

Sociale kaart Warmenhuizen

In dit document staan zoveel mogelijk contactgegevens van organisaties, zorgverleners en verenigingen etc. in en om Warmenhuizen. Mocht er onverhoopt onjuistheden in staan of gegevens ontbreken mail dan naar warmenhuizen@trefpuntgezondenzo.nl. Staat u niet op de kaart, maar wilt u ook worden toegevoegd mail dan ook naar dit adres. Aan dit document kunnen geen rechten worden ontleend.

21 april 2023

Inhoud

SPORT EN BEWEGING	3
MEEDOEN EN ZINGEVING	4
VERENIGINGEN	4
KERK	5
BUURTHUIZEN	5
WELZIJN	5
VERVOER	6
DAGBESTEDING	7
MANTELZORGONDERSTEUNING	8
FINANCIËLE VRAAGSTUKKEN	8
DIGITALISERING	8
MEDISCHE ZORG EN BEHANDELING	9
ARTS EN APOTHEEK	9
THUISZORG	10
GESPECIALISEERDE VERPLEGING	10
<i>Verpleegtechnische zorg</i>	10
<i>Palliatieve zorg</i>	10
<i>Parkinson verpleegkundige</i>	10
<i>CVA verpleegkundige</i>	10
<i>Wondverpleging</i>	11
<i>Longverpleegkundige</i>	11
<i>Consulent Positieve Gezondheid</i>	11
<i>GGZ verpleegkundige</i>	11
<i>Oncologie verpleegkundige</i>	11
REVALIDATIE EN EERSTELIJN PARAMEDICI	11
MONDZORG	12
MEDISCH OVERIG	12
ALTERNATIEVE GENEESWIJZEN	13
MENTAAL WELBEVINDEN	14
WONEN	15
HULPMIDDELEN	15
KINDEREN	16
OVERIGE	16
VRAAG EN AANBOD DIGITAAL VERBINDEN	17
GEZONDHEID APPS	17
NIEUWE MENSEN LEREN KENNEN	17
HANDIGE WEBSITES	18

Sport en beweging

	Contactgegevens	Omschrijving
Natuur voor gezondheid	https://www.allesisgezondheid.nl/knowledgebase/natuur-voor-gezondheid/ https://www.artsenleefstijl.nl/cddata/0095/files/1615996811_2024979_ARTS_folder_nat_uurengezond.pdf	Natuur heeft een positief effect op de gezondheid van mensen. Daarvoor zijn inmiddels duidelijke wetenschappelijke bewijzen. Natuur draagt bij aan een verbetering van de leefstijl, de psychische gezondheid, het afweersysteem en de kwaliteit van de leefomgeving.
GLI gecombineerde leefstijl interventie	Moet worden voorgeschreven door huisarts https://miguide.nl/coolwarmenhuizen_spencer/	Nieuwe gewoontes aanleren en volhouden is niet makkelijk! De kans is groot dat je zonder professionele begeleiding na een tijdje terugvalt in je oude gewoontes. In het programma word je daarom bijgestaan door jouw persoonlijke leefstijlcoach. Je gaat in groepsessies en individuele gesprekken met je coach aan de slag met de kleine stapjes die je dichterbij jouw doel zullen brengen. En dat alles helemaal gratis dankzij een volledige vergoeding vanuit de basisverzekering!
Team Sportservice Noordkop	https://jouw.teamsportservice.nl/schagenholandskroon 088 – 203 73 50 noordkop@teamsportservice.nl	Sport- en beweegloket voor gemeente Schagen, beweegaanbod voor ouderen / kwetsbare groepen. O.a. Beweegadvies voor alle leeftijden Sportloket Verenigingsadvies Bewegingsonderwijs Sporten in de wijk voor jong en oud Opzetten initiatieven indien deze nog niet voorhanden zijn
Beweeg en wandelgroepen	Wandelgroep Warmenhuizen Beweegaanbod senioren	
Stichting jeugdsport Warmenhuizen	https://www.jeugdsport-warmenhuizen.nl/	Stichting Jeugdsport Warmenhuizen biedt binnen de gemeente Warmenhuizen mogelijk de oplossing om deze kinderen financieel een handje te helpen en aan het sporten te krijgen.
Sportief Wandelen en Atletiek AV Nova	https://www.avnova.nl/pg-31863-7-119648/pagina/welkom.html	NOVA is een supergezellige atletiek- en wandelvereniging in Warmenhuizen. De ideale vereniging voor de fanatieke atleten, de hardlopers en zeker de sportieve wandelaars en nordic wandelaars. Iedereen is welkom bij NOVA!
Dinto Volleybal	https://www.dinto.nl/pg-867-7-5041/pagina/home_volleybalvereniging_dinto_warmenhuizen.html	
TPW -Tennis	https://www.tpwarmenhuizen.nl/	
Ijsclub SIS	https://www.siswarmenhuizen.nl/pg-29387-7-95904/pagina/algemeen.html	
Voetbalvereniging VIOS	https://www.vios-w.nl/	
Ser's Gym Warmenhuizen	https://www.champ.nl/product/adb19f85-bb9b-40ad-bc77-7a241eeb0a3e	Heeft ook senioren programma
Samen Fitness en aquafit	zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100 https://www.woonzorggroepsamen.nl/thuiszorg-samen/samen-fitness/	Fitness, groepslessen, bewegen in water speciaal voor oudere doelgroep en mensen met chronische ziekte. Onder begeleiding van Bewegingsagogen
Fitcenter Warmenhuizen	https://fitcenterwarmenhuizen.nl/	
Fitness Warmenhuizen	https://www.fitnesswarmenhuizen.nl/info@fitnesswarmenhuizen.nl T: 0226701457	Fitnessclub met begeleiding
Judoschool	www.ebisports.nl	

