

# Stappenplan

*Aanvraag van zorg, hulpmiddel of voorziening:  
een goede voorbereiding is het halve werk!*



**KBOH**

Kwaliteits- en Bruikbaarheidsonderzoek  
van Hulpmiddelen voor gehandicapten en ouderen



## Voorwoord

De begrippen zelfstandigheid en keuzevrijheid worden steeds belangrijker in de zorg. Als gevolg daarvan komen er veel vragen op u af als u zorg, een hulpmiddel of een voorziening nodig hebt. Bijvoorbeeld:

*Wat is precies mijn probleem en hoe omschrijf ik dat?*

*Welke hulpmiddelen zijn op de markt verkrijgbaar?*

*Waar kan ik terecht voor de juiste zorg?*

*Wat komt er kijken bij de aanvraag hiervan?*

*En hoe ga ik dit bekostigen?*

Zelfstandigheid en keuzevrijheid vergen van u een actieve houding. Als u van tevoren weet wat er te krijgen is en wat uw fysieke en financiële mogelijkheden zijn, zal de hulp beter aansluiten bij uw behoefte.

In deze brochure leest u wat er komt kijken bij het aanvragen van zorg, een hulpmiddel of voorziening. De informatie helpt u bij het formuleren van uw situatie, wensen en mogelijkheden. Op de volgende pagina treft u een schematisch stappenplan aan dat in de daaropvolgende pagina's wordt toegelicht. Deze informatie helpt u bij de voorbereiding op het gesprek met de adviseur of consulent, die beoordeelt of u in aanmerking komt voor hetgeen u hebt aangevraagd. Achterin de brochure vindt u adressen van organisaties die u in het aanvraagtraject kunnen ondersteunen en een werkblad dat laat zien hoe u uw eigen situatie kunt schetsen.

Veel succes bij de aanvraag!



# Stappenplan voor de aanvraag van zorg, hulpmiddel of voorziening

	<b>Stap 1</b>	<b>Wetten en regels</b> waarmee u in aanmerking komt bij de aanvraag van zorg, hulpmiddel of voorziening	pag 5
	<b>Stap 2</b>	<b>Uw problemen, wensen en mogelijkheden</b> in kaart brengen aan de hand van vragen en een werkblad	pag 9
	<b>Stap 3</b>	<b>De aanvraag</b> indienen: hoe en bij wie?	pag 13
	<b>Stap 4</b>	<b>Het gesprek</b> met de arts of indicatiesteller: hoe werkt dat?	pag 15
	<b>Stap 5</b>	<b>Het besluit</b> en de vervolgstappen bij toe- of afwijzing van uw aanvraag	pag 17





## Stap 1

### **Wetten en regels**

#### **waarmee u in aanmerking komt bij de aanvraag van zorg, hulpmiddel of voorziening**

U hebt een handicap, (chronische) ziekte of aandoening waardoor u niet meer alles kunt zoals u zou willen. U kunt bijvoorbeeld geen lange afstanden meer lopen, waardoor het lastig is om boodschappen te doen. Vóórdat u gaat denken aan mogelijke oplossingen is het belangrijk om iets te weten van de wet- en regelgeving voor de aanvraag van zorg, een hulpmiddel of voorziening.

#### **Relevante wetgeving**

- Wvg: in Nederland is het bij de Wet voorzieningen gehandicapten (Wvg) geregeld dat voorzieningen als een rolstoel, scootermobiel, woningaanpassingen verstrekt en (gedeeltelijk) vergoed worden door de gemeente. Ook voor een gehandicaptenparkeerkaart en bijzondere bijstand kunt u bij de gemeente terecht.
- AWBZ: hebt u verzorging of verpleging nodig, dan wordt dit vaak vergoed door de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten (AWBZ). Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) in uw gemeente of regio bepaalt of u in aanmerking komt voor de zorg ([www.ciz.nl](http://www.ciz.nl)).
- Welzijnswet: een voorziening als Tafeltje-dek-je wordt deels vergoed door de Welzijnswet. Doorgaans kunt u hiervoor contact opnemen met Stichting Welzijn in uw gemeente.
- Zorgverzekeraar: medische alarmering en communicatie-hulpmiddelen worden meestal vergoed door uw eigen zorgverzekeraar. Hiervoor hebt u in principe een aanvullende verzekering nodig.

