



2 Goed geregeld

Belastingsservice

Voordelig en veilig: rijbewijskeuring

3 Zorgeloos thuis

Maaltijd aan huis

Uw boodschappen thuisbezorgd

4 Kortingsbonnen

Veel ledenvoordeel o.a. korting bij Agis!

6 Compleet gemak

Uwthuiszorgwinkel.nl

Pedicure aan huis

Goed verzekerd met Agis

7 Lifestyle

Hulp bij computerproblemen

Beweging 3.0 digitaal

8 Bewaren

Ledenservice: het complete aanbod

Werf een nieuw lid en ontvang een Irischeque

Uw leven zo aangenaam mogelijk maken!

Soms hebt u net wat extra zorg nodig. Of hebt u misschien meer behoefte aan comfort? Met het lidmaatschap van Beweging 3.0 helpen wij u én 36.000 andere leden in deze behoeften en wensen te voorzien.

Wij bieden een volledig pakket met diensten op het gebied van zorg, welzijn en comfort. Omdat u lid bent van Beweging 3.0, ontvangt u daarom deze Leden 3.0. Een magazine speciaal voor leden met hierin een greep uit ons uitgebreide dienstenpakket en veel ledenvoordeel.

Als lid van Beweging 3.0 kunt u gebruikmaken van allerlei betrouwbare en handige diensten op het gebied van zorg, welzijn en comfort. Bij u in de buurt of thuis. Zo kunt u uw boodschappen of heerlijke kant en klare maaltijden thuis laten bezorgen. Een prettig en comfortabel idee. Maar ook profiteert u met het lidmaatschap van aantrekkelijke kortingen. Wat dacht u van een middag ontspannen in de sauna of een avondje uit in de Flint? En bent u al op de hoogte van de verplichte rijbewijskeuring als u 70 jaar of ouder bent en een nieuw rijbewijs nodig hebt? Ook hierin komen wij u graag tegemoet met een aantrekkelijk ledenvoordeel. Ten slotte denken wij als zorgorganisatie natuurlijk ook aan uw gezondheid; zo krijgt u als lid meer dan € 60,- korting op een zorgverzekering bij Agis. Gaat u er eens rustig voor zitten en ontdek welke voordelen het lidmaatschap van Beweging 3.0 in 2012 voor u heeft. Want ook volgend jaar helpen wij u en alle andere leden graag het leven zo aangenaam mogelijk te maken.

Marlijn Lenselink

Directeur Thuiszorg en Maatschappelijke Zorg en Dienstverlening



Belastingservice

Professioneel én voordelig

Elk jaar valt hij op de deurmat, de gevreesde blauwe envelop.

Ziet u ook weer op tegen de belastingaangifte? Maakt u dan gebruik van de belastingservice van Beweging 3.0.

In februari en maart 2012 kunt u terecht bij een van onze belastingadministrateurs: professioneel én voordelig.

Beweging 3.0 werkt samen met vier administratiekantoren die uw aangifte kunnen verzorgen, waaronder Verkerk&Partners. Volgens Wim Verkerk, van Verkerk&Partners, is de belastingservice voor veel mensen erg handig en prettig. "Voor de een is deze service gemak, voor de ander een noodzaak. Klanten weten niet altijd hoe en wat ze moeten invullen. Wij ondersteunen en adviseren hen daarin."

Voor € 50,- uw aangifte compleet verzorgd!

Snel en gemakkelijk

Van februari tot en met mei is het een drukte van jewelste bij Verkerk&Partners. Veel leden van Beweging 3.0 laten in deze periode hun belastingaangifte verzorgen. "Aanvragen is dan



De belastingservice van Beweging 3.0 neemt u veel zorgen uit handen.

ook gemakkelijk", laat Wim Verkerk weten. "Leden van Beweging 3.0 bellen voor het maken van een afspraak naar de ledenservice. Vervolgens ontvangt de klant een lijst met gegevens die nodig zijn voor de aangifte."

Hoe werkt de belastingaangifte?

De belastingadministrateur controleert de aanslagen van eerdere jaren, neemt alle gegevens door en verwerkt de aangifte. Ook krijgt u advies over bijvoorbeeld mogelijke aftrekposten.

Ledenaanbieding

In februari en maart 2012 kunt u terecht bij een belastingadministrateur op één van de locaties van Beweging 3.0 in Amersfoort, Soest of Leusden.

Dit kost u slechts € 55,- Meldt u zich aan vóór 31 januari 2012, dan betaalt u slechts € 50,-.

Tip!

Leden van Beweging 3.0 kunnen hun belastingaangifte ook aan huis laten verzorgen. Hiervoor betaalt u € 65,- inclusief btw en reiskosten. Niet-leden betalen € 70,- inclusief btw, maar exclusief reiskosten en reistijd.

