedrijfsverzamelgebouw MDNW Parallelweg 2, 3131 DG Vlaardingen. Hier kunt u zonder afspraak terecht. Tel. 411 16 00 (op werkdagen van 9.00 – 12.00 en van 13.00 – 16.00 uur)

U kunt ook op het inloopspreekuur van de gemeentelijke ombudsman in Rotterdam komen. Dat is elke dinsdag van 9.00 tot 11.30 uur op het adres Minervahuis I, Meent 106, 4e etage, 3011 JR Rotterdam. Hier kunt u eveneens zonder afspraak langs komen.

Gezondheid

Geneeskundige- en Gezondheidsdienst Nieuwe Waterweg Noord, Van Lierplein 3, 3134 ZB, Postbus 3051, 3130 CB, tel. 248 80 80 , www.ggdwn.nl

GGD Rotterdam-Rijnmond: afspraken maken tel. 010-433 99 66, tevens GGD Gezondheidslijn voor vragen over gezondheid.

Lokaal Zorgnetwerk (meldpunt voor verwijzing en begeleiding van zorgwekkende zorgmijders), Barbara Troost, Burg. Van Lierplein 3, 3134 ZB Vlaardingen, tel. 010-433 97 27, troostb@ggd.rotterdam.nl (ma – wo, op do. in Rotterdam, Schiedamsedijk 95)

Algemene Patiëntenvereniging,. Postbus 6147, 3130 DC, tel. 435 56 90 (18.00-20.00 uur) (voor informatie en ondersteuning van patiënten om hun recht te krijgen of hun positie te verbeteren)

Klachtenopvang Gezondheidszorg IKG Rijnmond, Postbus 3033, 3101 EA Schiedam, tel. 474 57 86 (ma. 9.00-12.00 uur, 13.00-17.00 uur, di./do./vrij. 9.00-12.00 uur) **Diabetesvereniging** (voor informatie, hulp en activiteiten voor patiënten met suikerziekte / diabetes-mellitus), Schielaan 30 B, 3043 HC Rotterdam, tel. 437 33 97

IDAG (stichting Informatie- en Documentatiecentrum Alternatieve Geneeswijzen) (geeft objectieve informatie over alternatieve geneeswijzen), Bergstraat 29, Postbus 1207, 3800 BE Amersfoort, tel. 033-465 56 23

Hulp- en informatielijn van de Nederlandse Kankerbestrijding (voor alle vragen over kanker en de emotionele en maatschappelijke problemen die daarmee samenhangen), bereikbaar tussen 9.00-12.30 en 13.30-17.00 uur, tel. 06-022 6622 (gratis)

Patiënten Consumenten Platform Rijnmond (vereniging van ca. 150 patiënten / consumentenorganisaties in de gezondheidszorg. Behartigt de belangen van zorgvragers in Rijnmond; bereikbaar: ma. t/m vrij. 9.00-17.00 uur). Zomerhofstraat 71, 3032 CK Rotterdam, tel. 467 05 22

Reumapatiëntenvereniging (voor belangenbehartiging, informatie en contact), p/a mw. P.A. Kellenbach, Staverenhoeve 34, 3137 GN, tel. 474 44 65

Moeders voor Moeders (urinedonatie door zwangere vrouwen (6-16^e week) t.b.v. stimuleren zwangerschap bij andere vrouwen d.m.v. het CG-hormoon); MVM-informatrice (vertegenwoordigster in Vlaardingen / Maasland / Maassluis en Rozenburg: Tineke Bijl (tel. 474 66 65)

Cara-lotgenotenvereniging (voor contact, sportactiviteiten e.d.) tel. 434 69 72 (Janneke de Jongh)

Celebraal, afd. Zuid-Holland, tel. 010 - 893.80.40 (Marjan Quaak) (vereniging voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel en de direct betrokkenen)

VBOK, (voor hulp aan moeder en kind bij ongewenste zwangerschap), Diergaardesingel 69 B, 3014 AE Rotterdam (spreekuur do. 10.00-13.30 uur), werkgroep Vlaardingen, tel. 434 27 43

Herstellingsoorden

Pastoraal Centrum Hezenberg, Hezenberg 6, 8051 CB Hattem, tel. 038-44 45 251, e-mail: pastoraalcentrum@hezenberg.nl, info: www.hezenberg.nl

Missionair Diakonaal Centrum De Herberg, locatie: "De Pietersberg", Pietersbergseweg 19, 6862 BT Oosterbeek, tel. 026-3342225, e-mail: info@deherberg-mdc.nl, info: www.izb.nl/herberg

Het Duinhuis, Duinlaan 51, 3233 EB Oostvoorne, aanmelding via tel. 0181-489189 (psychiatrisch ziekenhuis Delta) (max. 12 weken, vergoeding mogelijk via AWBZ, eigen bijdrage afhankelijk van inkomen)

Huisvesting

Dienst Stadswerk (voor het aanvragen van herinrichtings- en verhuiskostenvergoeding, huursubsidie en huurgewenning), Westnieuwland 6, 3131 VX, tel. 248 40 00

Geschillencommissie (hier kan men terecht met klachten die betrekking hebben op de woonruimteverdeling d.m.v. de Woonkrant), adres: Woningfederatie Vlaardingen (zie verderop)

Huurcommissie (deze bemiddelt in geschillen inzake servicekosten en huur) (tel. inlichtingen: ma.-do.: van 14.00-16.00 uur. Open spreekuur: di. en do. 9.00-12.00 uur), district Rotterdam/Schiedam, Coolsingel 65, 3012 AC Rotterdam, tel. 411 92 50

Woningfederatie Vlaardingen, Postbus 325, 3130 AH; is een samenwerkingsverband van de volgende sociale verhuurders:

Waterweg Wonen, Van Hogendorpstraat 485, 3135 BP (Postbus 3, 3130 AA), tel. 248 88 88; openingstijden ma.-vrij.: 8.30 – 16.30 uur; reparatieverzoeken: tel. 435 02 69

Woningstichting Samenwerking, Stadhouderslaan 181, 3136 BM, tel. 474 74 11 (ma.-do.: 8.00-16.30 uur; vrij.: 8.00-12.30 uur) storingen / reparaties (buiten kantooruren) tel. 474 73 44

www.huurgeschil.nl : informatiebank, praktijk voorbeelden en advies op maat m.b.t. alles wat met rechten en plichten rond huur en verhuur te maken heeft.