### **Wetswijziging op komst!**

De Wvg, de Welzijnswet en een deel van de AWBZ worden binnenkort waarschijnlijk vervangen door een nieuwe wet, de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Voor de aanvraag van voorzieningen en huishoudelijke zorg kunt u terecht bij de gemeente. Op de website [www.invoerwmo.nl](http://www.invoerwmo.nl) kunt u meer over de uitvoering van deze wet lezen.

### **Wat komt er kijken bij het indienen van een aanvraag?**

Als u een aanvraag indient, vraagt u in feite het CIZ, uw zorgverzekeraar of uw gemeente om een (gedeeltelijke) vergoeding van zorg, een hulpmiddel of voorziening. U moet allerlei formulieren invullen en u zult verschillende mensen te woord moeten staan. Vervolgens wordt besloten of u in aanmerking komt voor vergoeding. Alle instanties houden zich hierbij aan de wettelijke regelingen die zijn opgesteld. Het besluit dat genomen wordt is bindend, maar onder bepaalde voorwaarden kunt u bezwaar maken. Vraag na hoe u bezwaar kunt aantekenen.

*Houd bij de aanvraag rekening met de volgende voorwaarden en mogelijkheden:*

- U krijgt meestal te maken met meerdere medewerkers van het CIZ, uw zorgverzekeraar of gemeente. Dit zijn vaak indicatiestellers, zoals een (indicatie)adviseur of een (gemeente)consulent en een arts of medisch adviseur. Zij vragen uitgebreid naar uw problemen, mogelijkheden en wensen en brengen op grond daarvan advies uit. Zorg ervoor dat u daadwerkelijk spreekt met diegene die de indicatie zal stellen; het heeft geen zin uw verhaal te vertellen aan een telefonist of administratief medewerker.
- De gemeente vergoedt de goedkoopste adequate (=passende) voorziening. U krijgt alleen vergoed wat u nodig hebt om ondanks uw beperking, zo goed mogelijk te kunnen meedoen



in de maatschappij. De rolstoel met standaardkleur wordt in principe vergoed. Uitvoeringen in andere kleuren worden niet vergoed, omdat ze duurder zijn.

- Het CIZ bekijkt of er sprake is van 'gebruikelijke zorg'; zorg waarvan verwacht wordt dat huisgenoten (partners, ouders en kinderen) die kunnen leveren. Hebt u een volwassen huisgenoot, dan krijgt u geen (budget voor) huishoudelijke verzorging, tenzij die huisgenoot zelf ziek of gehandicapt is, of overbelast dreigt te raken.
- Binnen de wettelijke kaders kan de gemeente zelf de uitvoering van de wetgeving bepalen. Dat betekent bijvoorbeeld dat mensen uit een andere gemeente met dezelfde vraag een andere voorziening kunnen krijgen.
- Als u zorg nodig hebt, kunt u kiezen uit 'zorg in natura' of een 'Persoonsgebonden Budget' (PGB). Zorg in natura wil zeggen dat er iemand bij u thuis komt om u te helpen. Met een PGB kunt u deze zorg zelf inkopen, waardoor u meer keuzevrijheid hebt. Voor voorzieningen is soms ook een PGB mogelijk. Vraag dit na bij uw gemeente.
- Ook zonder de hulp van het CIZ, uw zorgverzekeraar of gemeente kunt u zorg, een hulpmiddel of voorziening inkopen, maar u betaalt dan alles zelf. Koop nooit een hulpmiddel met de gedachte achteraf de gemaakte kosten te kunnen terugkrijgen!





## Stap 2

### ***Uw problemen, wensen en mogelijkheden in kaart brengen aan de hand van vragen en een werkblad***

Bij de aanvraag van zorg, een hulpmiddel of voorziening is het belangrijk uw probleem, wensen en mogelijkheden goed te omschrijven. Onderstaande informatie helpt u daarbij.