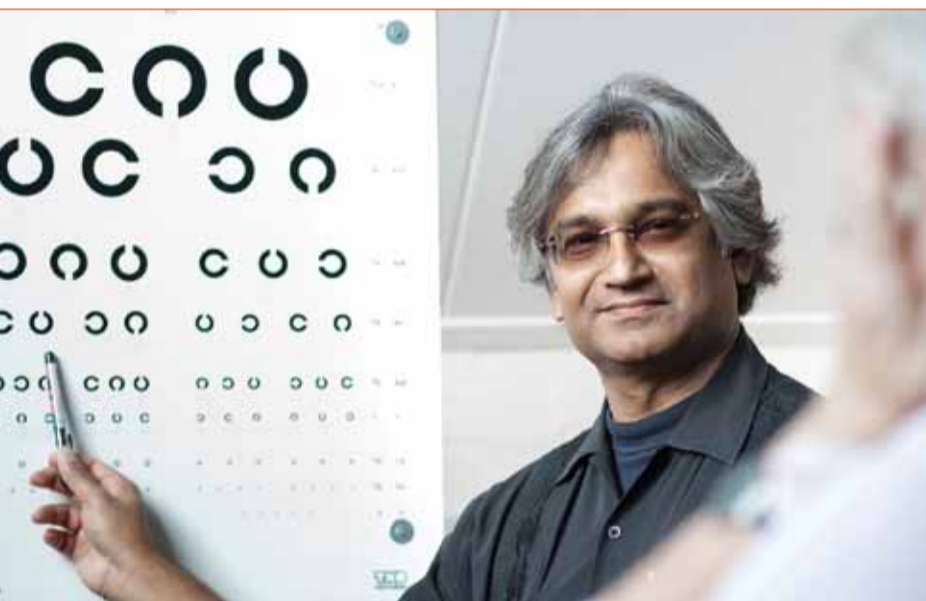
Beweging 3.0 werkt samen met de volgende administratiekantoren:

- Verkerk&Partners in Amersfoort
- CBM accountants in Amersfoort
- Administratiekantoor Marijke Vis in Amersfoort
- Van Beijnum Administratiekantoor in Baarn

Meer informatie of aanmelden?

T (033) 422 05 00

www.beweging3.nl/alldiensten
ledenservice@beweging3.nl



Rijbewijskeuringsarts
dr. Robert Sadiek

Bent u 70 jaar of ouder en hebt u een nieuw rijbewijs nodig? Dan bent u verplicht u medisch te laten keuren. Zo weet u zeker dat u veilig en verantwoord de weg op kunt.

Voor de verplichte rijbewijskeuring werkt Beweging 3.0 samen met rijbewijskeuringsarts dr. Robert Sadiek, voormalig medisch adviseur van het CBR.

"Ik beoordeel uw gezondheid naar aanleiding van een vragenformulier dat u invult. Zo meet ik uw bloeddruk, test uw gezichtsscherpte en beoordeel eventueel medicijngebruik. Ook onderzoek ik of er geen functiebeperkingen zijn aan ledematen of nek. De keuring eindigt met een afsluitend gesprek. Het CBR doet vervolgens een uitspraak en bepaalt of uw rijbewijs wordt verlengd."

Ledenaanbieding

Als lid van Beweging 3.0 betaalt u voor de rijbewijskeuring slechts € 25,-.

Niet-leden € 37,50, beroepschauffeurs € 60,-. Het adviestarief vanuit de Nederlandse Zorg Autoriteit is € 76,80.

Zo regelt u uw rijbewijskeuring:

- Maak een afspraak met de ledenservice van Beweging 3.0.
- U haalt een keuringsformulier bij uw gemeente voor € 23,05.
- De keuring vindt plaats in Amersfoort, Soest of Leusden.
- U neemt mee: potje urine, keuringsformulier, medicijnlijst en huidige rijbewijs.
- Het CBR doet uitspraak uiterlijk binnen drie tot vier maanden.

Win een rijbewijskeuring!

Maak kans op een van de drie gratis rijbewijskeuringen. Mail naar prijsvraag@beweging3.nl o.v.v. 'gratis rijbewijskeuring'. Vermeld in de mail uw naam, adres, telefoonnummer en lidmaatschapnummer.

Tip!

Pasfoto's nodig voor uw rijbewijs? Onze fotograaf komt graag bij u aan huis! U betaalt slechts € 12,50 in plaats van € 15,- voor vier pasfoto's.

Meer informatie of aanmelden?

T (033) 422 05 00

www.beweging3.nl/alldiensten
ledenservice@beweging3.nl

70+? Rijbewijskeuring verplicht

Veilig en verantwoord de weg op

Maaltijdservice

Van Hollandse pot tot culinaire hoogstandjes

Hutspot, buitenlandse, vlees-, vis-, en vegetarische gerechten, poffertjes en pannenkoeken. Lekker en gezond eten is niet altijd vanzelfsprekend voor mensen die niet meer zelf kunnen of willen koken. De maaltijdservice van Beweging 3.0 biedt daarom uitkomst. Met een ruime keuze aan verse en gezonde maaltijden kunnen senioren gewoon thuis blijven eten. Wordt het vandaag een gegrilde kippenbout of Nasi Goreng? Bijna alles is mogelijk en bestellen eenvoudig.

Elk jaar bezorgt Beweging 3.0 ruim 35.000 maaltijden aan haar leden en dat aantal groeit nog steeds. "De maaltijdservice is een groot succes", beaamt Cor Ceelie, Sales en Support manager van de maaltijdservice. "Het is dan ook erg belangrijk dat senioren die graag thuis willen blijven wonen, maar niet meer kunnen of willen koken, gezond blijven eten. Ze proberen de maaltijden een keer uit en ontdekken al snel het gemak. Bovendien geldt er geen bestelverplichting. Senioren nemen maaltijden af wanneer zij daar zelf behoefte aan hebben. Dat kan dus ook voor een korte periode zijn, bijvoorbeeld bij ziekte of slecht weer."