Meedoen en zingeving

Verenigingen

	Contactgegevens	Omschrijving
Toneelvereniging Spot70	https://spot70.nl/ info@spot70.nl	
Schaakvereniging	http://warmenhuizen76.nl/contact/ info@warmenhuizen76.nl	Iedere vrijdagavond om 20 uur in het Dorpshuis Warmenhuizen. Voor jong & oud Zowel beginnend als ervaren
Volkstuinvereniging Warmenhuizen	https://www.vtwarmenhuizen.nl/	
Senioren 55+ Gezelligheidsvereniging Warmenhuizen	gejomolenaar@live.nl	Contributie 17,50 euro per jaar
Harmonie DSV muziekvereniging	https://harmoniedsv.nl/ Susan van Dijk Dorpsstraat 12 1749AG Warmenhuizen E-mail: info@harmoniedsv.nl	
Historische vereniging Harenkarspel	https://hvharenkarspel.nl/ hisverhar ledenadm@live.nl	
Bridge club Wikken en wegen	www.wikkenenwegen.com info@wikkenenwegen.com	
Schilder- en teken vereniging Tjeerd Sotemann	https://tjeerdsotemann.nl/ Oostwal 25 te Warmenhuizen nfo@tjeerdsotemann.nl	
BASE jongeren vereniging	www.jvbase.nl Dorpshuis info@jvbase.nl	
Koor - Cantorij van de Oude Ursulakerk	Tuinfluterstraat 19 1749VN Warmenhuizen Inl.: mw. G. Barsingerhorn T: 0226 391628 E: gbarsingerhorn@hotmail.com	
Gemengde zangvereniging Kun je nog Zingen	Krankhoorn 1 1749AN Warmenhuizen Inl.: mw. T. Ligthart T: 0226 392751	
Ritmisch koor Warmenhuizen	Zwartepad 6 1749BA Warmenhuizen Inl.: mw. M. Mosch T: 0226 392042 E: cp.mosch@quicknet.nl	
Zangvereniging Excelsior	Maasweid 5 1749JX Warmenhuizen Inl.: Irma Jongejan T: 0226 393461 E: gjm.jongejan@quicknet.nl	
R.-k. gemengd Ursula koor	Fabrieksstraat 48 1749AX Warmenhuizen Inl.: T. Smit T: 0226 391682 E: theoria@quicknet.nl	

Kerk

	Contactgegevens	Omschrijving
Kerk Gereformeerde Kerk Krabbendam	www.gereformeerdekerkkrabbendam.nl	
Protestantse kerk	https://www.pknwh.nl/oude-ursulakerk-warmenhuizen/ scribapknharenkarspel@gmail.com	

Buurthuizen

	Contactgegevens	Omschrijving
Buurtkamer Angelapark Warmenhuizen		
Buurtkamer Josefpark Tuitjenhorn		
Dorpshuis Warmenhuizen	https://www.dorpshuiswarmenhuizen.nl/index.php Tel: 0226 - 39 1705 Silvia: 06 - 10 24 58 29 Sunni: 06 - 33 15 29 74 Email: pronk@dorpshuiswarmenhuizen.nl	
Dorpshuis Krabbendam 't Trefpunt	https://www.krabbendammererfgoed.nl Info@nancykooij.nl	

Welzijn

	Contactgegevens	Omschrijving
Wonen plus welzijn	T: 0224 273 140 E: schagen@wonenpluswelzijn.nl	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Maatjes ▪ Doet & ontmoet – activiteiten ▪ Vervoer ondersteuning en advies ▪ Woonadviseur ▪ Vrijwillig ouderen ondersteuners - welzijnsadvies ▪ Thuisabonnement – klusjes ▪ Informatief huisbezoek ▪ Maaltijdvoorziening ▪ Werk-leer bedrijf
Graag gedaan De vrijwilligers van Graag Gedaan kunnen vervoer voor u regelen en bijvoorbeeld klusjes en tuinwerk verrichten. Kantoor Tuitjenhorn Kantoor Warmenhuizen	https://www.wonenpluswelzijn.nl/pg-21592-7-129609/pagina/zelfstandig_thuis-graag_gedaan.html 0226-393335 0226-393838	
Maaltijdservice	maaltijden@wonenpluswelzijn.nl 0224-273150	
Balans in Zigt (gewicht- en leefstijlconsulent)	Marcia van Reijen Zigt 11 1749 KH Warmenhuizen www.balansinzigt.nl	-Bij vraagstukken over gezonde leefstijl, preventie, afvallen etc. (zonder medische achtergrond). -coaching - gedragsverandering - gezond voedingspatroon - preventie Wordt bekostigd vanuit het aanvullende zorgpakket.
Wijkteam gemeente Schagen WMO	0224-210400	Wijkteam van de Gemeente Schagen kunnen adviseren en indiceren voor:

Wijkteam Zuid (Warmenhuizen)		Hulp bij huishouden, woonvoorzieningen, rolstoelen, vervoer, begeleiding en dagbesteding, respijtzorg, PGB, kosten en eigen bijdrage
Humanitas (voor inzet vrijwilligers) Kantoor Kop van Noord-Holland Coördinator Irene Ruijter Humanitas PTZ	T: 0223-617422 E: kopvannoordholland@humanitas.nl vhb.kopnh@humanitas.nl	Ondersteuning voor mensen die door omstandigheden tijdelijk hulp nodig hebben bij het opbouwen van een sociaal netwerk of geldzorgen hebben Max. 1 jaar
Humanitas ondersteuning bij palliatieve zorg	https://www.humanitas.nl/afdeling/kop-van-noord-holland/activiteiten/humanitas-vrijwillige-palliatieve-terminale-zorg-vptz/	Vrijwilligers van palliatieve terminale zorg helpen. Ze bieden tijd, aandacht en ondersteuning aan degene die gaat sterven en diens naasten.
Zonnebloem	0226-393565 www.warmenhuizen.zonnebloem.nl p.a.deruijter@quicknet.nl	De Zonnebloem is een vrijwilligersorganisatie die activiteiten en huisbezoeken organiseert voor fysiek beperkten. Denk hierbij aan koffie of thee drinken, wandelingen, een bezoekje aan een winkelcentrum, activiteiten op feestdagen, uitstapjes met de bus, vakanties en meer.
MEE – De Wering	088 – 0075 271	MEE & de Wering helpt alle inwoners van Noordwest-Holland. Met vragen over geld, wonen, werken, mantelzorg, leven met een beperking en meer.
Voedselbank Langedijk	Langedijk: www.voedselbanklangedijk.nl Broekerwerf 3 1721 PC Broek op Langedijk (Noord-Holland) Telefoon: 06-15 27 45 67 E-mail: info@voedselbanklangedijk.nl	