#### ***Wat is mijn situatie?***

U kunt uw situatie op drie niveaus verwoorden:

Niveau 1: Welke ziekte, aandoening of handicap heb ik?

Bijvoorbeeld: reuma.

Niveau 2: Welke klachten heb ik als gevolg van deze ziekte, aandoening of handicap?

Bijvoorbeeld: weinig kracht.

Niveau 3: Wat betekent dit voor mij? Wat kan ik niet meer, als gevolg van de klachten, terwijl ik dat wel zou willen?

Bijvoorbeeld: ik kan de was niet ophangen.

U kunt uw situatie in kaart brengen door voor uzelf na te gaan op welke momenten van de dag of week u als gevolg van uw ziekte, aandoening of handicap niet de dingen kunt doen die u wilt doen. Beschrijf hierbij zo goed mogelijk wat u niet kunt (niveau 3) en hoe dat komt (niveau 2). Denk hierbij aan: mobiliteit (opstaan, lopen, bukken, traplopen), uw persoonlijke verzorging (wassen, kleden, eten, drinken, haarverzorging), het huishouden (schoonmaken, de was doen, boodschappen halen, koken) en werk.

#### ***Voorbeeld***

Ik kan niet *...de...was...ophangen...*,  
dit komt omdat ik *...weinig...kracht...in...mijn...handen...heb...*

### ***Wat zijn mijn wensen?***

Na het in kaart brengen van uw situatie gaat u bij uzelf na wat uw wensen zijn. Bijvoorbeeld:

- Ik wil mijn boodschappen kunnen doen.
- Ik wil mijn huis schoonhouden.
- Ik wil mijzelf kunnen wassen.

Hierbij benoemt u nog geen oplossingen. In deze fase stelt u kritische vragen aan uzelf: waarom zijn deze wensen zo belangrijk? Welke wens is het belangrijkste? Waarom wil ik mijn boodschappen zelf kunnen doen?

### ***Wat zijn mijn eigen mogelijkheden en oplossingen?***

Wanneer u uw situatie en wensen kent, gaat u nadenken over uw mogelijkheden. Hierbij gaat het om uw eigen oplossingen. Wat zijn uw mogelijkheden om uw probleem zelfstandig te verhelpen? Bijvoorbeeld: ik ben slecht ter been, maar mijn partner kan de boodschappen doen.

Als u geen mogelijkheden ziet om uw probleem zelf op te lossen, dan is het belangrijk een goede onderbouwing te geven voor de oplossing die u in gedachten hebt. Houdt u er rekening mee dat de beslissing van het CIZ, uw zorgverzekeraar of gemeente desondanks kan afwijken van uw wens.

### ***Het formuleren van de vraag***

Als u een goed overzicht hebt van uw situatie, wensen en mogelijkheden kunt u een vraag formuleren. Bijvoorbeeld:

- Kan ik een scootermobiel krijgen?
- Kan ik huishoudelijke hulp krijgen?
- Kan ik verpleging krijgen?

## *Tips*

- U kunt een dagboek bijhouden van uw dagelijkse activiteiten om uw problemen helder te krijgen. Achter elke activiteit zet u of het problemen gaf en waarom (zie ook het 'Werkblad' achter in deze brochure).
- Ook mensen in uw omgeving kunnen helpen uw problemen in kaart te brengen.
- U kunt MEE inschakelen (organisatie voor ondersteuning bij leven met een beperking). MEE informeert mensen met een functiebeperking, biedt ondersteuning en wijst de weg naar verschillende instanties.
- Een ergotherapeut kan u helpen uw situatie inzichtelijk te maken. Vraag bij de huisarts een verwijzing voor de ergotherapeut.





### Stap 3

## De aanvraag indienen: hoe en bij wie?

Onderstaand schema geeft weer wát u kunt aanvragen en bij welke instantie.