Voor elk wat wils

Keuze is er genoeg. Met ruim 120 vriesvers en 50 koelvers maaltijden komt iedereen aan zijn trekken. Soep of een dessert maakt de maaltijd compleet. Ook aan degene met een dieet is gedacht. Zo biedt de maaltijdservice natriumarme, lactosevrije en zelfs gemalen maaltijden. Bovendien kunnen alle vriesvers gerechten twee maanden worden bewaard in de diepvries en de koelvers maaltijden een week in de koelkast.

Warme wintergerechten

Met de koude winterdagen in zicht, krijgen we allemaal weer zin in ouderwetse stamppotten. Daar speelt de maaltijdservice graag op in. Cor: "Er is keuze uit maar liefst zes soorten stamppot, variërend van hutspot met rundvlees tot rode biet stamppot met een speklapje. Ook hebben we heerlijke erwtensoep, deze is zelfs het hele jaar door te bestellen."

Superieur maaltijden

Nieuw zijn de superieur maaltijden. Cor: "Klanten gaven aan dat ze ook wel eens een bijzondere maaltijd willen bestellen, bijvoorbeeld voor een speciale gelegenheid zoals een verjaardag. Daarom hebben we de superieur maaltijden ontwikkeld. Een voorproefje uit het assortiment: coq au vin, heilbot met kreeftensaus, lamsbout met honingsaus of scampi met fijne groenten."

Nieuw!

Via internet bestelt u nu nog sneller uw maaltijden: www.beweging3.nl/alliediensten. Of vul de bon in op pagina 4 en stuur hem op.



Voor speciale gelegenheden, zoals een verjaardag of kerst, kunt u voortaan ook superieur maaltijden bestellen.

Ledenaanbieding

- U bestelt per zes maaltijden. Maaltijden zijn verkrijgbaar vanaf € 5,45 per maaltijd. **Bestelt u voor het eerst? Dan krijgt u twee maaltijden gratis. U betaalt dan slechts € 21,80 voor zes voorgeselecteerde maaltijden.**
- Van 19 t/m 31 december 2011 bestelt u de **superieurmaaltijden voor € 5,45 in plaats van € 6,95.** Deze superieurmaaltijd(en) zijn onderdeel van een bestelling van zes maaltijden.
- **Wilt u liever eerst een maaltijd uitproberen? Vraag dan een proefmaaltijd aan voor € 2,50.** De proefmaaltijd bestaat uit soep, een hoofdgerecht en dessert.

Meer informatie of aanmelden?

T (033) 422 05 00

www.beweging3.nl/alliediensten
ledenservice@beweging3.nl

Tip!

Ook kunt u voor uw (schoon)ouders heerlijke maaltijden bestellen. Een prettig idee dat uw (schoon)vader of moeder elke dag gevarieerd en gezond eet. U kunt natuurlijk ook maaltijden voor uzelf bestellen.

Probeer eens een proefmaaltijd voor maar € 2,50



Supermarkt De Ruig bezorgt uw boodschappen aan huis. Voor een praatje is altijd tijd!

Drukke winkels, sjouwen met zware tassen, een eind lopen. Boodschappen doen kan een hele opgave zijn. Herkent u dit? Laat uw boodschappen dan thuisbezorgen.

De boodschappenservice van Beweging 3.0 is namelijk snel, betaalbaar en persoonlijk.

Uw boodschappen thuisbezorgd

Betaalbaar en persoonlijk

Levensmiddelen, verse groenten, fruit, vleeswaren, zuivelproducten, maar ook brood, gebak en bloemen kunt u allemaal thuis laten bezorgen. Beweging 3.0 werkt samen met supermarkt De Ruig, een klein, persoonlijk familiebedrijf uit Amersfoort. De Ruig bezorgt op de gewenste dag, van maandag tot en met vrijdag, uw boodschappenpakket.

Het minimale bestelbedrag is € 20,-.

U kunt tot één dag voordat u uw boodschappen in huis wilt hebben uw bestelling doorgeven. U bepaalt zelf hoe vaak u bestelt. Binnen Amersfoort betaalt u € 2,- bezorgkosten. Woont u buiten Amersfoort, maar binnen de regio Eemland? Dan bedragen de bezorgkosten € 3,-.

Winnen!

Bent u een nieuwe klant en bestelt u vóór 31 januari 2012 uw boodschappen? Dan maakt u kans op een heerlijk gevuld boodschappenpakket ter waarde van € 40,-. Supermarkt de Ruig neemt medio februari contact op met de winnaar.

Ledenaanbieding

Bij uw tweede bestelling ontvangt u een bosje bloemen cadeau.

Boodschappen bestellen? Belt u dan naar supermarkt De Ruig: (033) 461 93 85



Het roer om na je pensioen

Dromen, wie heeft ze niet? Voor sommige mensen is het leven als ze stoppen met werken hét moment om hun dromen te realiseren. In het boek 'IK DOE HET! Van dromen naar doen. Na je pensioen.' staan tien portretten van mensen die op latere leeftijd hun droom realiseren. Een wereldreis maken bijvoorbeeld of alsnog gaan studeren.