Ontruimingspreventie: in te schakelen bij dreigende huisuitzetting, waarbij dan mogelijk een schuldhulpregeling getroffen kan worden, contactpersoon: Petra van os, Maatschappelijke Dienstverlening NWN, tel. 435 10 22, os

Hulpdiensten (zie ook www.vrijwilligehulpthuis.nl)

Humanitas NWN (is gespecialiseerd in hulp bij *thuisadministratie* wanneer de thuisadministratie ordening behoeft, rekeningen op tijd betaald moeten worden en in *vriendschappelijk thuisbezoek*, om vereenzaming tegen te gaan en maatschappelijke participatie te vergroten) (één dagdeel per twee weken), contact: voor de thuisadministratie 06 – 13090536 en voor het vriendschappelijk huisbezoek: Marion Kramer, 06 – 53 792050, e-mail: m.d.kramer@planet.nl

Nederlandse Patiëntenvereniging (landelijke christelijke vereniging die er is voor iedereen die, om wat voor reden dan ook, hulp nodig heeft; ook in Vlaardingen wordt vrijwillige thuishulp gegeven in de vorm van aanvullende mantelzorg zoals: bezoeken, begeleiding naar het ziekenhuis, wandelen, oppas bij ziekte, boodschappen) (in overleg gemiddeld één uur per week); telefonisch contact via 434 04 14 (voicemail, u wordt teruggebeld), coördinatrices: Albertien van Engelen en Dineke Wouterse

De Oproepcentrale (ondersteunt mantelzorgers en is actief bij thuiswonende langdurig zieken en gehandicapten, dementerende ouderen, ouderen met behoefte aan psycho-sociale ondersteuning, kinderen en (jong)volwassenen met een verstandelijke of lichamelijke beperking; vrijwilligers vervangen gedurende enkele uren per week de mantelzorger zodat die even tijd krijgt voor zichzelf. Zij zijn beschikbaar voor een praatje en een luisterend oor en voor gezamenlijke activiteiten zoals een wandeling, museum- of theaterbezoek bij kinderen als oppashulp of maatje); Coördinatoren Karen van Zeijl en Wendy Donkers, tel.: (010) 409 30 40 / 409 30 00 Op werkdagen van 9.00 – 14.00 uur

Rode Kruis Nieuwe Waterweg Noord (organiseert voor langdurig zieken, gehandicapten, hulpbehoevenden en ouderen o.a. aangepast vervoer, bezoek aan huis, gezamenlijk winkelen, dagelijks telefooncontact, sociale en creatieve activiteiten voor ouderen, aangepaste vakanties en bootdagtochten, zwemuurtje in 'De Kulk'), adres: Floris de Vijfdelaan 136, 3132 HN, tel. 234 20 49 (op werkdagen tussen 9.00 en 12.00 uur)

Zonnebloem (vrijwilligers bezoeken langdurig zieken, lichamelijk gehandicapte mensen en hulpbehoevende stadgenoten; ook organiseert De Zonnebloem ontspanningsbijeenkomsten, dagtochten, winkeldagen voor rolstoelers en vakantieperiodes in binnen- en buitenland, o.a. met de Zonnebloem-boot), contactadres Vlaardingen: dhr. J.L.F.M. Zwinkels, tel. 474 01 98

Flarden Ruilsysteem Vlaardingen (LETS), inl.: Marian van Linschoten, Vaartweg 112 A, 3131 HW, tel. 435 56 84 (ruilkring van goederen en diensten zonder winst-oogmerk; lidmaatschap € 12,-- p.j.) , www.flardenvlaardingen.nl

Klussendienst Service Dienst Werk (SDW), Roer 28, 3069 LE Rotterdam, tel. 010 – 456 40 22 (professionele diensten tegen een aantrekkelijke prijs; mensen met weinig inkomen in de regio Rotterdam kunnen hier hun klussen aanmelden en krijgen dan bezoek waarbij een offerte wordt gemaakt voor klussen in huis of tuin. Meer informatie op: www.sdw-rotterdam.nl)

Incest

Aandachtscentrum Den Haag, Schoolstraat 18, Postbus 13666, 2501 ER Den Haag, tel. 070-365 14 12 (praatgroepen voor incestslachtoffers)

Jeugd en Jongeren

Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG) Vlaardingen, Burgemeester van Lierplein 3, 3134 ZB, tel. 460 81 90 (Het Centrum voor Jeugd en Gezin is het centrale punt voor alle vragen over opvoeding en opgroeien. Voor ouders/verzorgers, voor jongeren zelf en voor professionals).

Bureau Jeugdzorg Stadsregio Rotterdam, vestiging Schiedam: Noordvest 18, 3111 PH Schiedam, tel. 4348899, ma – vrij van 08.30 – 17.00 uur bereikbaar. (in de avond en het weekend is in noodgevallen een maatschappelijk werker beschikbaar) Website: www.jeugdzorg-rotterdam.nl (het bureau voor jeugdigen, ouders en verwijzers m.b.t. alle problemen waar jeugdigen en hun opvoeders tegenaan lopen)

Kinder- en jongerenrechtswinkel, Westblaak 107, 3012 KG Rotterdam, tel. 412 02 08, www.kjrwrotterdam.nl (di., wo., do. van 15.30-17.30 uur) info@kjrwrotterdam.nl

Pleegzorg / Kinderbescherming / Kinderopvang: zie gemeentegids

Maatschappelijke dienstverlening (zie ook: Hulpdiensten)

UVV (Unie van Vrijwilligers) (verricht werkzaamheden in het Schieland Ziekenhuis, locatie Vlaardingen, Het Zonnehuis en in winkels in diverse bejaardencentra, heeft gastvrouwen in de dienstencentra en verleent hulp bij het lezen), p/a mw. J.A.L. Wolthuis-Kits, Mr. L.A. Kesperweg 25 A, 3135 BS, tel. 434 00 09