Vervoer

	Contactgegevens	Omschrijving
Vervoersmogelijkheden Gemeente Schagen Wijkteamconsulent kan hierin adviseren	https://www.schagen.nl/sites/default/files/2022-08/Vervoersboekje%20augustus%202022.pdf Gemeente Schagen 0224-210400	
Abonnee bij Wonen Plus Welzijn	https://www.wonenpluswelzijn.nl/pg-21592-7-129630/pagina/zelfstandig_thuis_vervoer-schagen.html	Een vrijwilliger brengt en haalt u van deur tot deur naar een medische bestemming, bijvoorbeeld naar een dokter of specialist. In overleg wacht de vrijwilliger ter plekke op u of haalt u later weer op. De vergoeding voor vervoer is € 0,33 per gereden kilometer plus eventuele parkeerkosten. Het aantal kilometers wordt berekend vanaf het adres van de vrijwilliger en vice versa.
Graag gedaan De vrijwilligers van Graag Gedaan kunnen vervoer voor u regelen en bijvoorbeeld klusjes en tuinwerk verrichten. Kantoor Tuitjenhorn Kantoor Warmenhuizen	https://www.wonenpluswelzijn.nl/pg-21592-7-129609/pagina/zelfstandig_thuis-graag_gedaan.html 0226-393335 0226-393838	▪
Zittend ziekenvervoer via zorgverzekering	Alleen op medische indicatie, hiernaast de uitleg	https://www.woonzorggroepsamen.nl/wp-content/uploads/2023/01/Zittend_ziekenvervoer_web-versie.pdf

Dagbesteding

	Contactgegevens	Omschrijving
Esdégé-Reigersdaal - Skager AC	www.skagerac.st-er.nl skagerac.administratie@esdege-reigersdaal.nl 0224 219743	Dagactiviteiten, begeleid werken, training en behandeling aan mensen met een beperking. Zowel cliënten met niet-aangeboren hersenletsel (NAH), lichamelijke beperking of een verstandelijke beperking kunnen er terecht. Er is een scala aan mogelijkheden op het gebied van ontspanning en ontmoeting, bewegen, educatie, creativiteit. Er zijn activiteiten gericht op ontwikkeling, behoud en/of training van vaardigheden, lotgenotencontact en therapie voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel en afasie. Extern zijn er mogelijkheden om werkervaring op te doen bij een bedrijf.
De Bron	T: 088-6194100 E: d.centrumdebron@wzgsamen.nl	Op indicatie
Angelapark	T: 088-6194100 E: Dagactiviteitenangelapark@woonzorggroepsamen.nl	Op indicatie
De Iep	T: 0224-562589 E: info@zorgatelierdeiep.nl	Voor mensen met dementie
Zorgboerderij De Vrijheid	https://www.zorgboerderijdevrijheid.nl/ Diepsmeerweg 46 1749 AZ Warmenhuizen Telefoon: 06-50935258 E-mail: Info@zorgboerderijdevrijheid.nl	Voor mensen met dementie
Zorgboerderij Boeiend	http://boerderijdemoel.nl/ Telefoon: 0226 – 391585 Mobiel: 06 – 30053236 Oudewal 115 1749 CC, Warmenhuizen Boeiend@BoerderijdeMoel.nl	Voor begeleiding op de boerderij is een geldige CIZ-indicatie noodzakelijk.
't Bonte erf - kinderen	https://bonte-erf.nl/ De Fuik 2 1749XJ Warmenhuizen 06 – 395 321 60 info@bonte-erf.com	't Bonte erf is een kleinschalige, groene zorglocatie biedt dagbesteding, onderwijs en logeren aan kinderen (5-12 jaar) die te maken hebben met sociaal-emotionele problemen en ontwikkelingsstoornissen. De begeleiding richt zich op een persoonlijke benadering en biedt de kinderen een veilige omgeving waarin contact met leeftijdsgenoten, in een natuurlijke omgeving, centraal staan

Mantelzorgondersteuning

	Contactgegevens	Omschrijving
Mantelzorgcentrum	https://www.mantelzorgcentrum.nl/ T: 0224 - 74 50 59 E: info@mantelzorgcentrum.nl	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Consulent mantelzorg – voorlichting over <ul style="list-style-type: none"> ▪ Respijtmogelijkheden ▪ Familiezorg ▪ Netwerkversterking ▪ Onafhankelijk cliëntondersteuning ❖ Mantelzorgmakelaar <ul style="list-style-type: none"> ▪ Regelen PGB ▪ Regelen vervoer ▪ Mantelzorgwoning ▪ Indicaties voor zorg aanvragen ▪ Aanwezig als cliëntondersteuner bij keukentafelgesprek ▪ Mantelzorg en werk ▪ Aanvragen toeslagen ▪ Bereken WLZ eigen bijdrage ▪ Uitleg mogelijkheden WLZ ▪ Dagbesteding ❖ 1 op 1 coaching ❖ Ontmoetingsgroepen
Mantelzorgmakelaar	http://www.mantelzorgmakelaar.nl/mantelzorgmakelaars T: 072-5095253	
Respijtzorg	https://www.mantelzorgvrij.nl/	
Humanitas ondersteuning bij palliatieve zorg	https://www.humanitas.nl/afdeling/kop-van-noord-holland/activiteiten/humanitas-vrijwillige-palliatieve-terminale-zorg-vptz/	Vrijwilligers van palliatieve terminale zorg helpen. Ze bieden tijd, aandacht en ondersteuning aan degene die gaat sterven en diens naasten.