Een leuk cadeau en een inspiratiebron voor jong en oud. Bestel het boek via www.ik-doehet.nl voor € 19,95 of via de boekhandel. Cadeau geven? Bestel voor slechts € 1,95 een persoonlijke omslag erbij (alleen via www.ik-doehet.nl).

Winnen!

Wat zou u altijd nog willen doen? Geef aan wat uw droom is en win. De drie mooiste dromen krijgen een gratis exemplaar van het boek 'IK DOE HET!'. Stuur uw droom, uw NAW- gegevens en lidmaatschapsnummer naar prijsvraag@beweging3.nl, o.v.v. Ik doe het!

Winnen!

Ledenaanbieding

Met het oog op Amersfoort

Amersfoort op een andere manier bekijken? Het fotoboek 'Met het Oog op Amersfoort' levert een bijdrage aan de geschiedschrijving van Amersfoort. Elk jaar komt er een boek uit met daarin schitterende foto's van de stad, gemaakt door De Amersfoortse Fotografen. Eerdere exemplaren werden al met veel enthousiasme ontvangen!

Ledenaanbieding

Het nieuwe boek 'Met het Oog op Amersfoort' bestelt u als lid van Beweging 3.0 voor slechts € 15,95 in plaats van € 19,95. Er komen nog € 5,- verzendkosten bij. Ga naar www.methetooopamersfoort.nl. Deze aanbieding is geldig t/m 29 februari 2012.



Cadeautip

Uw (klein)kind in de hoofdrol in het nieuwe boek van Woezel en Pip?



Woezel en Pip en hun nieuwe vriendje: een (voor)leesboek op naam. In dit interactieve verhaal krijgt het vogeltje de naam van uw (klein)kind. Samen met Woezel en Pip beleeft het vogeltje spannende avonturen.

Ledenaanbieding

Als lid van Beweging 3.0 krijgt u 15% korting op dit leuke boek! U betaalt slechts € 12,70 in plaats van € 14,95 excl. verzendkosten. Bestel snel, dan heeft u het boekje nog voor de kerst in huis. Ga naar www.personalgifts.nl/beweging en voer de kortingscode in: **bw0311**. Deze aanbieding is geldig t/m 29 februari 2012.

Maaltijdservice Beweging 3.0

Drie maaltijdservice aanbiedingen

- Ik ben een nieuwe klant en bestel een voorgeselecteerde assortimentsdoos. Ik ontvang zes maaltijden, waarvan twee gratis. Ik betaal € 21,80.
De maaltijden die wij voor u selecteerden:
 - Viergroentenstampot met bal gehakt
 - Gegrilde kippenbout met groentenmix en aardappelpuree
 - Nasi Goreng met kipsate
 - Lekkerbekje met doperwt, wortelen en gebakken aardappelen
 - Blinde vink met bietjes en aardappelschijfjes in kaassaus
 - Tagliatelle met kip en paddestoelen
- Ik maak graag zelf een keuze en ontvang de brochure "Maaltijdservice Beweging 3.0". Ik ontvang zes maaltijden, waarvan twee gratis. Ik betaal € 21,80.
- Ik probeer een proefmaaltijd, bestaande uit soep, hoofdgerecht en dessert voor € 2,50.

Naam _____
Adres _____
Postcode en woonplaats _____
Telefoonnummer _____
E-mail _____
Lidmaatschapsnummer _____

- Hierbij verleen ik de maaltijdservice van Beweging 3.0 een éénmalige machtiging:

Bankrekeningnummer _____
Datum _____
Handtekening _____



Knip de bon uit en stuur deze in een ongefrankeerde envelop naar:
Beweging 3.0
t.a.v. Maaltijdservice
Antwoordnummer 1599
3800 WB Amersfoort

GRATIS Amersfoortse keitjes bij de VVV



Al eens een Amersfoorts keitje geproefd? Met deze heerlijke marsepeinen snoepjes verrast u uzelf en anderen in de decembermaand. Levert u deze bon in bij het VVV kantoor aan de Breestraat 1 in Amersfoort. De eerste 250 leden krijgen een gratis zakje.



Gratis

Ledenaanbieding

Belastingaangifte voor € 50,-

Als lid van Beweging 3.0 kunt u een afspraak maken voor het verzorgen van uw aangifte in februari of maart 2012 op één van de locaties van Beweging 3.0. U betaalt hiervoor slechts € 55,-

Meldt u zich aan vóór 31 januari 2012, dan betaalt u slechts € 50,-.

Aanmelden? T (033) 422 05 00.
www.beweging3.nl/alliediensten
ledenservice@beweging3.nl





Theaterbon

Met € 5,- korting naar de Flint

Zet Danny de Munk en Henk Poort samen op het toneel en je hebt gegarandeerd een avond vol anekdotes en een flinke portie (Amsterdamse) humor. In 'Jeugdherinneringen' laten de twee ras-entertainers het publiek op muzikale wijze delen in hun vriendschap.

Profiteer van uw lidmaatschap en maak gebruik van deze kortingsbon. U ontvangt aan de kassa van De Flint € 5,- korting voor deze voorstelling. Alleen geldig op zondag 15 januari 2012.

Leden van Beweging 3.0

krijgen € 5,- korting.

Kaarten vanaf € 22,80.

Reserveren?

Bespreekbureau theater De Flint:

T (033) 422 92 29 o.v.v

Ledenaanbieding Leden 3.0.

