

Lekker in je vel,  
lichamelijk  
gezond, en tevreden  
met je leven!



Graag houden wij jou op de hoogte van alle diensten, activiteiten, maar ook nieuws van Welzijn Teylingen. Deze nieuwsbrief verschijnt maandelijks, voor het meest actuele nieuws kun je een bezoek brengen aan onze website en de socials.



Facebook



Website



Instagram



LinkedIn

## meedoen

### Singles Café

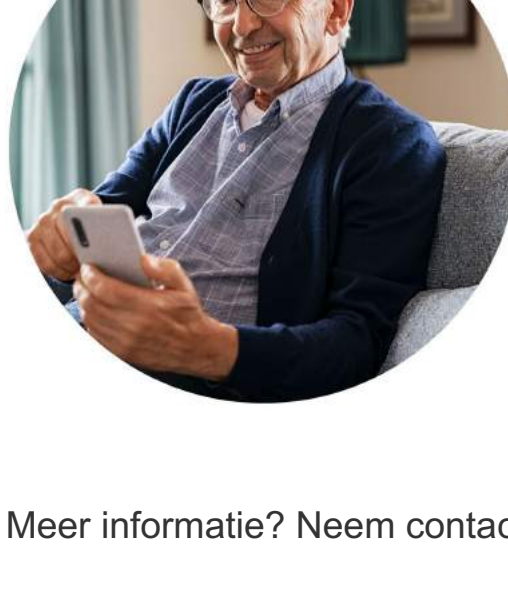


Op vrijdag 14 juni organiseren we weer een Singles Café voor actieve 60 plussers op een gezellige locatie in Lisse.

Het Singles Café biedt niet alleen dé gelegenheid om nieuwe vriendschappen te sluiten, gedeelde interesses te ontdekken en misschien zelfs die ene speciale connectie te vinden. Het is ook een hele gezellige middag met wat leuke activiteiten waarbij plezier maken centraal staat. Het is van 16.00 uur tot 19.30 uur en er wordt een lichte maaltijd verzorgd.

[Meer informatie en aanmelden](#)

### Telefooncirkel



Het is altijd fijn als iemand weet hoe het met je gaat. Mocht er wat zijn, dan sta je er niet alleen voor. Vooral voor alleenwonenden is die vinger aan de pols niet altijd vanzelfsprekend.

We werken al geruime tijd met de telefooncirkel die dit probleem op een eenvoudige manier oplost. In het dagelijks belrondeje wordt er van maandag tot vrijdag vanaf 9.00 uur volgens een rooster contact opgenomen. Bij geen gehoor kan de vrijwilliger actie ondernemen, naar wat is afgesproken.

Een keer per jaar komt iedereen bij elkaar en maken ze er een gezellig moment van. Dit is echter voor wie dat leuk vindt en geheel vrijwillig.

Meer informatie? Neem contact op via [info@welzijnteylingen.nl](mailto:info@welzijnteylingen.nl) of telefonisch op 0252 231 805.

### De gezellige lunch gaat door na de zomer

In goed gezelschap voordelig en gezond uit eten, dat kan!

Welzijn Teylingen en de Rotary Club Voorhout verzorgen een heerlijke lunch met een sociale 'bite'.

Ontspannen kletsen, lekker eten en voldoende ruimte om kennis te maken met elkaar. Dat maakt deze lunch tot een groot succes. En daarom zal Chefkok Claudia Braxhoofden van de Rotary Club Voorhout ook na de zomer iedereen weer verrassen met een lekker menu.

Bekijk de nieuwe reeks data op onze website en noteer deze alvast in de agenda.



[Meer informatie](#)

## in de buurt

### Buur & buurt box



Gemeente Teylingen en Welzijn Teylingen hebben een buur & buurt box ontwikkeld, die buurtbewoners kan helpen elkaar beter te leren kennen.

Elkaar kennen maakt dat je je thuis voelt in jouw buurt. Naar elkaar omkijken, een helpende hand uitreiken en een buur om hulp kunnen vragen als dat nodig is, is waardevol.

De buur & buurt box kan aangevraagd worden door één of meerdere buurtbewoners. Bewoners die graag naar een ander omkijken, die het leuk vinden om iemand waardering, steun of vrolijkheid te geven. Dit kan in de vorm zijn van een buurtfeest, maar ook een luisterend oor bieden of burens aan elkaar koppelen om samen te wandelen, te koken of koffie te drinken.