Klussen & Diensten (werkproject dat tegen geringe vergoeding klussen in en om het huis doet voor mensen met een dermate laag inkomen dat zij een officieel bedrijf niet kunnen bekostigen; voor Vlaardingen wordt de klussendienst geregeld vanuit Rotterdam; zie voor meer info: www.SDW-Rotterdam.nl (het uurloon dat gerekend wordt is € 16,50 en de voorrijdkosten zijn € 18,00, juni 2011)

Maatschappelijk Werk

Stichting **Maatschappelijke Dienstverlening NWN**, AMW, bureau: Parallelweg 2, 3131 DG, tel. 435 10 22, open spreekuur: ma.-vrij. van 9.00-10.00 uur en telefonische afspraak mogelijk

Mantelzorg

Steunpunt Mantelzorg NWN (informatie, ondersteuning, maandelijks mantelzorgcafé), Parallelweg 2, 3131 DG Vlaardingen; consultants:

Carin de Leede, tel. 06-51694130, e-mail: c.deleede@mantelzorgnwn.nl

Saskia Tauladan, tel. 06-13283465, e-mail: s.tauladan@mantelzorgnwn.nl

Mantelzorg-inn op elke tweede dinsdag van de maand van 10.00 – 12.30 uur in aanloophuis 'De Groene Luiken', Oosthavenkade 8 (ontmoeting en lotgenotencontact voor mantelzorgers), www.mantelzorgnwn.nl

Alzheimer Café Vlaardingen (zie onder hoofdstuk 'Ouderen')

www.vrijwilligehulphuis.nl voor meer informatie over de vrijwilligersorganisaties die in de regio NWN mantelzorgers ondersteunen

Maaskring Groep (de vrijwilligers kunnen als 'maatjes' van mantelzorgers een bijdrage leveren aan diverse activiteiten, zoals wandelen, hulp bij huishoudelijk werk, gesprekken), tel. 427 00 87 (werkdagen van 9.00 – 17.00 uur).

Stichting MEE Delft, (komt op voor mensen met een lichamelijke en/of verstandelijke beperking en biedt o.a. aanvullende en vervangende mantelzorg door vrijwilligers, o.a. spitsuurhulp, gastgezinnen, vakantiehelp, speelhelp, gezelschap), Asvest 28, 2611 PK Delft, tel. 015 – 213 11 51

Migranten / Vluchtelingen

Vluchtelingenwerk Maasdelta – Steunpunt Integratie Vluchtelingen, Floris de Vijfdelaan 150, 3132 HN tel. 434 67 28 (ontmoetingsruimte: ma.-vrij. van 10.00-16.00 uur; spreekuren: ma.-do. van 11.30-14.00 uur; juridisch spreekuur: ma. van 10.00-14.00 uur) (ook begeleiding nieuwkomers)

Stichting Noodhulp Vluchtelingen Rijnmond (SNVR), Weena 745, 3013 AL Rotterdam, tel. 233 00 99 (verleent materiële en immateriële hulp aan vluchtelingen zonder middelen van bestaan)

Stichting Uitvlucht, p/a Schiedamseweg 95, 3134 BD Vlaardingen, tel. 434 68 55 (huisvesting van en hulpverlening aan uitgeprocedeerde vluchtelingen)

Project Inburgering Nieuwkomers (PIN-bureau) (helpt allochtone nieuwkomers in Vlaardingen zo snel mogelijk zelfstandig hun weg te vinden in de Vlaardingse sa-

menleving d.m.v. een inburgeringprogramma), Westnieuwland 6, Postbus 1002, 3130 EB, tel. 248 49 32 / 248 49 33 (ma.-do.)

Stichting Vele Vlaardingers – Eén Huis: Meldpunt voor klachten over discriminatie en racisme, conflictbemiddeling, Postbus 1006, 3130 EG Vlaardingen, tel. 0800-248 2000 (gratis), e-mail: velevlaardingers@vlaardingen.nl

Stichting Vele Vlaardingers Eén Huis, tel. 4350111, www.vveh.nl (organiseert ontmoetingsactiviteiten met als doel contacten tussen autochtonen en allochtonen te bevorderen en discriminatie tegen te gaan)

Noodopvang

Dak- en Thuislozenopvang De Elementen, Nijverheidsstraat 26, 3133 ER Vlaardingen, tel. 460 89 89, email: infodeelementen@stoed.nl (In 'De Elementen' kunnen mensen terecht, die door omstandigheden voor korte of langere tijd niet in staat zijn zelfstandig te wonen. Zij worden in 'De Elementen' op weg geholpen naar een zelfstandige toekomst. Overdag kunnen deze hulpbehoevende mensen terecht voor activiteiten om weer zelfstandig te leren wonen, voor recreatieve activiteiten, voor hulpverleningsprogramma's en voor trajecten ter voorbereiding op een reguliere baan. 's Avonds is er gelegenheid om te eten, te douchen en te slapen.)

Stichting Elckerlyc, Schiedamseweg 34, Postbus 4161, 3130 KD, tel. 435 50 00 , e-mail: centraalbureau@st-elck.nl, website: www.stichting-elckerlyc-vlaardingen.nl (crisisopvang en begeleid wonen)

Witte Zusters, Mathenesserlaan 276, 3021 HT Rotterdam, tel. 425 39 46 (goedkoopste pension)

St. Crisisopvangcentrum 'De Binnenvest' Leiden (24 hr.), tel. 071-513 35 49

Paters Montfortianen Voorschoten, Leidseweg 191, 2253 AD, tel. 071-561 60 49 (ca. € 21,- per nacht)

Noodopvang Hilversum, tel. 035-623 18 07

Centraal Onthaal, Rotterdam (centraal aanmeldadres), Binnenrotte 158, tel. 453 32 42 (sluit om 23.30 uur)

