

Handige websites en telefoonnummers

De Gemeente Den Haag

- Algemeen:

Telefoon: 14070

www.denhaag.nl

- Afdeling SZW (Sociale zaken en werkgelegenheid)

Telefoon: 070-3537500

- WMO melding doen:

<https://www.denhaag.nl/nl/zorg-en-ondersteuning/wmo-melding-doen.htm>

WLZ (Wet Langdurige Zorg) aanvragen:

www.ciz.nl

088 - 789 1000

Sociale kaart Den Haag

www.socialekaartdenhaag.nl

Haagse senioren

www.haagsesenioren.nl

Servicepunt XL Wijkz

Ouderenconsulenten en maatschappelijk werk

Wijkcentrum De Henneberg

Tramstraat 15

2551 TT Den Haag

070-2052590

Email: w.dehenneberg@wijkz.nl

www.servicepuntxl.nl

Open inloop en telefonisch bereikbaar:

Maandag, dinsdag en donderdag

09.00 - 12.30 uur

Op afspraak:

maandag t/m vrijdag van 09.00 -17.00 uur



Handige tips

- In de telefoon een contactpersoon onder ICE (In Case of Emergency)
- In de meterkast een lijst noodnummers zoals die van huisarts, huisartsenpost en contactpersonen.
- Reservesleutel bij familie, buren of vrienden
- **Indien je een sleutel van een buur ontvangt ook een telefoonnummer van een contactpersoon en de huisarts vragen**
- Lijst met handige diensten zoals, burenhulp, boodschappendienst honden uitlaatdienst
- Met iemand afspraken maken
- Tas klaarzetten voor het geval u plotseling opgenomen wordt

Tas inpakken voor opname in ziekenhuis

Hoeveel u meeneemt hangt natuurlijk af van de tijd dat u in het ziekenhuis bent. De volgende dingen moet u zeker in uw tas doen:

- BSN/Legitimatiebewijs: een paspoort, Identiteitskaart of rijbewijs.
- Naam, adres en telefoonnummer van een contactpersoon/personen.
- Registratiekaart van het ziekenhuis, als u al ingeschreven staat bij het ziekenhuis.
- Pasje en papieren van de ziektekostenverzekering.
- Uw medicijnen in de originele verpakking, zodat artsen snel kunnen zien welke middelen u gebruikt.
- Lijst van medicijnen waar u allergisch voor bent.
- Dieetvoorschriften als u een dieet volgt op medisch advies.
- Voldoende kleding. Dus pyjama's, ondergoed, sluffen, ochtendjas en als u niet veel in bed hoeft te liggen ook kleding en sokken.
- Een plastic zak voor de vuile was.
- Toiletartikelen, bijvoorbeeld tandpasta en tandenborstel, kam/borstel, shampoo en douchegel, parfum, deodorant, dag- en nachtcrème, scheerspullen, lenzenvloeistof en lenzendoosje, spiegeltje, nagelschaartje en –vijl.
- Wat contant geld, in de meeste ziekenhuizen kunt u ook pinnen.
- Eventueel een rollator
- Tijdschriften, boeken, puzzelboekje.
- Mobiele telefoon ook voor favoriete muziek