Wat vraagt u aan?	Waar moet u zijn?
Vervoersvoorziening, woonvoorziening en rolstoelen	Uw gemeente
Gehandicaptenparkeerkaart	
Bijzondere bijstand (financiële steun voor noodzakelijke kosten)	
Sociale alarmering (vanuit onveilig gevoel en kwetsbaarheid)	Stichting Welzijn (Ouderen) in uw gemeente Benodigd: advies van de huisarts, thuiszorg of ziekenhuis
Tafeltje-dek-je	
Medische hulpmiddelen als orthopedisch schoeisel, communicatieapparatuur, (medische) alarmering	Uw zorgverzekeraar Benodigd: verwijzing van behandelde arts
Zorg	Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ)

*N.B.: als de Wet maatschappelijke ondersteuning is ingevoerd, kan de geschetste situatie veranderen.*

## **Het aanvraagformulier**

Als u een aanvraag indient bij het CIZ, uw zorgverzekeraar of gemeente, krijgt u meestal een aanvraagformulier (soms digitaal) toegestuurd dat u thuis kunt invullen. Daarbij hebt u nodig: persoonsgegevens, adresgegevens, (huis)artsgegevens, verzekeringsgegevens, gegevens van uw woon- en leefsituatie en gegevens van een eventuele contactpersoon en behandelaars. Ook dient u uw situatie, uw vraag en de aanleiding daarvan (stap 1 en 2) te omschrijven.

Zodra u het ingevulde aanvraagformulier hebt teruggestuurd, wordt een afspraak met u gemaakt voor een huisbezoek, een spreekuur of een telefonisch gesprek.

### **Tip**

- Krijgt u te horen dat er sprake is van een telefonische beoordeling? Neem voldoende voorbereidingstijd. U kunt een afspraak maken voor een later moment.





#### Stap 4

### **Het gesprek met de arts of indicatiesteller: hoe werkt dat?**

Het gesprek met de indicatiesteller of arts start altijd met een kennismaking. Het eerste gesprek kan verschillende doelen hebben. Dit is onder meer afhankelijk van de moeilijkheid van uw vraag en de (regionale) afspraken en bevoegdheden. Wanneer het doel u niet duidelijk is, kunt u daarnaar vragen. Houdt u er rekening mee dat een arts wellicht ook een medisch onderzoek verricht.

#### ***Het bespreken van uw situatie, wensen en mogelijkheden***

De indicatiesteller bespreekt vooral de problemen die u ervaart bij activiteiten (niveau 3, zie pagina 9). Bovendien beoordeelt hij de oorzaken van deze problemen (niveau 1 en 2, zie pagina 9) en waarom u hieraan iets wilt doen. Waarom denkt u bijvoorbeeld dat dagbesteding (een vorm van ondersteunende begeleiding) een oplossing is voor u? Wat voor dagbesteding zou dit moeten zijn? Wilt u dit 1 dag of enkele dagen? De indicatiesteller vraagt wat u zelf hebt gedaan om uw probleem op te lossen en wat de mogelijkheden in uw omgeving zijn (hulp van partner, kinderen, burens).

Afhankelijk van uw vraag komt de indicatiesteller bij u thuis en kan u vragen om een activiteit voor te doen. Het huisbezoek is ook een manier om een beeld te krijgen van de omgeving waarin u leeft en woont. Doe daarom uw situatie niet anders voor dan die is.

#### ***Het adviesrapport***

Aan het einde van het gesprek krijgt u waarschijnlijk niet meteen te horen wat het advies of besluit zal zijn. De indicatiesteller maakt een verslag van zijn advies en bespreekt dit vaak nog met een arts of medisch adviseur. Zorg ervoor dat u bij de afsluiting

van het gesprek precies weet wat er is afgesproken, wanneer wie wat komt doen en wie contact opneemt. Bespreek ook de financiële kant; vaak is een eigen bijdrage vereist. U kunt in deze fase vragen of een Persoonsgebonden Budget (PGB) voor u mogelijkheden biedt.

### **Tips**

- Neem het ingevulde werkblad mee naar het gesprek.
- U kan iemand meenemen naar het gesprek. Deze persoon kan u, zo nodig, aanvullen.
- Ook een consultant van MEE of een ergotherapeut kan u begeleiden bij het gesprek.
- Mogelijk bent u het straks niet eens met de beslissing. Probeer daarom alvast een beeld te krijgen van de regeling 'Bezwaar en beroep' van de instantie waar u de aanvraag hebt ingediend.