Financiële vraagstukken

	Contactgegevens	Omschrijving
Mantelzorgcentrum	https://www.mantelzorgcentrum.nl/ T: 0224 - 74 50 59 E: info@mantelzorgcentrum.nl	Mantelzorgmakelaar: ondersteuning in Regelen PGB, Indicaties voor zorg aanvragen, Aanvragen toeslagen, Bereken WLZ eigen bijdrage, Uitleg mogelijkheden WLZ
Wonen Plus Welzijn		
Wijkteamconsulent	https://www.schagen.nl/hulp-bij-geldzaken-en-schulden 0224-210400	Hulp bij geldzaken en schulden
MEE de Wering	088 – 0075 271 info@meewering.nl	Omgaan met geld, schulden wat nu?, belastingen en toeslagen, wetten en regels

Digitalisering

	Contactgegevens	Omschrijving
Digitale overheid Wonen Plus Welzijn	Maandagmiddag van 14.30 tot 16.30 uur Bibliotheek Harenkarspel Oostwal 6, 1747 EZ, Tuitjenhorn	Iets regelen met de overheid gebeurt steeds meer op de computer via het internet. Bijvoorbeeld het aanvragen van een AOW-uitkering, het regelen van zorg of het verlengen van het rijbewijs. Veel mensen vinden dit lastig. Het is fijn als iemand hierbij kan helpen. Bij het IDO helpen deskundige vrijwilligers van Wonen Plus Welzijn de mensen op weg. Iedereen is zonder afspraak welkom. Lid van de bibliotheek zijn is niet nodig en de hulp is gratis.

Medische zorg en behandeling

Arts en apotheek

	Contactgegevens	Omschrijving
Huisartsenpraktijk Warmenhuizen Dr. Reijmerink, dr. Thung en dr. Bartens Contact via Zicht op Zorg app Anita Dekker POH	info@huisartsenwarmenhuizen.nl T: 0226-391212	
Huisartsenpraktijk Tuitjenhorn Dr. Hutten en dr. Tillemans Sammy Kesteloo	E: huisarts.tuitjenhorn@zorgring.nl T: 0226-393131 E: poh.tuitjenhorn@zorgring.nl T: 0226-393131	
Huisartsenpraktijk Dirkshorn Dr. Groeneweg en dr. Kaptein	T: 0224-551232 E: hap.dirkshorn@zorgring.nl	
Zinchroon, praktijk voor integrale (huisarts)geneeskunde en orthomoleculaire geneeskunde	Kanaalkade 45, 1749 CN Warmenhuizen T: 06-51215928 Zinchroon@ziggo.nl	Praktijk voor integrale (huisarts) geneeskunde en orthomoleculaire geneeskunde
Noordwest Ziekenhuisgroep (Alkmaar)	https://www.nwz.nl/Locaties/Alkmaar T: 072-5484444	
Noordwest Ziekenhuisgroep (Den Helder)	https://www.nwz.nl/Locaties/Den-Helder T: 0223-696969	
Apotheek Elkerlyc Apothekerassistentes Apotheker Onno Buil	T: 0226-395971 E: info@apothekelckerlyc.nl	Advies en begeleiding medicijnen, voeding, medische hulpmiddelen en wondverzorging
Starlet	https://www.starlet-dc.nl/locaties/	
Zorgkantoor Kantoor CIZ	088-1311660 088-7891000	
Centrum Oosterwal (dermatologie/flebologie) Alkmaar	https://centrum-oosterwal.nl T: 072-5157744	
Gynaecologisch Centrum Alkmaar	https://www.gcalkmaar.nl T: 072-5142160	

Thuiszorg

	Contactgegevens	Omschrijving
Thuiszorg Samen (Woonzorggroep Samen) Wijkverpleegkundige Elina Groot-Hofstede	088-619 4779 elina.hofstede@wzgsamen.nl 088-619 4595 (wijkverpleegkundigen team) wijkverpleegkundigen@wzgsamen.nl Thuiszorgteam Warmehuizen - Woonzorggroep Samen	Wijkverpleging Verpleeg technisch team Gespecialiseerde verpleging Positieve gezondheid Hulpmiddelen Medicijn dispenser - Medido
Evean Wijkverpleegkundige Joke Bierman	0900-9897 jbierman@evean.nl https://www.evean.nl/zorgaanbod/thuiszorg	Wijkverpleging Verpleeg technisch team Gespecialiseerde verpleging Hulpmiddelen Medicijn dispenser - Medido Beeldbellen - Tessa
Omring Thuiszorg	sercvce@omring.nl 088-2068910	
Buurtzorg Zijpe	085-0403700 info@buurtzorgnederland.com	