Danny de Munk

en Henk Poort in

'Jeugdherinneringen'

Zondag 15 januari 2012

20.15 uur

De Flint Amersfoort



Probeerbon

Gratis uitproberen hulp bij computerproblemen

In de maand december krijgt u extra voordeel voor hulp bij computerproblemen. U kunt één van de vier abonnementen van ComputerZorg gratis en vrijblijvend uitproberen tot 1 januari 2012. Voor meer informatie zie pagina 7.

Aanmelden?

Wilt u één van deze abonnementen gratis uitproberen? Neem dan contact op met de ledenservice van Beweging 3.0 en vermeldt de volgende code: **CAP12**. Dan kunt u tot 1 januari 2012 het abonnement van uw keuze uitproberen.

T (033) 422 05 00 of ledenservice@beweging3.nl



beweging 3.0 bon

word ook lid van linkedin

Alstublieft, bij inlevering van deze bon toegang tot het gehele saunacomplex voor slechts...

15.00 P.P.



Sauna Drôme Putten & natuurlijk!



Sauna entree voor € 15,-

Samen met een bekende even stoom afblazen in de sauna, ontspannen in een verkwikkende spa of relaxen in het Turks stoombad. Bij inlevering van deze bon krijgt u voor slechts € 15,- per persoon toegang tot het saunacomplex van Sauna Drôme in Putten.

U hebt toegang tot alle sauna-faciliteiten, inclusief gebruik van scrubzout, showergel en deelname aan het 'aufguss ritueel'. Ervaar de sensatie voor lichaam en geest. Reserveren is noodzakelijk:

T (0341) 49 13 01

www.saunadrome.nl

Geldig t/m 30 september 2012.



Antwoordkaart

Gratis dagtochtenbrochure

Besseling Travel

Ja, ik ben geïnteresseerd in de dagtochten van Besseling Travel en ontvang graag de brochure!

Naam _____
Adres _____
Postcode en woonplaats _____
Telefoonnummer _____
E-mail _____
Lidmaatschapsnummer _____

Altijd al eens Paleis 't Loo willen bezoeken of de bloemendagen van Anna Paulowna? Wat dacht u van een asperge- of mosseltocht? Al vele jaren werken Beweging 3.0 en Besseling samen om leden een geslaagde dag uit te laten beleven. U wordt vervoerd per luxe touringcar en de prijzen zijn inclusief excursies, entree en maaltijden. De chauffeur is ook uw reisleader. Veel van de dagtochten zijn ook toegankelijk voor rolstoelen. Bovendien krijgen leden van Beweging 3.0 € 2,50 korting op een dagtocht.

Bij het insturen van deze bon ontvangt u gratis de dagtochtenbrochure. Knip de bon uit en stuur deze in een ongefrankeerde envelop naar:

Beweging 3.0

t.a.v. Ledenservice

Antwoordnummer 1599

3800 WB Amersfoort



Goed verzekerd met **Agis en Beweging 3.0**

Elk lid van Beweging 3.0 stelt andere eisen aan een zorgverzekering. Daarom hebben we gekozen voor een zorgverzekeraar die voor iedereen een pakket op maat biedt: Agis Zorgverzekeringen. U vindt altijd een verzekering die past bij uw situatie. Daarbij profiteert u van een scherpe premie én een collectieve premiekorting.

De juiste verzekering

Uw gezondheid is het belangrijkste wat er is. Daarom zorgen wij ervoor dat alles rond de zorg goed geregeld is voor u. Dat begint met de Agis Basispolis Basic. Voor de aanvullende verzekering is juist voor u een pakket op maat belangrijk. Speciaal voor 50-plussers

die weinig zorgbehoeften hebben, is er de 50+ Actief Polis. Hebt u aanvullende zorgwensen? Dan is de Comfort- of de ComfortPluspolis ideaal voor u. Voor al deze aanvullende verzekeringen doet Agis geen medische selectie.

Extra verzekering Vrouw Plus, voor slechts € 2,95 per maand
Vrouw Plus biedt voor slechts € 2,95 per maand een aantal vergoedingen. Denk aan consulten bij hormonale klachten of een cursus mentale gezondheid. Meer informatie kunt u vinden op: www.agisweb.nl/vrouwen

Scherpe premie

Als lid van Beweging 3.0 krijgt u een speciale collectieve korting bij Agis. U ontvangt 5% korting op de basisverzekering en 8% op de aanvullende verzekeringen.

Overstappen naar Agis?

Wilt u overstappen naar Agis? Gaat u naar www.agiszorgenwel.nl. Hier kunt u premies berekenen en offertes aanvragen. Hebt u vragen? Bel Agis **T 0900 040 03 10** (0,03 p/min). Agis zegt automatisch uw huidige zorgverzekering op als u vóór 31 december 2011 overstapt.



Bent u aanvullend verzekerd?

Op de volgende diensten uit het lidmaatschapspakket kunt u een vergoeding krijgen:

- Personenalarmering
- Hoorstoestellen
- Brillen en lenzen vanaf sterkte -2/+2
- Orthopedisch/allergeenvrij schoeisel en/of verbandschoenen
- Podotherapie en/of steunzolen
- Pedicure bij diabetes- of reumapatiënten
- Pruiken
- Gezondheids-, zelfmanagementcursussen

Voor meer informatie zie de polisvoorwaarden.