## Stap 5

### **Het besluit**

## **en de vervolgstappen bij toe- of afwijzing van uw aanvraag**

Met de indicatiesteller spreekt u af wanneer en van wie u het advies of de beslissing hoort. Soms volgt er nog een gesprek of onderzoek. Trek niet te snelle conclusies en kijk goed naar het doel van de vervolgstappen. Met het proefrijden in een scootermobiel wil de indicatiesteller bijvoorbeeld beoordelen of u voldoende rijvaardig bent. Dit is dus geen garantie dat u een scootermobiel krijgt!

U ontvangt altijd een schriftelijk bericht met de beslissing of u in aanmerking komt voor de zorg, het hulpmiddel of de voorziening. Ook de vervolgstappen staan er kort in beschreven.

### **Vervolgstappen op het besluit**

Komt u in aanmerking voor de door u aangevraagde *voorziening* of het *hulpmiddel* dan wordt u in de vervolgstap begeleid door een inhoudsdeskundige, zoals een ergotherapeut, fysiotherapeut, wijkverpleegkundige, orthopedisch schoenmaker, instrumentmaker, (rolstoel)leverancier of bouwkundige. De deskundige helpt u bij het uitzoeken en leveren van de goedkoopste adequate (=passende) voorziening en stelt een programma van eisen op waaraan de voorziening of het hulpmiddel voor u moet voldoen.

Komt u in aanmerking voor de door u aangevraagde *zorg* (zoals persoonlijke verzorging of huishoudelijke hulp) dan wordt uw indicatie naar het zorgkantoor gestuurd. Het zorgkantoor, ingesteld door uw zorgverzekeraar, regelt dat u de zorg krijgt waarvoor u een indicatie hebt gekregen. Als u een voorkeur voor een bepaalde zorgaanbieder hebt doorgegeven, wordt deze door het zorgkantoor benaderd. De zorgaanbieder neemt contact met u

op en maakt afspraken met u over de zorg. Hebt u geen voorkeur, dan zoekt het zorgkantoor naar een geschikte zorgaanbieder. Deze organisatie neemt contact met u op om de zorg te organiseren.

### **Bezwaar aantekenen**

Komt het besluit niet (volledig) tegemoet aan uw vraag of is uw aanvraag afgewezen dan kunt u onder bepaalde voorwaarden hiertegen bezwaar aantekenen. Hoe dit in zijn werk gaat, staat in de regeling 'Bezwaar en beroep' van de instantie waar u de aanvraag hebt ingediend.

### **Tip**

- Hebt u een aanvraag gedaan bij de gemeente? Een indicatiesteller stelt een advies op aan de gemeente en motiveert dit. Vraag aan de indicatiesteller een kopie van de rapportages en bespreek of u mag reageren. Op basis van het advies van de indicatiesteller beslist de gemeente of en wat zij verstrekken.

## ***Meer informatie***

Hier vindt u een overzicht van verenigingen en instanties die een rol (kunnen) spelen bij de aanvraag van zorg, een hulpmiddel of voorziening.

### ***CIZ (voorheen: RIO)***

Het Centrum Indicatiestelling Zorg beoordeelt of u in aanmerking komt voor professionele zorg.

Ga naar [www.ciz.nl](http://www.ciz.nl) of kijk in het telefoonboek voor een overzicht van alle CIZ (of RIO) regiokantoren en bijbehorende adressen.

### ***Gemeente***

Een adviseur of consulent van uw gemeentekantoor beoordeelt of u in aanmerking komt voor een voorziening. Sommige gemeenten hebben een loket voor voorzieningen.

Neem contact op met het gemeentekantoor in uw woonplaats.

### ***Huisarts***

Een huisarts heeft vaak een verwijzfunctie.