Gespecialiseerde verpleging

	Contactgegevens	Omschrijving
Verpleegtechnische zorg		
Verpleegtechnisch Team Samen (VTT) (Woonzorggroep Samen)	Tijdens kantoortijden via 088-619 4595 Buiten kantoortijden via 088-619 4695 verpleegkundigtechnischteam@wzgsamen.nl	Het VTT Samen bestaat uit een team van verpleegkundigen die gespecialiseerd zijn in het verrichten van en coachen op verpleegtechnische handelingen. Het VTT kan binnen 30 minuten ter plaatse zijn en is 24/7 bereikbaar.
Technisch team Evean	ttnhn@evean.nl tel:088-3833035	
Palliatieve zorg		
Palliatief verpleegkundigen Samen Marjolein Mouton Annemieke Verresen	Zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100 https://www.woonzorggroepsamen.nl/thuiszorg-samen/verpleging-en-verzorging-thuis/	
Hospice Schagen	https://www.hospiceschagen.nl Johan Vermeerstraat 1, 1741 KK Schagen T 0224 274 000 info@hospiceschagen.nl	
Parkinson verpleegkundige		
Parkinson verpleegkundige Samen Mariëlla van Vliet	Zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100 https://www.woonzorggroepsamen.nl/thuiszorg-samen/verpleging-en-verzorging-thuis/	
Parkinson verpleegkundige Evean	0900-9897 https://www.evean.nl/zorgaanbod/thuiszorg	
CVA verpleegkundige		
CVA verpleegkundige Samen Rosalie Peperkamp	Zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100 https://www.woonzorggroepsamen.nl/thuiszorg-samen/verpleging-en-verzorging-thuis/	

CVA verpleegkundige Eveen	0900-9897 https://www.evean.nl/zorgaanbod/thuiszorg	
Wondverpleging		
Wondverpleegkundigen Samen Nanda Besseling Nynne Janse	Zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100 https://www.woonzorggroepsamen.nl/thuiszorg-samen/verpleging-en-verzorging-thuis/	
Wec, wond expertise centrum Eveen	wec@evean.nl tel: 075 6470050	
Longverpleegkundige		
Longverpleegkundigen Samen Diana Moens Natascha Binnewijzend	Zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100 https://www.woonzorggroepsamen.nl/thuiszorg-samen/verpleging-en-verzorging-thuis/	
Longverpleegkundige Eveen	longverpleegkundigennhn@evean.nl Tel:0299 394914	
Consulent Positieve Gezondheid		
Consulent Positieve Gezondheid Samen Wilma Levendig	Zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100	
GGZ verpleegkundige		
Gespec. Verpleegkundigen GGZ en probleemgedrag Jan Peter Koeten Jennifer Kaandorp	Zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100	
Oncologie verpleegkundige		
Oncologie Verpleegkundige Eveen	oncologieverpleegkundigennhn@evean.nl Tel: 0299-394911	

Revalidatie en eerstelijns paramedici

	Contactgegevens	Omschrijving
Revalidatie- & behandelcentrum Samen - Revalidatie (GRZ) - Schagen - Eerstelijns verblijf (ELV) - Eerstelijns paramedische behandeling - Samen Fitness - Aqua fit (zwemmen)	Algemene mailadres voor inschakelen van fysiotherapeut, ergotherapeut, logopedist of diëtist: Zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100 https://www.woonzorggroepsamen.nl/revalidatie-en-behandeling/	
Eerstelijns paramedi Samen - Fysiotherapie (1 ^e lijn) - Ergotherapie (1 ^e lijn) - Diëtetiek (1 ^e lijn - digitaal)	Algemene mailadres voor inschakelen van fysiotherapeut, ergotherapeut, logopedist of diëtist: Zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100 https://www.woonzorggroepsamen.nl/revalidatie-en-behandeling/	
Ergotherapie Noord-Holland	Kalverdijk 21 1747GH Tuitjenhorn T: 0226-393869 E: info@ergotherapienoordholland.nl	optimaal zelfredzaam functioneren

Fysiotherapie Middendorp Tuitjehorn	Dorpsstraat 33, 1747 HA Tuitjehorn/ Hornhoeve 1(kamer 120), 1746 BC Dirksborn T: 0226-393942 / 0224-551204 https://www.fysiotherapiemiddendorp.nl	
Praktijk voor Fysio- /Manueeltherapie en Osteopathie Ton van der Ven Warmenhuizen	https://www.fysiotonvden.nl/	
Fysiotherapie Sport en Manuele Therapie André Dekker	https://www.therapeutischcentrumschoorl.nl/	
Fysiotherapie Martijn Bakker	https://fysiotherapiemartijnbakker.nl/	
Fysiotherapie knieproblemen (YouTube kanaal)	https://www.youtube.com/channel/UC8liQsut9_gZcZOkrVuLQA/videos	
POFA Praktijk voor Ontspannings- en Fysiotherapie Alkmaar	https://www.pofa.nl	
Cesar en psychosomatische oefentherapeut	https://oefentherapietuitjehorn.nl	
Logopediepraktijk Schagen	Noord 84a 1741 BG Schagen T. Abbey : 06-83 57 90 81 T. Sanne : 06-33 92 74 86 E. info@logopedieschagen.nl	
Dieet& Co	Zuiderweg 27 1741 NA Schagen 085 488 4700 info@dieetenco.nl	Dieetadvisering en leefstijlcoaching

Mondzorg

	Contactgegevens	Omschrijving
Tandartspraktijk Blanco	https://www.tandartspraktijkblanco.nl/ Dorpsstraat 194, 1749 AK Warmenhuizen info@tandartspraktijkblanco.nl Telefoonnummer: (0226) 79 20 44	
Tandartsenpraktijk Boon & Hoekstra	https://tandartsenpraktijkwarmenhuizen.tandartsennet.nl/afspraak/	
MGH Mondzorg, Praktijk voor Mondhygiëne	https://mghmondzorg.nl/ 0226 – 233 022 Alingterp 7, Warmenhuizen	

Medisch overig

	Contactgegevens	Omschrijving
Optometrist mw. Brienesse (Mas voor Ogen)	https://maxvoorogen.nl/op-zoek-naar-een-optometrist	Bij familiale oogziekten als glaucoom en macula degeneratie, bij diabetes, prisma metingen, Fixatie Disparatie onderzoek en oogmetingen bij kinderen vanaf 8 jaar.
Verloskundigenpraktijk Duin & Kijk	https://duinendijk.nl Doorbraak 6, 1749 AM Warmenhuizen T: 0226-392062 Dorpsstraat 13, 1747 HA Tuitjehorn	