Uwthuiszorgwinkel.nl

Bent u lid van Beweging 3.0 en verzekerd bij Agis? Dat kan u veel voordeel opleveren bij Uwthuiszorgwinkel.nl

Hebt u bijvoorbeeld een nieuwe rollator nodig? Dan kunt u deze gratis lenen voor de duur van 6 maanden. Besluit u om de rollator na deze periode te kopen? Dan kunt u met een verklaring van uw huisarts, eens in de 5 jaar een nieuwe rollator bij Uwthuiszorgwinkel.nl aanschaffen.

Als u op het moment van aanschaf de verklaring inlevert, krijgt u de (standaard) rollator direct mee naar

huis en Uwthuiszorgwinkel.nl verzorgt de declaratie naar Agis. Artikelen kunt u bestellen via www.uwthuiszorgwinkel.nl of telefonisch via de klantenservice **T (033) 461 91 91**.

U kunt de artikelen ophalen of thuis laten bezorgen.

Ledenaanbieding

Als lid van Beweging 3.0 krijgt u 10% korting op al uw aankopen bij Uwthuiszorgwinkel.nl.

Tip!

Adviseurs van Uwthuiszorgwinkel.nl kunnen bij u thuis komen voor advies.

Uwthuiszorgwinkel.nl heeft gratis uitleen, verhuur en verkoop van onder andere: sta-op stoelen, scootmobiel, bedden, kussens en matrassen. Wandelstokken, telefonie, rollatoren, krukken, slechtziend.nl, braces, ouder&kindzorg, stretchschoenen, fit&gezond en andere gemakartikelen.

Loes is pedicure aan huis

“Een bezoek van Loes levert altijd blije gezichten op!”

Nagels knippen, eelt verwijderen en likdoorns behandelen. Met veel plezier behandelt pedicure Loes Schuil de leden van Beweging 3.0. Ruim zeven jaar komt ze al bij de mensen thuis, ook bij de heer Oostveen en zijn vrouw.

“Het is erg fijn dat ze bij ons aan huis komt en nog gezellig ook!” En daar doet Loes het voor. Want dat beetje extra zorg biedt ze graag.

“Het geeft mij een prettig gevoel als mensen weer goed kunnen lopen na een behandeling”, vertelt pedicure Loes Schuil tevreden. “Daarbij vind ik het leuk om bij mensen thuis te werken. Ouderen zijn vaak niet meer zo mobiel, voor hen is deze thuisdienst daarom erg prettig.”

Kriebelig gevoel

De heer Oostveen knikt instemmend. “Wanneer je niet meer zo gemakkelijk het huis uit komt, is een pedicure aan huis ideaal! En ondanks het kriebelige gevoel aan mijn voeten gedurende de behandeling, ben ik blij als Loes is geweest. Bovendien is het erg gezellig. Een bezoek van Loes levert altijd blije gezichten op!”

Nagels en voeten

Tijdens de eerste afspraak bespreekt Loes met de klant de medische klachten en het medicijngebruik. Vervolgens start ze de behandeling. De pedicure kan naar wens nagels knippen, ingegroeide nagels verhelpen en voorkomen, eelt verwijderen, likdoorns behandelen en de huid van de voet controleren. Loes: “Bij problemen die ik niet vertrouw of behandelingen die ik niet kan uitvoeren, verwijs ik een klant eventueel door naar een huisarts of podotherapeut.”

Luisterend oor

Naast de behandeling van de voeten, heeft een pedicure aan huis ook een maatschappelijke functie. “Met veel klanten bouw ik echt een band op”, vertelt Loes. “Zo praten we over koetjes en kalfjes, maar ook

over persoonlijke dingen. Als pedicure heb ik een luisterend oor en kunnen mensen bij mij hun ei kwijt.”

Ledenaanbieding

Wilt u ook graag een pedicure aan huis? Neem contact op met de ledenservice van Beweging 3.0. U krijgt dan een overzicht met pedicures bij u in de buurt. **Prijzen voor een basisbehandeling variëren van € 22,50 t/m € 27,50. Als lid betaalt u geen voorrijkosten.** **T (033) 422 05 00**
www.beweging3.nl/alliediensten
ledenservice@beweging3.nl

Tip!

De pedicures van Beweging 3.0 hebben de aantekening ‘diabetische en reumatische voet’. Dat betekent dat klanten met diabetes of reuma in aanmerking komen voor een vergoeding van de zorgverzekeraar, mits zij aanvullend verzekerd zijn.



U hoeft niets te doen en u kijkt mee hoe Computerzorg op afstand op uw computer de problemen oplost.

Hulp bij computerproblemen

Computers, ze zijn niet meer weg te denken uit ons dagelijks leven. Maar wat als uw computer vastloopt of zich een ander probleem voordoet?

ComputerZorg biedt u onbeperkte computerhulp en antwoord op al uw digitale vragen voor slechts € 0,20 per dag! Als u belt met de hulplijn, krijgt u hulp via een beveiligde internetverbinding. U hoeft niets te doen en u kijkt mee hoe Computerzorg op afstand op uw computer de problemen oplost.

Bovendien krijgt u één keer per jaar een gratis computerkeuring én snelheidscheck, beide t.w.v. € 60,-. U kunt kiezen voor een basisabonnement, maar er zijn ook plusabonnementen.