Krisiscentrum Rotterdam, Mathenesserlaan 270, 3021 HS Rotterdam, tel. 476 3944 of 419 66 33 (24 hr. bereikbaar; alleen voor mensen in psychosociale en/of psychische crisis, niet voor verslaafden; max. 3 nachten)

Noodopvang Utrecht, Weerdsingel 34, tel. 030-273 04 07

Noodopvang Gouda, tel. 0182-519 411 (alleen voor jongeren tot 18 jaar)

Leger des Heils Gouda:

- 't **Kompas**, R. de Beerebroucklaan 2, 2805 ER Gouda, tel. 0182 – 551375
- 't **Veerhuis**, tel. 0182 - 546022

Leger des Heils Rotterdam:

- **Dagopvang 'De Sluis'**, Westzeedijk 493, tel. 244 03 56 (melden na 16.00 uur voor overgebleven plaatsen; als je er al een nacht hebt doorgebracht, dan krijg je voorrang bij de inschrijving tussen 15.30 en 16.00 uur). Meestal zijn er 1 à 2 bedden over. Nachtverblijf in de Dunantstraat.
- **Nachtopvang 'De Steiger'**, Bredestraat (zijstraat Mariniersweg), tel. 240 03 60.
Aanmelding bij 'De Kajuit', Schiedamsedijk 3 (na 17.00 uur), tel. 433 23 57. Hier is gemiddeld meer plek. Telefonisch contact mogelijk na 14.30 uur op het telefoonnummer van 'De Steiger'.
- **Het Roer**, Carnissesindeg 6 (bij Zuidplein), tel. 481 33 55

Havenzicht (centrum voor dienstverlening), Willem Ruyslaan 10, tel. 414 71 60. Aanmelding vanaf 17.00 uur (per nacht). Indien het vol is, kan men je meestal ergens anders onderbrengen.

Vrouwenopvang Rijnmond, tel. 476 90 44 (bij mishandeling of bedreiging)

SOMIK, tel. 477 62 64 (vrouwen)

Blijf van mijn lijf, tel. 418 99 29 (vrouwen)

Leger des Heils Vrouwenopvang, tel. 477 19 50

Klein Henegouwen, tel. 477 23 00 (vrouwen)

Huize Cortona, Leiden, tel. 071-576 92 53 (vrouwen)

Leger des Heils, Spijkenisse, tel. 0181 – 659 883

Ouderen

Stichting Senioren Welzijn, corresp.adres: Postbus 925, 3100 AX Schiedam, tel. 248 68 88, www.seniorenwelzijn.nl; voor adressen van de dienstencentra: zie gemeentegids (bevordert een samenhangend welzijnsbeleid voor ouderen, o.m. door het verzorgen van maaltijden aan huis, alarmering, indicatiecommissie voor de verzorging- en verpleeghuizen, tijdelijke verzorging, dagverzorging, exploitatie van dienstencentra, thuisadministratie en het verzorgen van enkele publicaties)

Ouderenadviseurs (voor hulpvragen en informatie over wonen, zorg, welzijn, thuiszorg, maaltijden, tele-taxi, alarmering), werkdagen van 9.00-10.00 uur

Burenhulp Ambacht/Babberspolder (boodschappen, klusjes in huis, de hond uitlaten, tv programmeren e.d.; Seniorenwelzijn brengt hulpvragers en hulpbieders bij

elkaar); contactpersoon: Arianne Bosgieter, ontmoetingscentrum Babberspolder, Rotterdamseweg 174, 3135 PX , tel. 434 60 113, burenhulp@seniorenwelzijn.nl

Visiteclub (dag-ontmoetingsprogramma voor vereenzamende zelfstandig wonende ouderen); informatie en aanmelding via het Hulp- en Informatiecentrum voor Ouderen (zie hierboven)

RIO Aanmeldingspunt NWN (Regionaal Indicatie Orgaan) (dit bepaalt wie er in aanmerking komen voor een verzorgingshuis, verpleeghuis of een aanleunwoning. Tevens bepaalt zij of iemand in aanmerking komt voor voorzieningen als alarmering, maaltijden en tijdelijke verzorging, hulpmiddelen, vervoer- en verhuiskosten, tel. 409 16 10 (werkdagen van 8.30-17.00 uur)

Praatlijn voor ouderen (ouderen die een gesprek willen van mens tot mens kunnen bellen tussen 21.00-01.00 uur), tel. 020-627 33 85

Telefooncirkel (zie: Telefonische Hulpdiensten)

SPA NWN (Stichting Personen Alarmering Nieuwe Waterweg Noord) (streeft ernaar ouderen en gehandicapten langer zelfstandig te laten wonen. De alarmering tegen kostprijs biedt de mogelijkheid om vanuit de gehele woning draadloos te alarmeren en te praten met de hulpdienst), corr.adres: Postbus 925, 3100 AX Schiedam, tel. 248 68 82

Alzheimer Café Vlaardingen (trefpunt voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en hulpverleners uit de regio NWN), in 'De Brasserie' van verpleeghuis 'Het Zonnehuis', Dillenburgsingel 5, Vlaardingen, op de eerste dinsdag van de maand van 19.30–21. 30, m.u.v. juli en augustus.. Informatie bij: Marga van Buitenen, tel. 249 37 40,

Ouderenbonden / Verzorging- en Verpleeghuizen / Oudersociëteiten / Dienstencentra: zie gemeentegids

Pastoraat

Werkgroep Ver-binding (wil mensen helpen die geen boodschap (meer) aan de kerk hebben, maar wel aan het geloof een steun zoeken bij o.a. ziekte, rouw, relatieproblemen, persoonlijke problemen); contactadres: ds. Jan de Geus, ma./woe./vrij, 9.00 – 9.30 u., tel. 474 69 48

