



Je vindt de SWOP
nu ook in ZorgDomein.

Verwijs je aan ons door?
We helpen graag!



Het aanbod van de SWOP

De SWOP heeft als doel het welzijn van inwoners van de gemeente Pijnacker-Nootdorp te bevorderen, waardoor zij mee kunnen (blijven) doen in de samenleving. Het stimuleren van zelfredzaamheid staat centraal, we denken in mogelijkheden en leveren zo een bijdrage aan het fysiek en mentaal welbevinden.

Huisartsen kunnen vanaf nu via ZorgDomein patiënten aan ons doorverwijzen voor de hieronder beschreven producten. We zijn te vinden onder [Overige zorgvragen welzijn](#).

☐ Welzijn op Recept

Welzijn op Recept is er voor volwassenen (18 jaar en ouder) met milde psychosociale klachten. Daarbij valt te denken aan klachten als; slecht slapen, vermoeidheid, somberheid. Klachten waarbij geen sprake is van een medische oorzaak maar die het gevolg kunnen zijn van bijvoorbeeld het overlijden van een dierbare, verlies van werk, eenzaamheid.

De sociaal werkers pakken de vraag op, gaan met de inwoner in gesprek en zoeken samen met de inwoner naar een voor hem/haar passende oplossing.

☐ Ouderenadvies

Alle 55 plussers in de gemeente Pijnacker-Nootdorp kunnen bij onze (vrijwillig) ouderenadviseurs terecht met vragen die te maken hebben met ouder worden bijvoorbeeld over gezondheid, wonen, eenzaamheid, financiële zorgen, vergeetachtigheid of vervoersproblemen.

☐ Mantelzorgondersteuning

Mantelzorg kan lichamelijk en geestelijk zeer belastend zijn. Veel mensen hebben er baat bij om erover te kunnen praten, lotgenoten te ontmoeten of af en toe tijd voor zichzelf te hebben. De mantelzorgconsulenten van de SWOP bieden hulp, ondersteuning en een luisterend oor.

☐ Praktische en financiële ondersteuning

Zoveel mogelijk regie hebben over je eigen leven en zelfstandig blijven wonen vraagt soms (te) veel van mensen. Met (tijdelijke) ondersteuning vanuit een van de diensten van de SWOP lukt dat vaak wel. Denk aan: klussendienst, boodschappendienst en vervoersdienst AutoMaatje.

Grip houden op de financiële situatie is belangrijk maar niet voor iedereen even makkelijk. De SWOP biedt ondersteuning d.m.v. Formulierenbrigade, Thuisadministratie en/of budgetcoaching.

☐ Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg

Opgeleide vrijwilligers van de Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) bieden een aanvulling op professionele zorg. Zij verrichten geen medische en verpleegkundige handelingen en zijn er niet voor de zware huishoudelijke taken, maar kunnen wel op andere vlakken helpen zoals: Er zijn voor een goed gesprek, een luisterend oor of een stille aanwezigheid op de achtergrond. Aanwezig zijn wanneer de mantelzorger(s) even tijd voor zich zelf nodig heeft of ondersteuning bieden bij de dagelijkse verzorging.

☐ Bewegen

Bij de beweegactiviteiten staat bewegen maar vooral ook het plezier van samen bewegen centraal. Er zijn beweegactiviteiten op verschillende niveaus. Als er binnen de SWOP geen geschikte activiteit is, kan een beweegcoach ingeschakeld worden. De beweegcoach weet welke beweegactiviteiten er in de gemeente worden aangeboden en kan ondersteunen bij de eerste contacten.

☐ Valpreventie - In Balans training

Inwoners met een hoog valrisico zullen door de SWOP worden doorverwezen naar de huisarts. De huisarts kan naar de In Balans training van de SWOP doorverwijzen als inwoners een lager valrisico hebben. De trainingen worden gegeven door gediplomeerde trainers.

Contact

Voor vragen kun je contact opnemen met de sociaal werkers via 015 - 3 699 699.