Deze abonnementen bieden naast onbeperkt computerhulp, ook veilige opslag van belangrijke bestanden en mail tot 50 Gigabyte.

Gratis uitproberen!

In de maand december krijgt u extra voordeel. Wilt u één van de 4 abonnementen uitproberen? Onder vermelding van de **promotiecode CAP12** kunt u een abonnement gratis en vrijblijvend tot 1 januari 2012 uitproberen.

Meer informatie of aanmelden?

T (033) 422 05 00
www.beweging3.nl/alldiensten
ledenservice@beweging3.nl

Ledenaanbieding

Als lid van Beweging 3.0 krijgt u het eerste jaar 25% korting op alle ComputerZorg abonnementen (vanaf € 6,99 per maand).



Puzzel mee!

Als u alle woorden vindt, vormen de overgebleven letters de oplossing van deze woordzoeker. Dus puzzel mee en maak kans op een midweek of weekend weg voor 6 personen in een bungalow van Roompot Vakanties, t.w.v. € 400,-. www.roompotparken.nl

c o m p u t e r h u l p
r h a e n e o i s n e p
i p a k k e t e r d t k
j l l e h u i s l a s o
b u t r c o d e a g e r
e h i s i g j b l t o t
w k j t l r t r a o t i
i a d e e o i i r c r n
j n w i d z p l m h o g
s u n n e m o r d t o t
j a a r n e f o t o h r
m s a a a n b o d d i l
n e p p a h c s d o o b
a n d s e r v i c e e n

Aanbod	Computerhulp	Huis	Leden	Rijbewijs
Alarm	Dagtocht	Hulp	Lid	Sauna
Boodschappen	Dromen	Jaar	Maaltijd	Service
Bril	Foto	Kerst	Pakket	Tip
Code	Hoortoestel	Korting	Pensioen	Zorg

De oplossing

Stuur uw oplossing van deze woordzoeker voor 1 februari a.s. naar: **Ledenservice Beweging 3.0 o.v.v. puzzel Postbus 1599 3800 BN Amersfoort**

Of mail uw oplossing met uw naam en adresgegevens naar **puzzel@beweging3.nl**

De winnaar

De winnaar van de puzzelprijs wordt bekendgemaakt via onze site www.beweging3.nl/prijswinnaars

Een digitale nieuwsbrief, 'Zorg op afstand' en een community. Beweging 3.0 gaat met haar tijd mee en dat uit zich onder andere in de groei van digitale diensten.



Beweging 3.0 digitaal

Waarschijnlijk was u al vertrouwd met onze website. Met onderstaande aanvullende digitale diensten proberen wij onze klanten nóg beter te bedienen.

Community

De community van Beweging 3.0 biedt een uitdagende online omgeving waar mensen elkaar ontmoeten, wijkinformatie vinden en kunnen werken aan hun gezondheid. Via de community kunnen mensen uit dezelfde wijk of gemeente met elkaar in contact komen, informatie uitwisselen en ontspanning vinden.

Wie nu deelneemt aan de community kan op termijn, wanneer de behoefte aan zorg en veiligheid toeneemt, geleidelijk en gemakkelijk overstappen naar 'zorg op afstand'. Meldt u aan als gebruiker op www.mijnpal4.nl.

'Zorg op afstand'

'Zorg op afstand' is via een computerscherm contact maken met een verpleegkundige, ook wel 'screen-to-screen zorg' genoemd. Screen-to-screen zorg wordt ingezet voor mensen die een indicatie hebben voor verpleging, persoonlijke verzorging en/of begeleiding. 'Zorg op afstand' levert veel voordelen op. Klanten voelen zich zekerder met dit systeem in huis en problemen worden eerder gesignaleerd.

Meer informatie of aanmelden?

T (033) 469 20 20 of klantenservice@beweging3.nl

Digitale nieuwsbrief

De digitale nieuwsbrief verschijnt vijf tot zes keer per jaar. Wilt u een gratis abonnement? Meldt u dan aan op www.beweging3.nl/ledennieuwsbrief of vul de bon in op pagina 8.

colofon

Leden 3.0 verschijnt een keer per jaar in een oplage van 40.000 exemplaren

realisatie

teksten Marit Groot, Jikkie Has, Suzanne Wierenga, Convinza! Tekst & Communicatie
fotografie Lucas van Twillert, e.a.
ontwerp en opmaak Made in Holland, Apeldoorn
drukwerk DM Desk, Rotterdam

redactieadres

Beweging 3.0
Redactie Leden 3.0
Postbus 1599
3800 BN Amersfoort
ledenservice@beweging3.nl

Niets uit deze uitgave mag, op welke wijze dan ook, worden vervaelvoudigd zonder voorafgaande, schriftelijke toestemming van Beweging 3.0, © 2011.

lidmaatschap

In 2012 betaalt u voor het lidmaatschap van Beweging 3.0 € 18,25 (met machtiging) of € 19,25 (met acceptgiro). Het lidmaatschap geldt gedurende een kalenderjaar voor alle gezinsleden en wordt automatisch verlengd, tenzij u schriftelijk of via e-mail opzegt vóór 15 oktober 2012. Het lidmaatschapsreglement kunt u aanvragen via **T (033) 422 05 00** of kijk op www.beweging3.nl/lidmaatschap

Het complete aanbod!