Rechtshulp

Bureau voor Rechtshulp (biedt hulp bij problemen waar een juridische kant aan zit. Deze hulp is gratis. Bij inschakeling van een advocaat is de eigen bijdrage afhankelijk van het netto inkomen). Bureau voor Rechtshulp Centr. Noord Schiedam e.o., Statenweg 200 (500 m. vanaf station R'dam-CS), 3033 JA Rotterdam, tel. 010-465 87 77; afspraken voor één van de spreekuren dagelijks van 14.00-16.00 uur, tel. 443 21 40; voor cliënten die niet in staat zijn om voor rechtsbijstand naar Rotterdam te reizen, is er spreekuur in Dienstencentrum 'De 4 Molens', Nieuwe Damlaan 766,

3118 AC Schiedam; voor dit spreekuur kan men telefonisch een afspraak maken op nummer 443 21 19; balie open van 9.00-12.00 uur

Kinderrechtswinkel, Sionstraat 45, 3061 ER Rotterdam, tel. 412 02 08 (open spreekuur: woe. 15.00-17.00 uur, zat. 12.00-13.00 uur)

Bureau Sociaal Raadslieden Vlaardingen, Parallelweg 2, 3131 DG, tel. 460 18 00 (voor afspraken: ma.-vrij. van 9.00-13.00 uur; telef. spreekuur: ma.-vrij. van 12.00-13.00 uur; open spreekuur: di. van 18.30-19.30 uur) (doel: hulp bij problemen op juridisch en maatschappelijk terrein) (indien nodig kunnen aan huis gebonden personen thuis worden bezocht)

Stichting Rechtswinkel Rotterdam, Postbus 4032, 3006 AA Rotterdam, tel. 413 00 90 / 413 00 92 (telef. spreekuur: werkdagen van 10.00-14.00 uur. Voor jongeren tot 18 jaar: woe. van 15.00-17.00 uur, tel. 413 00 92)

Relaties en seksualiteit

Nederlandse Vereniging voor Seksuele Hervorming, NVSH afd. Rotterdam, infocentrum: Schiedamsesingel 139 A, 3012 BA Rotterdam, tel. 411 73 59 (voorlichtingslektuur, verkoop voorbehoedsmiddelen, persoonlijke gesprekken op afspraak)

Werkgroep ouders van homoseksuele kinderen Zuid-Holland, Park Vronesteyn 11, 2271 NH Voorburg, tel. 070-386 28 32

Centrum voor anticonceptie, seksualiteit en abortus (CASA) Rotterdam

Voor persoonlijke hulp, advies voorbehoedsmiddelen, zwangerschap-, soa- en hiv-testen. Verzamelgebouw Zuid, Strevelsweg 700/201-204, 3083 AS, Rotterdam, tel. 0900-0969 voor informatie en afspraken, ma. t/m vrij. 8.00 – 20.00 uur en zat. 09.00 – 17.00 uur

COC-Vereniging tot integratie van homoseksualiteit, afd. Rotterdam, Schiedamsesingel 175, Postbus 768, 3000 AT Rotterdam, tel. 414 15 55 (woe. en do. van 20.00-22.00 uur telefonische informatie en inloop)

Stichting Idem Dito, Lange Geer 44, 2611 PW Delft, tel. 015-213 66 31 (relatiebureau voor homoseksuele mannen en vrouwen)

Klachtencommissie inzake Seksueel Misbruik in Pastorale Situaties van de Protestantse Kerk in Nederland, p/a Postbus 8367, 3503 RJ Utrecht, tel. 030 – 880 14 26 (secretariaat) (telefonisch meldpunt, emotionele en praktische ondersteuning misbruikten, organisatie lotgenotencontacten, informatie en voorlichting, bevordering klachtenprocedures, begeleiding plegers en verdachten, advies (zie ook: Telefonische Hulpdiensten)

Slachtofferhulp

Bureau Slachtofferhulp Rotterdam, Westersingel 6, 3014 GM Rotterdam, tel. 436 01 44 (na kantooruren: 476 39 44); geopend: ma.-vrij. van 9.00-17.00 uur
spreekuur op het politiebureau van Vlaardingen, woe. van 13.00-16.00 uur !

Steunpunt Huiselijk Geweld Vlaardingen, Parallelweg 2, 3131 DG, tel. 473 65 65 (voor hulpvragers) en 435 10 22 (voor hulpverleners, tijdens kantooruren) email: info@huiselijkgeweldnwn.nl; info: www.huiselijkgeweldnwn.nl, spreekuren ma. en vrij. 10.00 – 13.00 uur en woe. van 12.00 – 16.00 uur, (telefonisch 24 per dag bereikbaar voor informatie en advies, een luisterend oor, aandacht voor alle betrokkenen en snelle hulp- en dienstverlening bij huiselijk geweld)

Telefonische Hulpdiensten

Belasting Telefoon Particulieren, tel. 0800-0043

Stichting SOS Telefonische Hulpdienst, tel. 436 22 44, Postbus 25143, 3001 NC Rotterdam (24 uur per dag bereikbaar)

Kinder- en Jongerentelefoon, tel. 0800-0432 (gratis), elke dag van 14.00-20.00 uur

Meldtelefoon tegen discriminatie en racisme, tel. 0800 – 248 20 00 (gratis) elke dinsdag (e-mail: velevlaardingers@vlaardingen.nl)

Opvoedtelefoon Waterweg Noord, tel. 06-821 22 05 (20 Eurocent. p.m.) (ma.-vrij. van 9.00-17.00 uur, ma.-di.-woe. avond 19.00-21.30 uur (professionele informatielijn bij alle mogelijke opvoedingsproblemen)

Informatielijn Ouderenwerk (zie onder: **Ouderen**), tel. 248 68 90 (werkdagen van 8.30-12.30 uur) (informatie over wonen, zorg, welzijn en activiteiten van de Stichting Ouderenwerk)

Hulplijn Interkerkelijk beraad Verslaving Rotterdam, Postbus 26101, 3002 EC Rotterdam, tel. 476 75 95 (voor advies, informatie en een goed gesprek over verslaving aan alcohol, medicijnen, gokken, heroïne, cocaïne enz.; voor verslaafden, hun familieleden en vrienden en geïnteresseerden)

Praatlijn voor ouderen, tel. 020-627 33 85 (ouderen die een gesprek willen van mens tot mens); tussen 21.00 en 01.00 uur