Alternatieve geneeswijzen

	Contactgegevens	Omschrijving
Fix my body pijnbestrijding	Oostwal 21, 1747 EZ Tuitjenhorn Ina Groenland 06 18241825	
Retrain Pain (korte presentatie over pijn)	https://www.retrainpain.org/nederlands/	
Nog meer vormen van alternatieve geneeswijzen zijn te vinden op de website van VGZ	https://www.vgz.nl/zorg-regelen/zorgzoeker#/resultaten?zorgsoortId=147&locatie=WARMENHUIZEN&straal=10000&jaar=2023&uniqueId=2023_83058_0	
Oerfit	https://oerfit.nl Fabrieksstraat 43, 1749 AV Warmenhuizen T: 06-46314753	Praktijk voor leefstijlgeneseskunde en orthomoleculaire therapie.
Praktijk Bilancia	https://praktijkbilancia.nl Veilingweg 69, 1749 EJ Warmenhuizen T: 06-45274013	Praktijk voor natuurgeneeskunde, diverse soorten massages en gezondheidsplannen op maat.
Justjordy	https://justjordy.nl De Fuik 19, 1749 XH Warmenhuizen T: 06-18781323	Orthomoleculair therapeut & ervaringsdeskundige. Hulp bij darmproblemen, buikklasten, een verlaagde weerstand, vermoeidheid, slaapproblemen en nog veel meer.
Grow	https://reflexologie.works Oostwal 2, 1747 EZ Tuitjenhorn T: 06-44500667	Praktijk voor natuurgeneeskunde en is er op gericht je gezondheid te bevorderen op natuurlijke wijze. Gespecialiseerd in zwangerschapsreflexologie.
Praktijk voor Euritmietherapie	Buttersloot 23, 1747 JH Tuitjenhorn T: 0226-390821	
Bewust goed leven	https://bewustgoedleven.nl Dorpsstraat 65a, 1747 HB Tuitjenhorn T: 06-10193271	Praktijk voor orthomoleculaire therapie.
Wilco van der Stoop Acupunctuur	https://wilcovanderstoop.nl Manusveert 132, 1747 JC Tuitjenhorn T: 0226-394286	

Mentaal welbevinden

	Contactgegevens	Omschrijving
Casemanager Geriant Angelique Vieveen	0223 648 100 info1@geriant.nl https://www.geriant.nl/	
Slaapoefentherapie	https://contact.slaapoefentherapie.nl/adres/tuitjenhorn-danique-schermer Dorpsstraat 33 Tuitjenhorn 06-24339152 daniqueschermer@gmail.com	Oefentherapeuten behandelen slaapproblemen met o.a. cognitieve gedragstherapie. Zij behandelen slaap als een onderdeel van het algemeen dagelijks functioneren en de lichamelijke en geestelijke gevolgen die een slechte nachtrust op de mens kan hebben.
Centrum voor Levensvragen Jos Timmerman	https://www.stichtingquestio.nl/ E: info@stichtingquestio.nl	
Praktijkondersteuner GGZ – in huisartsenpraktijk	info@huisartsenwarmehuizen.nl T: 0226-391212	
GGZ	https://www.ggz-nhn.nl/website 088 65 65 010	
Wonen plus welzijn Aandacht voor verlies Rouwverwerking groep	T: 0224 273 140 E: schagen@wonenpluswelzijn.nl https://www.wonenpluswelzijn.nl/pg-21592-7-129635/pagina/persoonlijke_begeleiding-aandacht_voor_verlies.html	
Psychologiepraktijk Schouwenaar	https://praktijkschouwenaar.nl/ Oostwal 2 1747 EZ Tuitjenhorn 06-28393299 info@praktijkschouwenaar.nl	
Jong Stress vrij Volwassen Stress vrij	https://jongstressvrij.nl/waar-kan-ik-jou-bij-helpen/ Telefoon: 06-25395536 WhatsApp: 06-25395536 info@jongstressvrij.nl De ondernemerscentrale Oostwal 2 1747 EZ Tuitjenhorn	Stress, burn-out, bore-out, angst, levensvragen, depressie Wij bieden begeleiding voor jongvolwassenen, volwassenen die vastlopen in het leven met psychische problematiek. We bieden daarnaast ook hulp in relatietherapie en gezinstherapie.
Praktijk Parigger Samen werken aan welzijn Bergen/Warmehuizen	https://www.praktijkparigger.nl/ T: 06-83948882 E: info@praktijkparigger.nl	
Psychologiepraktijk Hollands Noorden (Schagen)	https://www.psychologiepraktijk-hn.nl/ T: 0224-760020 E: info@psyhn.zorgring.nl	
Psychologiepraktijk Eline Biesheuvel (Schagen/Alkmaar)	https://www.psychologiebiesheuvel.nl/ T: 072-8200371 E: secretariaat@psychologiebiesheuvel.nl	
Vicino Noord-Holland-Noord (Alkmaar)	https://www.vicinonhn.nl T: 072-5272707 E: info@vicinonhn.nl	Vicino is een regionale organisatie die de zorgverlening voor mensen met lichte tot matige psychische en/of sociale klachten organiseert in Noord-Holland Noord. Dit doen wij door praktijkondersteuners GGZ (POH-GGZ) aan te bieden aan huisartsen. Vicino betekent 'dichtbij' in het Italiaans. Dit is precies waar wij voor staan. Vicino biedt toegankelijke zorg bij u in de buurt.

Zorg om boer en tuinder (ZOB)	https://www.zorgomboerentuinder.nl/	Boeren en tuinders staan soms voor moeilijke keuzes in het bedrijf, voor het gezin en voor zichzelf. Stichting Zorg om Boer en Tuinder helpt ondernemers op een kruispunt om richting te bepalen.
Roomskatholieke kerk		
Hervormde kerk?		