Om in aanmerking te komen voor sociale alarmering of Tafeltje-dek-je hebt u een advies nodig van uw huisarts, thuiszorgorganisatie of ziekenhuis. Voor medische hulpmiddelen als orthopedisch schoeisel, communicatieapparatuur en medische alarmering hebt u een medisch advies nodig van uw (huis)arts.

## ***IRv***

Kenniscentrum voor Revalidatie en Handicap. Dit expertisecentrum biedt informatie over uiteenlopende onderwerpen zoals: dagelijkse problemen van gebruikers van hulpmiddelen, de kennisvraag van intermediairs, beleidsvraagstukken van verstrekkers (gemeente, ministeries, CvZ, verzekeraars).

Zandbergseweg 111  
6432 CC Hoensbroek  
Telefoon 045 523 75 37  
Fax 045 523 15 50  
E-mail [general@irv.nl](mailto:general@irv.nl).  
Website [www.irv.nl](http://www.irv.nl)

## ***KBOH***

Kwaliteits- en BruikbaarheidsOnderzoek van Hulpmiddelen voor gehandicapten en ouderen. Het onafhankelijk expertise- en informatiecentrum gericht op hulpmiddelen en bijbehorende diensten.

Helsinkilaan 4  
3446 AH Woerden  
Telefoon 0348 436 700  
Fax 0348 433 257  
E-mail [info@kboh.nl](mailto:info@kboh.nl)  
Website [www.kboh.nl](http://www.kboh.nl)

## **MEE**

Voor iedereen met een beperking. MEE informeert, biedt ondersteuning en wijst de weg naar verschillende organisaties.

Ga naar [www.mee.nl](http://www.mee.nl) voor een overzicht van alle MEE-organisaties of kijk in het telefoonboek voor de adresgegevens van een MEE-organisatie bij u in de buurt.

MEE Nederland (Landelijk bureau)  
Maliebaan 71F  
Postbus 85271  
3508 AG Utrecht  
Telefoon 030 236 37 07  
Fax 030 234 07 72  
Website [www.meenederland.nl](http://www.meenederland.nl)

## **Per Saldo**

De belangenvereniging van en voor mensen met een persoonsgebonden budget (pgb) in Nederland.

Postbus 19161  
3501 DD Utrecht  
Telefoon 0900 742 48 57 (Per saldo heeft voor leden een ander telefoonnummer)  
Fax 030 231 49 75  
E-mail [info@pgb.nl](mailto:info@pgb.nl)  
Website [www.pgb.nl](http://www.pgb.nl)

## **Stichting Welzijn (Ouderen)**

Een adviseur of consulent van de Stichting Welzijn in uw gemeente helpt u bij de verstrekking en (gedeeltelijke) vergoeding van sociale alarmering en Tafeltje-dek-je.

Kijk in het telefoonboek voor de adresgegevens van de Stichting Welzijn (Ouderen) bij u in de buurt.

## **Zorgverzekeraar**

Een adviseur of consulent van uw verzekeraar beoordeelt of u in aanmerking komt voor een medisch hulpmiddel.

## **Interessante websites**

- [www.ergotherapie.nl](http://www.ergotherapie.nl): voor een overzicht van ergotherapeuten in uw regio. U kunt ook in de gouden gids kijken.
- [www.grootveld.net/handicap.htm](http://www.grootveld.net/handicap.htm): informatie en advies over wonen en zorg.
- [www.handicap.nl](http://www.handicap.nl): organisatie van de ANGO met informatie over zelfstandig wonen, mobiliteit, toegankelijkheid, werk en scholing, inkomen en gezondheid.
- [www.handy-wijzer.nl](http://www.handy-wijzer.nl): informatiesysteem over hulpmiddelen en revalidatietechnologie.
- [www.hulpmiddelenwijzer.nl](http://www.hulpmiddelenwijzer.nl): informatiesysteem van het iRv met informatie over hulpmiddelen voor mensen met een functiebeperking.
- [www.leefwijzer.nl](http://www.leefwijzer.nl): informatie over wonen, vervoer, werk en school, gezondheid.
- [www.invoeringwmo.nl](http://www.invoeringwmo.nl): informatie over het wetsvoorstel en de invoering van de Wet maatschappelijke ondersteuning.