Kijk [hier](#) voor meer informatie en om je aan te melden.

### Buurtbakkies



**Geen inwoner van Teylingen hoeft meer alleen thuis te zitten!**

Kom gezellig naar de Buurtbakkies voor een kop koffie en een gezellig praatje of doe mee aan een leuke activiteit wanneer deze wordt georganiseerd. Iedereen is welkom.

Kijk [hier](#) voor de openingstijden van onze diverse buurtkamers.

## mantelzorg

### ROM regeling krijgt nieuwe naam

De Regeling Ondersteuning Mantelzorg heet vanaf heden de 'Adempauzeregeling'.

De Adempauzeregeling is bedoeld als kortdurende 'adempauze'. Met de Adempauzeregeling schakel je hulp in, zoals huishoudelijke hulp, vervangende hulp thuis (gezelschap thuis, hulp bij koken, boodschappen, administratie, klussen in en om het huis), of iets anders wat je tijdelijk zou kunnen ondersteunen.

De mantelzorgadviseurs gaan hier graag met je over in gesprek.



[meer informatie](#)

### Ontvang een mantelzorgcompliment



Inwoners van de gemeente Teylingen die mantelzorg ontvangen, kunnen als blijk van waardering een mantelzorgcompliment aanvragen voor hun mantelzorgverzorger.

Een mantelzorgverzorger biedt langdurig en onbetaald zorg aan een naaste die langdurig ziek is. Deze zorg vindt vaak thuis plaats, maar kan ook in het ziekenhuis of in een verzorgings- of verpleeghuis worden verleend. Mantelzorgers zijn er in alle leeftijdscategorieën.

Hoewel mantelzorg veel voldoening kan schenken, is het zorgen voor een naaste niet altijd eenvoudig. De gemeente Teylingen erkent de waarde van mantelzorgers en hun inzet en toont haar waardering door het uitreiken van een compliment in de vorm van een cadeaubon.

[Voorwaarden en aanvragen](#)

### Een Plum voor de jonge mantelzorgers

Er zijn ook jonge mantelzorgers in de leeftijd van 8 t/m 17 jaar in Teylingen. Kinderen die opgroeien in een gezin waar iemand extra aandacht nodig heeft, omdat diegene langdurig ziek is of een beperking heeft. Deze kinderen hebben extra zorgen, doen vaak meer taken in huis en zorgen soms zelfs voor deze persoon. Deze jonge mantelzorgers verdienen een Plum.



[Voorwaarden en aanvragen](#)

## Over ons

### Aanmelden intakegesprek met Adviseur Welzijn



Sinds kort vind je op onze website een knop 'intakegesprek'. Hier kun je als inwoner een gesprek aanvragen met een Welzijn/mantelzorgadviseur over onderwerpen die betrekking hebben op jouw welzijn, zoals wonen, werk, zingeving, vrije tijd, sociale contacten en/of mantelzorgtaken.

Maar ook zorgprofessionals (huisartsen, POH's, wijkverpleegkundigen, fysiotherapeuten etc.) kunnen op deze manier doorverwijzen en een cliënt bij ons aanmelden.

[Ga naar intakegesprek](#)



# Welzijn Teylingen

DE VERBINDENDE SCHAKEL

Welzijn Teylingen is er voor jou. Kun jij in lichamelijk, geestelijk of sociaal opzicht wat ondersteuning gebruiken? Of ben je juist die mantelzorgverzorger die wat extra hulp nodig heeft? Maak eens een afspraak met één van onze adviseurs. Zij bieden niet alleen een luisterend oor, zij komen met informatie, advies en praktische ondersteuningsmogelijkheden én kijken samen met jou welke stappen jij kunt zetten.

Daarbij organiseren we diverse activiteiten voor alle inwoners in Teylingen. Misschien leuk om eens aan deel te nemen?

Ook zetten we ons samen met buurtbewoners in voor betrokken en levendige buurten! Wil jij iets doen voor jouw wijk en kun jij daar wel wat handvaten bij gebruiken? Neem gerust [contact](#) met ons op.