Wonen

	Contactgegevens	Omschrijving
Woonzorg Nederland Consulent	088 921 03 82 angelapark@woonzorg.nl 020 - 666 26 66 https://www.woonzorg.nl/	
Wonen plus welzijn – Senior Woonadviseur	T: 0224 273 140 E: schagen@wonenpluswelzijn.nl https://www.wonenpluswelzijn.nl/pg-21592-7-129628/pagina/zelfstandig_thuis-senioren_oonadviseur.html	De Senioren Woonadviseur staat klaar voor iedereen vanaf 55 jaar en ouder die behoefte heeft aan advies en ondersteuning op het gebied van wonen. Dit geldt voor alle inwoners van de gemeente Schagen. De Senioren Woonadviseur denkt graag met u mee bij het inschakelen van de juiste (zorg)instanties die langer zelfstandig wonen mogelijk maken
Wijkteam gemeente Schagen WMO Wijkteam Zuid (Warmenhuizen)	0224-210400	Wijkteam van de Gemeente Schagen kunnen adviseren en indiceren voor: Hulp bij huishouden, woonvoorzieningen, rolstoelen, vervoer, begeleiding en dagbesteding, respijtzorg, PGB, kosten en eigen bijdrage

Hulpmiddelen

	Contactgegevens	Omschrijving
Ergotherapie – de ergotherapeut is expert in het voorschrijven van hulpmiddelen om zelfstandig te blijven en langer thuis te kunnen wonen	Zie behandeling hierboven	Er zit 10 uur in de basisverzekering. Het gaat wel af van eigen risico
Persoonsalarmering Thuiszorg Samen	https://www.woonzorggroepsamen.nl/thuiszorg-samen/persoonsalarmering/ Zorgbemiddeling@wzgsamen.nl 088-6194100	
Senior woonadviseur	Wonen plus Welzijn zie boven	
Medipoint	T: 088-1020100 https://www.medipoint.nl/home	
Joerns	T: 088-2080 200 https://joerns.nl/	
Livit Consulent TEK Colinda Koorn	088-2452000 https://www.livit.nl/	
Bijzonder handig – webwinkel hulpmiddelen	Bijzonder Handig - Bijzonder Handig	
Medicijndispenser – apparaat dat je helpt met tijdig medicatie innemen	Via Wijkverpleegkundige Thuiszorg Samen En Eveen	Kun je ook aanvragen als je verder geen thuiszorg nodig hebt?
De Betue – zorgwinkel	https://www.zorgoutletdebetue.com/	

Bosman	https://www.bosman.com/ 0800-0662	
Combicare	0800-8009	
Hulpmiddelbezorgd	0800-2110	
Thuiszorgwinkel Medipoint, Eveen	Frederik Hendriklaan 3, 1814 JM Alkmaar	
Thuiszorgwinkel Schagen Omring	Schagen, Zuiderweg 21	

Kinderen

	Contactgegevens	Omschrijving
Kindcentrum de Hogeven Opvang en onderwijs	https://www.hogeven.nl/pg-31562-7-112730/pagina/welkom.html	
Home start – opvoedkundige vragen	https://www.home-start.nl/ Contactpersonen: José Blom 06 13123333 Mimi Povee. 06 57191973	Voor gezinnen met kinderen tot 6 jaar
Buurtgezinnen	https://www.buurtgezinnen.nl/	Opvoeden doe je samen met andere gezinnen
Lighthart begeleiding op maat	https://www.lighthartbegeleidingopmaat.nl T: 06-23884040 E: info@lighthartbegeleidingopmaat.nl	Op zoek naar een bevlogen en vindingrijke ambulant begeleider in de regio Schagen, Heerhugowaard en Alkmaar? Dan ben je bij Lighthart begeleiding op maat aan het goede adres. Aan kinderen en jongeren bied ik o.a. Rots en Water training; bootcamp in de buitenlucht voor kleine groepen en directe begeleiding in de school- en thuissituatie. Zorgprofessionals, intern begeleiders en ouders kunnen bij mij terecht voor ondersteuning en begeleidingsadviezen.
Leef Vrij Kindercoaching	https://leefvrijkindercoaching.nl T: 06-12445636	Zelfvertrouwen Weerbaarheid Mindfulness Zonder plezier geen ontwikkeling! Ik bied een mooie, veilige weg van coaching waardoor je kind zichzelf gaat leren kennen.

Overige

	Contactgegevens	Omschrijving
Dorpsraad Warmenhuizen	https://dorpsraad-warmenhuizen.nl/ 06-51620405 (Arco) 06-11010751 (Peter) info@dorpsraad-warmenhuizen.nl	
GGD Hollands Noorden	https://www.ggdhollandsnoorden.nl/ 088-01 00 500	
Algemene begrafenis vereniging Sint Barbara / de Laatste eer	www.uitvaartwarmenhuizen.nl	

Vraag en aanbod digitaal verbinden

<https://www.noordkopvoorelkaar.nl/> Noordkopvoorelkaar is hét digitale platform voor vrijwilligerswerk. Hier vind je alle vraag en aanbod op het gebied van vrijwilligerswerk en vrijwillige inzet. Wil je je inzetten voor anderen, heb je zelf hulp nodig of wil je het aanvragen voor anderen, maak dan een account aan, zodat je jouw vraag en/of aanbod kunt plaatsen. Heel eenvoudig en nog gratis ook!

Gezondheid apps

<https://www.ggdappstore.nl/> De GGD AppStore biedt een begrijpelijk en transparant overzicht van relevante, betrouwbare gezondheidsapps en websites.

Volgens diverse schattingen zijn er wereldwijd meer dan 100.000 apps met als label 'gezondheidsapp'. Maar het is lastig om in dit enorme aanbod de juiste gezondheidsapps te vinden, die ook betrouwbaar, effectief zijn en zorgvuldig met je privacy omgaan. De GGD AppStore biedt daarom een platform met gezondheidsapps die voldoen aan de genoemde criteria.