## Werkblad

### Mijn situatie in kaart gebracht

In stap 2 staat hoe u uw situatie, wensen en mogelijkheden kunt formuleren. Dit werkblad kan daarbij als voorbeeld dienen. Houd al uw activiteiten bij voorkeur meerdere dagen bij, als een soort dagboek.

Tijdstip	Activiteit	Welke klachten leiden tot problemen?	Hoe belangrijk is de activiteit voor mij?	Wat doe ik om mijn probleem zelfstandig te verhelpen?	Hoe en waarmee denk ik mijn probleem op te kunnen lossen?
8.00 uur	Opstaan	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.
8.05 uur	Douchen	Ik heb evenwichtsproblemen en kan daardoor niet lang staan.	Heel belangrijk, ik kan nu niet veilig douchen.	Veel steun zoeken en meestal zittend wassen aan de wastafel.	Een aanpassing in de badkamer?
10.00 uur	Boodschappen doen	Problemen met lang staan, lopen en evenwicht.	Een beetje belangrijk.	Zo nu en dan op een bankje zitten, lopen met stok en mijn dochter doet de grote boodschappen.	Een manier om eenvoudiger zelf kleine boodschappen te doen. Is daarvoor een oplossing? Een rollator?

Voor meer schrijfruimte zie achterzijde.

Tijdstip	Activiteit	Welke klachten leiden tot problemen?	Hoe belangrijk is de activiteit voor mij?	Wat doe ik om mijn probleem zelfstandig te verhelpen?	Hoe en waarmee denk ik mijn probleem op te kunnen lossen?

## Colofon

Copyright 2e druk: © KBOH 2005

Tekst:	KBOH en Marie-Jeanne Bisscheroux, Zeist
Vormgeving en druk:	Double Design, Ridderkerk
Met dank aan:	Alle personen en instanties die zich hebben ingezet bij de totstandkoming van deze brochure. In het bijzonder gaat onze dank uit naar de begeleidingscommissie bestaande uit de volgende personen:
Anke Heijsman	Nederlandse Vereniging voor Ergotherapie (NVE)
Bram van der Ende	Fortune
Fokke Klaver	Fortune
Paul Trommelen	Van Brederode
Paula Zwijgers	Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ)
Theo Trompetter	Trompetter & Van Eeden
Wim Peters	Vereniging Nederlandse Gemeenten (VNG)

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd bestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, digitaal of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. KBOH kan niet aansprakelijk worden gesteld voor schade voortvloeiend uit het gebruik van dit product.



### ***Hebt u problemen...***

bij het uitvoeren van activiteiten in het dagelijkse leven als gevolg van een handicap, (chronische) ziekte of aandoening? Bijvoorbeeld met traplopen, boodschappen doen of uw partner verzorgen.

### ***Wilt u een oplossing...***

voor uw probleem om uw zelfstandigheid te behouden of vergroten? Bijvoorbeeld: een gelijkvloerse woning, een traplift, een scootermobiel, een invalidenparkeerkaart, bijzondere bijstand, thuiszorg, hulp in de huishouding, Tafeltje-dek-je of alarmering.

### ***Mist u de informatie...***

om te bepalen wat voor u een goede oplossing is, weet u niet goed waar u terecht kunt en hebt u weinig of geen ervaring met het aanvragen van zorg, hulpmiddelen of voorzieningen?

***Dan helpt deze brochure u op weg! Hierin staan de stappen voor het aanvragen van zorg, een hulpmiddel of voorziening overzichtelijk op een rij. Zo kunt u zich goed voorbereiden op de gesprekken die u moet voeren met een consulent, arts of (indicatie)adviseur.***



Kwaliteits- en Bruikbaarheidsonderzoek  
van Hulpmiddelen voor gehandicapten en ouderen

Helsinkilaan 4 - Postbus 2072 - 3440 DB Woerden  
Tel.: (0348) 43 67 00 - Fax (0348) 43 32 57  
E-mail: [info@kboh.nl](mailto:info@kboh.nl) - [www.kboh.nl](http://www.kboh.nl)