Handig om te bewaren!

- **Audicien aan huis** 50,- korting en starterspakket gratis
- **Bibliotheek** geen inschrijfgeld
- **Boodschappenservice** max. € 3,- bezorgkosten
- **Belastingaangifte en administratie aan huis** belastingaangifte € 55,-
- **Bungalowvakanties** korting bij Roompot Vakanties
- **Computerhulp**
- **Dagtochten** € 2,50 korting op dagtocht van Besseling
- **Fietsenmaker aan huis** € 6,50 voorrijkosten en 5% korting
- **Juridische helpdesk** 1 jaar onbeperkt juridisch advies voor € 30,-
- **Kapper aan huis** geen voorrijkosten
- **Kledingservice** geen voorrijkosten en 10% korting
- **Klussenman** uitgevoerd door De Vakman
- **Leerhotel Het Klooster** verschillende aanbiedingen
- **Maaltijdservice** € 5,45 per maaltijd, proefpakket voor slechts € 2,50
- **Matrasreiniging** gratis testreiniging
- **Notaris** 5% korting op alle notariskosten
- **Opticien aan huis** geen voorrijkosten en 15% korting
- **Orde op zaken service** vergoeding uit PGB mogelijk
- **Orthopedisch schoeisel** gratis voetonderzoek t.w.v. € 25,-
- **Overgangsconsulente**
- **Pasfoto aan huis** € 12,50 voor 4 pasfoto's
- **Pedicure aan huis** geen voorrijkosten, € 22,50 - € 27,50
- **Personenalarmering** 10% korting op het abonnement
- **Podotherapie** 10% korting op het eerste onderzoek
- **Pruikenservice**
- **Rijbewijskeuring voor senioren** € 25,- i.p.v. € 37,50
- **Rijvaardigheidskursus**
- **Sauna** korting bij Saunadrôme Putten
- **Schoenenservice** 10% korting, ook aan huis
- **Schoonheidsspecialiste aan huis**
- **Slot- en sleutelservice**
- **Sport- en fitness**
- **Tandtechnicus aan huis**
- **Tapijt- en meubelreiniging** 10% korting
- **Theater De Flint** korting 'vriend van De Flint' en op voorstellingen
- **Tuinman**
- **Uitvaartverzorging**
- **Vakanties met zorg via Roompot Care of Senior Vakantie Plan**
- **Verhuisservice** 25% korting bij POT Verhuizingen op basisverhuistarief
- **VVV Amersfoort** verschillende aanbiedingen
- **Woningstoffering** 15% korting
- **WoonCheck en VerwarmingsketelCheck**
- **Was- en strijkservice** € 3,50 per kg, geen haal- en brengkosten
- **Zwemmen** korting bij SRO zwembaden

T (033) 422 05 00
www.beweging3.nl/alliediensten
ledenservice@beweging3.nl



Breng een nieuw lid aan en ontvang een irischecheque ter waarde van € 5,-!

Beweging 3.0 heeft al meer dan 36.000 leden en dat is niet voor niets. Het lidmaatschap hoort er gewoon bij.

Kent u ook iemand die gebruik wil maken van de aanbiedingen uit dit magazine en alle andere voordelen van het lidmaatschap?

Voor € 18,25 per jaar bent u al lid van Beweging 3.0.

Nieuwe leden ontvangen als welkomstgeschenk een vakantiecheque van Roompot Vakanties t.w.v. € 100,-.

Vul de bon in en stuur deze in een ongefrankeerde

envelop naar: **Beweging 3.0**

t.a.v. **Ledenservice**

Antwoordnummer 1599

3800 WB Amersfoort

Meer informatie?

T (033) 422 05 00

www.beweging3.nl/lidmaatschap

ledenservice@beweging3.nl

Wijzigingen? Geef ze aan ons door!

Wij willen graag dat uw gegevens up-to-date blijven zodat wij u ook in de toekomst op de hoogte kunnen brengen van nieuwe aanbiedingen en voordelen van het lidmaatschap van Beweging 3.0.

Zijn er wijzigingen in uw gegevens? Dan kunt u dat hieronder aangeven.

Ontvangt u nog niet de digitale nieuwsbrief?

Geef dan uw e-mailadres door en wij sturen de nieuwsbrief naar u toe! Onder de inzendingen verloten wij 5 dvd's 'Oorlogswinter'.

U kunt deze bon in een ongefrankeerde envelop sturen naar:

Beweging 3.0

t.a.v. **Ledenservice**

Antwoordnummer 1599

3800 WB Amersfoort



Ik ben lid van Beweging 3.0:

de heer mevrouw

naam voorletters

adres huisnummer

woonplaats postcode

telefoonnummer

e-mail geboortedatum

Ik meld aan als nieuw lid:

de heer mevrouw

naam voorletters

adres huisnummer

woonplaats postcode

telefoonnummer

e-mail geboortedatum

partner

de heer mevrouw

naam voorletters

geboortedatum

lid
+
nieuw lid
=



Ja, ik wil mijn gegevens wijzigen:

de heer mevrouw

naam voorletters

adres huisnummer

woonplaats postcode

telefoonnummer

e-mail geboortedatum

partner

de heer mevrouw

naam voorletters

geboortedatum

Ja, ik ontvang graag de digitale nieuwsbrief:

e-mail

lidmaatschapsnummer