Nieuwe mensen leren kennen

Hieronder verschillende platformen om mensen te leren kennen. (geen dating apps)

Platform	Omschrijving
https://www.noordkopvoorelkaar.nl/ GRATIS	Noordkopvoorelkaar is hét digitale platform voor vrijwilligerswerk. Hier vind je alle vraag en aanbod op het gebied van vrijwilligerswerk en vrijwillige inzet. Wil je je inzetten voor anderen, heb je zelf hulp nodig of wil je het aanvragen voor anderen, maak dan een account aan, zodat je jouw vraag en/of aanbod kunt plaatsen.
https://vriendenenzo.nl/over-vriendenenzo/	Doelstelling: Met het platform van VriendenEnzo verbinden we mensen met gelijke interesses die bij elkaar in de buurt wonen. Het hebben van 'iets gemeenschappelijks' verlaagd de drempel om in contact te treden zodat meer echte ontmoetingen ontstaan. Geen abonnement nodig, je zit dus niet vast aan maandelijkse vaste kosten. Het systeem werkt met een prepaid puntensysteem waardoor je zelf beslist hoeveel je wilt uitgeven; er zijn geen verborgen kosten en je ontvangt jouw eerste 5 punten van ons cadea
https://www.nieuwemensenlerenkennen.nl/portal.php	Ontmoet nieuwe mensen van jouw leeftijd en met dezelfde interesses tijdens borrels, feesten, musea, theater, sporten, workshops ... Betaald

Handige websites

E-Health, apps en portalen

	Contactgegevens	Omschrijving
Volg je zorg	https://www.volgiezorg.nl	Op Volgjezorg regel je toestemming en volg je wat er met jouw medische gegevens gebeurt. Welke gegevens zijn er via het Landelijk Schakelpunt gedeeld? Door welke zorgaanbieder(s) zijn ze bekeken? En wanneer? Zo weet je altijd wat er met je medische gegevens gebeurt.
Mijn NWZ	https://www.nwz.nl/Pati%C3%ABnt-en-Bezoeker/Naar-het-ziekenhuis/Mijn-Noordwest	Inzake ziekenhuis en laboratoriumgegevens.
Mi Guide app	https://miguide.nl	Voor diabetes.
OPEN	https://open-eerstelij.nl/ik-ben/patient/	Informatie over inzake huisartsendossier.
Digitale Zorg Gids	https://www.digitalezorggids.nl	Review medische apps.
Emma HBPM	https://medicinemen.eu/emmahbpm-staat-in-huisartsenservice-magazine/	Thuis bloeddruk meten.

Hart- en vaatziekten, diabetes

	Contactgegevens	Omschrijving
Voedingscentrum	https://www.voedingscentrum.nl/nl/service/vraag-en-antwoord/aandoeningen/hoe-eet-ik-gezond-met-een-hart-en-vaatziekte-.aspx?query=hart%20en%20vaatziekten	Hart- en vaatziekten.
Thuisarts	https://www.thuisarts.nl/risico-hart-en-vaatziekten-verlagen/ik-ga-mijn-risico-op-hart-en-vaatziekten-verlagen-met-gezond	Gezond leven (hart- en vaatziekten).
Diabetesfonds	https://www.diabetesfonds.nl/over-eten/hoeveel-suiker-zit-er-in	Hoeveel suiker zit er in...
Mi Guide app	https://miguide.nl	Voor diabetes.
Lijst met goedgekeurde bloeddrukmeters	https://www.hartstichting.nl/oorzaken/bloeddruk/bloeddruk-meten/bloeddrukmeter-kopen/betrouwbare-bloeddrukmeters	
Emma HBPM	https://medicinemen.eu/emmahbpm-staat-in-huisartsenservice-magazine/	Thuis bloeddruk meten.

Positieve gezondheid

	Contactgegevens	Omschrijving
Mijn Positieve Gezondheid	https://mijnpositievegezondheid.nl	Online vragenlijst.
Mijn Positieve Gezondheid	https://mijnpositievegezondheid.nl/wp-content/uploads/2021/01/iph-eenvoudige-tool-mpg.pdf	PDF, printen vragenlijst.

(Niet meer) roken

	Contactgegevens	Omschrijving
Peuk uit	https://peukuit.nl	In enkele stappen blijvend rookvrij!

Seks/SOA's/Anticonceptie

	Contactgegevens	Omschrijving
Sense	https://sense.info/nl	Voor al je vragen over seks.
Soa Aids	https://www.soa aids.nl	
Anticonceptie online	https://www.anticonceptie-online.nl	Het onafhankelijke aanspreekpunt voor al uw vragen over anticonceptie.
Bemin jezelf	https://sacredsex.nl	

Testen

	Contactgegevens	Omschrijving
Prostaatwijzer	https://prostaatwijzer.nl/the-prostate	

Voeding

	Contactgegevens	Omschrijving
I'm a foodie	https://www.iamafoodie.nl	Evidence-based food platform.
Gezond vegetarisch	https://www.vegetariers.nl/gezond	
Prikkelbare darm en FODMAP dieet app	https://www.monashfodmap.com/	
Physician Association for Nutrition NL	https://www.pan-nl.org	

Wensen voor zorg en behandeling (reanimeren, laatste levensfase)

	Contactgegevens	Omschrijving
Keuzehulp voor wensen voor zorg en behandeling (thuisarts/ACP/niet reanimeren)	https://www.thuisarts.nl/keuzehulp/verken-uw-wensen-voor-zorg-en-behandeling	

Zorgverzekeraar

	Contactgegevens	Omschrijving
Zorgverzekeraar informatie	https://zorgverzekering.org	Zorgverzekering vergelijken.
Formulieren Zorgverzekeraars Nederland	https://www.znformulieren.nl	