Hulp- en informatielijn van de Nederlandse Kankerbestrijding, tel. 06-022 66 22 (gratis), bereikbaar van 10.00-12.30 uur en van 13.30-16.00 uur) (voor alle vragen over kanker en de emotionele en maatschappelijke problemen die daarmee samenhangen)

Slechtzienden- en Blindenlijn, tel. 030-945 444 (voor informatie over voorzieningen, regelingen en hulpmiddelen), Sijpesteinkade 25, 3500 GH Utrecht

IKON-Pastoraat, Melkpad 25 A, 1217 KA Hilversum, tel. 035-621 55 55, werkdagen van 8.30-17.30 uur

KRO – Omroeppastoraat, tel. 0320 – 257 400

Telefonische Hulpdienst Landelijke Stichting Ouders van Druggebruikers (LSOVD), tel. 072-515 22 44

Coördinatie Netwerk Vertrouwenspersonen Seksueel Misbruikten in Pastorale Situaties, tel. 496 03 10 (Marjo Eitjes, woensdagmorgen)

Meldpunt Seksueel Misbruikten:

- **IKON-Pastoraat**, tel. 035 – 621 55 55 (werkdagen van 8.30-17.00 uur)
- **Omroeppastoraat KRO**, tel. 0320 – 257 400 (werkdagen van 9.00-17.00 uur)
- **Meldpunt RK Kerk**, tel. 0900 – 899 84 11
- **Meldpunt CGK, GKV**, tel. 038 – 432 21 25 (di. 19.00-21.00 uur)

Hulplijn VBOK, tel. 06-730 en 033-462 02 44 (voor hulp aan moeder en kind bij ongewenste zwangerschap) (24 uur per dag)

Moeders voor Moeders, tel. 474 66 65 (Tineke Bijl) (zie onder: Gezondheid)

Telefooncirkel, info: Rode Kruis afd. Vlaardingen, Floris de Vijfdelaan 136, tel. 434 27 00 (ma.-vrij. van 9.00-12.00 uur) (dagelijks telefonisch contact van een groep mensen o.l.v. een vrijwilligster)

Lotgenotentelefoon Labyrint / In Perspectief, tel. 030-271 26 10 (ma.-vrij.9.00-12.00 uur en 19.00-21.30 uur) (voor familieleden van psychisch zieke mensen), Postbus 51 Infolijn, tel. 0800 – 8051 (9.00-21.00 uur)

Mantelzorglijn, tel. 0900 – 202 04 96 van 10.00 – 14.00 uur (hulplijn voor mensen die de dagelijkse zorg voor een chronisch zieke hebben)

Milieuklachtentelefoon DCMR, tel. 010 – 473 33 33 (24 uur per dag)

Korrelatie (nationaal publiekscentrum voor informatie, advies en hulp op het gebied van gezondheid en welzijn), tel. 0900 – 1450

Informatie- en klachtenbureau Gezondheidszorg, tel. 0900 – 243 70 70 (landelijk) en 010 – 465 90 84 (regio Rijnmond)

Al-Anon/Alateen, voor familieleden en vrienden van alcoholisten, tel. 0523 – 267266, 06 – 83119647, 06 -10271339 (Alateen, tieners)

Terminale Zorg

Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) NWN, Voorberghlaan 35, 3123 AX Schiedam, tel. 06-51175006, info@ vptz-nwn.nl (aanvullende thuiszorg door vrijwilli-

gers aan stervenden en hun familieleden) ma. t/m vrij. 09.00 – 13.30 uur website: www.vptz-nwn.nl (coördinator: L. Engelage)

Hospice De Margriet, Prinses Margrietlaan 15, 3136 AM Vlaardingen, tel. 474 76 18, www.hospicedemargriet.nl

Thuiszorg

Loket Welzijn en Zorg, publiekshal Stadskantoor, Westnieuwland 6, open: ma. – vrij. van 8.00 – 13.00 uur en 14.00 – 16.00 uur, woe. 8.00 – 19.00 uur, door het maken van een telefonische afspraak ben je direct aan de beurt, tel. 248 4000 (hier kun je terecht met alle vragen over voorzieningen in de sfeer van zorg en welzijn in het kader van de uitvoering van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (thuiszorg, maaltijdvoorzieningen, woningaanpassingen, mantelzorg, verslavingszorg enz.); informatie over de WMO op de website van de gemeente: www.vlaardingen.nl

STAT (Stichting Aanvullende Thuiszorg Nederland) (verleent aanvullende / intensieve zorg bij het thuis verzorgen van ernstig zieken; deze wordt meestal door het ziekenfonds vergoed), Postbus 234, 2700 AE Zoetermeer, tel. 079-341 34 44 (24 uur per dag bereikbaar)

MTZ Zorggroep, regiokantoor Vlaardingen, Oosthavenkade 43/44, 3134 NW, tel. 246 73 00 (24 u. p.d.); zie voor bijkantoren, spreekuren e.d. de gemeentegids (levert o.m. thuisverpleging en verzorging, huishoudelijke zorg, dieet- en voedingsvoorziening, ergotherapie, hulpmiddelen); servicepunt thuiszorgcentrale (hulpmiddelen / thuiszorgwinkel), ma.-vrij.: 9.00-17.30 uur, zat. 10.00-14.00 uur

De Oproepcentrale Nieuwe Waterweg Noord, p/a Voorberghlaan 35, 3123 AX Schiedam, tel. 427 81 99 (vrijwilligerswerk onder al dan niet inwonende ouderen, met bijzondere aandacht voor ouderen met geheugen- en gedragsstoornissen, praktisch handelen, terminale thuiszorg) (Karen van Zeijl)

Tweedehands spullen

Kringloopwinkel Het Goed Vlaardingen, Heleweg 8, 3133 AX, tel. 460 25 99 (ma. 11.00 – 17.00 uur, di.-vrij.: 10.00-18.00 uur, en za. 10.00-17.00 uur); aanbieding van goederen (gratis opgehaald): ma.-vrij. tel. zie boven

Kledingbeurs Leger des Heils, Händelstraat 10, 3131 EL, tel. 234 10 45 (woe. 14.00-16.00 uur) (kleding en meubilair, ook afgeven)

Cash Converters, in- en verkoop van tweedehands goederen, Mgr. Nolenslaan 774, 3119 EV Schiedam, open: ma. 13.00-18.00 uur / di.-vrij. 10.00-18.00 uur / zat. 10.00-17.00 uur) (tweedehands warenhuis, tevens 'pandjeshuis')

De Weggeefwinkel, Schiedamseweg 95, 3134 BD Vlaardingen, geopend ma. 10.00-12.00 uur en 2^e zaterdag van de maand (09.00-12.00 uur). (Spullen kunnen hier

worden afgegeven en gratis meegenomen, max. 4 artikelen per klant; uitsluitend klein huishoudelijk, elektronica, kleding, vrijetijdsartikelen e.d.; grote artikelen kunnen via een prikbord worden aangeboden).

Reparatiecafé Vlaardingen, gratis reparatie van al uw kapotte meubels, kleding, elektrische apparatuur, fietsen enz.; 1^e zaterdag van de maand in wijkcentrum West, Professor Teldersstraat 10, info: www.repaircafé.nl

Vakantieweken

Weken voor vitale ouderen, georganiseerd door de protestantse diaconie Vlaardingen; Schiedamseweg 95, 3134 BD Vlaardingen, contactpersoon: Nel Kleijwegt; inschrijving vóór 1 maart (twee verschillende weken, ieder jaar op een andere locatie; reductie op de deelnemersbijdrage door de diaconie is mogelijk)

Weken voor lichamelijk gehandicapten, georganiseerd door de protestantse diaconie Vlaardingen, in het F.D. Roosevelthuis te Doorn, Schiedamseweg 95, 3134 BD Vlaardingen, tel. 434 78 87; inschrijving: januari / februari (reductie op de deelnemersbijdrage door de diaconie is mogelijk)

Weken voor lichamelijk gehandicapten, georganiseerd door het Vakantiebureau van de Interkerkelijke Stichting Diakonaal Vakantiewerk (ISDV), Postbus 6, 6740 AA Lunteren, tel. 0318 – 484 641, in Vakantiecentrum F.D. Roosevelthuis te Doorn en Vakantie- en Congressentrum De Blijde Werelt in Lunteren

Vakantiefonds van de Protestantse Gemeente Vlaardingen, p/a Schiedamseweg 95, 3134 BD, tel. 434 68 55; inschrijving: september-november; (per jaar worden ca. 15 vakantiebungalows, verspreid over Nederland, gehuurd voor één à twee weken voor mensen met een kleine beurs; ook worden de kosten van een niet-commercieel kinderkamp en dagjes uit vergoed; de eigen bijdrage is € 60,--)

Diaconale vakantieweken voor éénoudergezinnen, georganiseerd door Service Bureau, 't Frusselt 30, 8076 RE Vierhouten, tel. 0577 – 411 556 (in opdracht van de SoW-kerken), op recreatiecentrum 'De Paasheuvel' in Vierhouten; aanmelding via de protestantse diaconie Vlaardingen, Schiedamseweg 95, 3134 BD, tel. 434 68 55 (een tegemoetkoming in de kosten is mogelijk)

Rita's Reisbureau via Rita's Reisbureau worden vakantiehuisjes, stacaravans, bungalows enz. van particulieren aangeboden aan gezinnen die van een minimum inkomen moeten rondkomen; er wordt een eigen bijdrage van € 50,- per gezin gevraagd, contactadres: Rita's reisbureau, Hang 16, 3011 GG Rotterdam, tel. 40 00 286, rita@maraprojecten.nl, website: www.ritasreisbureau.nl

Overige goedkope en aangepaste vakantiemogelijkheden, door verschillende aanbieders: informatie, folders e.d. hierover verkrijgbaar bij de protestantse diaconie Vlaardingen, Schiedamseweg 95, 3134 BD, tel. 434 68 55

Verslaving

Consultatiebureau voor Alcohol en Drugs, Bouman GGZ, Burg. van Lierplein 1, 3134 ZB, tel. 2723300.

(voor hulp en advies bij problemen met alcohol, medicijnen en gokken, aan zowel gebruiker als zijn/haar omgeving)

Al-Anon/Alateen, zelfhulpgroepen voor familieleden en vrienden van alcoholisten, Postbus 340, 6900 AH Zevenaar, www.al-anon.nl, tel. 0523 – 267266 / 06 – 83119647 (volwassenen) 06 – 10271339 (Alateen, tieners)

Crisiscentrum Alcohol (dag en nacht bereikbaar): Huis ter Schie, alcoholkliniek, Pieter Postlaan 6, 3042 CL Rotterdam, tel. 437 40 55 (externe dienst: tel. 477 93 00)

Anonieme Alcoholisten (AA), werkgroep Samen Sterk Schiedam, wijkcentrum Dreesplein, Dr. Willem Dreesplein 2, 3119 CW Schiedam, tel. 06 – 41 69 22 35 (bijeenkomsten ma. av. 20.00 uur); informatie: www.aa-nederland.nl)

Anonieme Alcoholisten (AA), werkgroep Samen Sterk, Schiedam, tel. 434 25 97 (Piet), tel. 015-617 689 (Arie); tevens steun aan partners, ouders en kinderen van overmatige drankgebruikers: Postbus 707, 3100 AS Schiedam, tel. 456 66 87 (Wil) of 434 25 97 (Piet)

Werkgroep Voorlichting Verslaving, p/a J. van Duijvenbooden, tel. 470 65 61 of N. de Graaff, tel. 434 55 55, e-mail: deduiventil@hotmail.com

Hulplijn Interkerkelijk beraad Verslaving Rotterdam, Postbus 26101, 3002 EC Rotterdam, tel. 476 75 95 (voor advies, informatie en een goed gesprek over verslaving aan alcohol, medicijnen, gokken, heroïne, cocaïne enz.; voor verslaafden, hun familieleden en vrienden en geïnteresseerden)

Land. St. Ouders van Druggebruikers (LSOVD), Rozenhoflaan 38, 7201 AW Zutphen, tel. 0575-516 633, tel. hulpdienst 072-515 224

Vervoer

Aangepast vervoer (mensen met een zware of lichte handicap kunnen gebruik maken van de vervoersdienst van het Vlaardingse Rode Kruis, dag. tussen 9.00 en 22.00 uur, zowel binnen als buiten Vlaardingen, bestellen van het vervoer liefst twee dagen van tevoren), Rode Kruis, Floris de Vijfdelaan 136, 3132 HN, tel. 234 20 49 ma. t/m vrij. (tussen 9.00 en 12.00 uur)

Aanvullend Openbaar Vervoer (Tele-Taxi) (voor **iedere** Vlaardinger die lid wordt, ongeacht leeftijd / vervoer in Vlaardingen, Schiedam en Maassluis / 7 dagen per week van 6.00-24.00 uur / minimaal 1 uur van tevoren de taxi bestellen / vervoerspas nodig / tussen 15 min. vóór en na de opgegeven tijd wordt men opgehaald / men

reist meestal samen met anderen en wordt geholpen met in- en uitstappen), inlichtingen: Informatielijn Ouderenwerk, tel. 010 – 248 68 90; tele-taxi bestellen: tel. 437 03 93 (7.00-22.00 uur)

Gehandicaptenvervoer – Assistentieverlening bij treinreizen (reservering één dag van tevoren tot 14.00 uur), informatie: NS, tel. 030 – 230 55 56 (tussen 8.00 en 16.00 uur)

Gehandicaptenvervoer – Traxx, deeltaxi van Connexxion in aanvulling op openbaar vervoer en voor vergelijkbare prijs (aanmelding uiterlijk één uur van tevoren); meer informatie Traxx Reisservice, tel. 0900 – 0987, teksttelefoon 0900 – 9292

Bezoekerstaxi Ziekenhuis, goedkope taxiservice naar en van het ziekenhuis, door de Vlaardingse Taxi Centrale, informatie: tel. 435 43 44

Vrijwilligerswerk

Stichting Unie van Vrijwilligers, afd. Vlaardingen UVV, contactpersoon: mw. E. Pannevis, tel. 413 08 77, e-mail: ellen@uvvrotterdam.nl

Servicepunt vrijwilligers, balie: Stadsbibliotheek Centrum, Waalstraat 100 (begane grond); *Openingstijden balie*: woensdag 13.30 – 16.00 uur, vrijdag 13.30 – 16.00 uur, zaterdag 10.30 – 13.00 uur; Postbus 1002, 3130 EB Vlaardingen, www.vlaardingen.nl/vrijwilligers (gemeentelijk steunpunt dat informatie, advies, ondersteuning en trainingen biedt voor vrijwilligers (-organisaties) en maatschappelijke stagiaires en een vrijwilligers vacaturebank aanbiedt)

Vrouwen

Stichting ‘Vrouwen Met een Handicap’, contactpersoon: Odiel Reef, tel. 413 60 42 (op werkdagen: 15.00-21.00 uur) (geen hulpverleningsinstelling, maar bedoeld om vrouwen met een functiebeperking **zichtbaar te maken** d.m.v. activiteiten, uitwisseling, onderzoek en samenwerking)
voor een overzicht van vrouwengroepen op levensbeschouwelijke en etnische basis: zie gemeentegids

Welzijnswerk / Opbouwwerk

Bureau Welzijnsprojecten, Parallelweg 2, 3131 DG, tel. 435 50 11, Postbus 125, 3130 AC
(zie voor **buurthuizen / wijkverenigingen** de gemeentegids)

Zeevarenden, hulp aan

Stichting Diaconaal Havenproject Rotterdam, Willemskade 13, 3016 DK Rotterdam, tel. 412 36 94 (of 0181-639 500) (dhr. Rijk van Lent)

Enkele richtlijnen bij doorverwijzing

1. *Verwijs niet te snel door, zeker niet als er niet om gevraagd wordt. Maak van verwijzen geen afwijzen !*
2. *De hulpvraag moet duidelijk zijn vóór je doorverwijst.*
3. *Schep geen verwachtingen die je niet waar kunt maken.*
4. *Vraag altijd wat iemand zelf al heeft gedaan om tot een oplossing van zijn/haar probleem te komen.*
5. *Vraag wat de hulpvrager van jou verwacht en waarom hij/zij juist bij jou is gekomen. Zo kun je erachter komen welke ervaringen iemand elders in de hulpverlening heeft opgedaan.*
6. *Verwijs niet naar kwakzalvers.*
7. *Je moet zelf op de hoogte zijn van hoe een instelling werkt en van wat zij te bieden heeft, b.v. of zij gratis werkt of een eigen bijdrage vraagt. Van verschillende instellingen is documentatie aanwezig op het diaconaal bureau (Schiedamseweg 95), bij het Bureau Sociaal Raadslieden (Parelweg 2) en in aanloophuis 'De Groene Luiken' (Oosthavenkade 8).*
8. *Verwijs, indien mogelijk, naar een concrete persoon: vaag als je met een instelling belt, naar een naam.*
9. *Laat iemand zoveel mogelijk **zelf** persoonlijk contact opnemen met een instelling.*
10. *Verwijs nooit vóór iemand **zonder** diens toestemming.*
11. *Beperk je, als je een instelling voor iemand belt, tegenover die instelling zoveel mogelijk tot feitelijke informatie. Geef geen interpretatie en ga niet psychologiseren. Vraag de persoon in kwestie eventueel wát hij/zij wil dat je vertelt. Laat hem/haar bij het telefoongesprek zijn.*
12. *Vraag de hulpvrager zelf eventueel nog eens te komen vertellen of de doorverwijzing zinvol is geweest. Zo krijg je zelf een beeld van de instellingen.*
13. *Laat je niet verleiden tot informatie-uitwisseling met andere hulpverleners zonder medeweten van de hulpvrager.*

Rob van Herwaarden

