

Gids 2023

de Zonnebloem



Van geheel verzorgde
vakanties tot zelfstandig
dagjes weg. Er kan zoveel
meer dan je denkt.



Met trots schrijf ik het voorwoord van de Gids 2023! Boordevol mogelijkheden voor mensen met een lichamelijke beperking om er onbezorgd op uit te gaan. Optimistisch als we zijn, hebben we er alle vertrouwen in dat er ook in 2023 weer zoveel meer kan dan je denkt.

De Zonnebloem blijft vernieuwen. Daarom op de voorkant dit keer geen foto van een vakantie, maar van de Zonnebloemfiets. Daarmee kun je samen met een vrijwilliger in de buurt eropuit! Vorig jaar zijn we begonnen met het uitrollen van deze elektrische fietsen. Het sluit naadloos aan bij de wens van veel deelnemers om meer kleinschalige activiteiten te organiseren. Natuurlijk organiseren we in 2023 ook vakanties. Met ons riviercruiseschip MPS de Zonnebloem en ook in speciaal aangepaste vakantiehuisen. Daarnaast hebben we talloze andere mogelijkheden.

Deze gids wordt onder andere door Zonnebloemvrijwilligers verspreid onder onze deelnemers en onder mensen die nog geen gebruik maken van ons mooie aanbod. Wil je meedoen met de activiteiten van een plaatselijke afdeling van de Zonnebloem? Meld je dan aan via onze website of telefonisch. Kom erbij en geniet!



Hartelijke groet,
Marc Damen

Directeur
Nationale Vereniging de Zonnebloem

Inhoudsopgave

Vaarvakanties	4	De Zonnebloemauto	18
Kom aan boord van MPS de Zonnebloem en geniet van een onbezorgde vaarreis.		Flexibel en betaalbaar vervoer dankzij de rolstoelhuurauto's van de Zonnebloem.	
Kleinschalige vakanties	8	De Zonnebloemfiets	20
Vakanties voor mensen die net wat meer zorg nodig hebben.		Met de wind in je haren op weg naar je favoriete plekken.	
Zelfstandig op vakantie	10	Toegankelijkheid	22
Kies uit tientallen toegankelijke accommodaties en maak gebruik van onze praktische tips.		De Zonnebloem keurt vrijetijdslocaties op rolstoeltoegankelijkheid en geeft advies.	
Afdelingsvakanties	16	Sluit je aan	24
Beleef een mooie reis, samen met mensen uit je eigen regio.		Drink samen een kop koffie, ga met een vrijwilliger op pad of doe mee met leuke groepsactiviteiten.	

Gids 2023

In deze gids vertellen we over alle mogelijkheden die de Zonnebloem biedt op het gebied van vakanties en dagactiviteiten. Want er kan zoveel meer met de Zonnebloem.

Zo organiseren veel lokale afdelingen zelf vakanties door heel Nederland. En hebben we een mooi platform waar je toegankelijke accommodaties vindt. Bovendien bieden we kleinschalige vakanties aan waarbij we extra zorg en aandacht kunnen bieden. Eropuit met de Zonnebloem betekent ook even de deur uit voor een leuke groepsactiviteit, of een kop koffie samen met een vrijwilliger op het terras. We vertellen over de Zonnebloemauto, een rolstoelhuurauto die al zoveel mooie uitjes mogelijk heeft gemaakt. Maar je kunt ook informatie vinden over 'Onbeperkt Eropuit' waarbij locaties in Nederland worden getest op toegankelijkheid.

Datums en prijzen op zonnebloem.nl

Anders dan je misschien gewend bent, staan er dit keer geen exacte datums en prijzen genoemd in deze gids. Hiervoor verwijzen we je naar onze website, zonnebloem.nl/vakanties. We zorgen ervoor dat je op de website altijd actuele informatie kunt vinden. Zo vind je er wat inclusief en exclusief is, net als informatie over voor wie onze reizen en activiteiten geschikt zijn.

Mocht het niet mogelijk zijn om onze website te raadplegen voor meer informatie, neem dan telefonisch contact met ons op via 076 - 564 64 64. Onze medewerkers helpen je dan graag verder.



Vaarvakanties

Geniet van het prachtige uitzicht vanaf het water, de charmante steden langs de route en bovenal van de ongedwongen sfeer aan boord. Het schip is volledig aangepast en toegankelijk voor mensen met een lichamelijke beperking. Je kunt rekenen op professionele zorg van onze grote groep toegewijde vrijwilligers.

Terwijl de kapitein het schip over de rivier loodst, geniet je van het voorbijtrekkende landschap. Met een kop koffie vanuit de comfortabele salon, of buiten, met de wind door je haren op het zonnedek. Zodra het schip is aangemeerd kun je de stad gaan verkennen. Even winkelen of een terrasje pakken bijvoorbeeld. Alleen, samen met een vrijwilliger of met een hele groep. Blijf je liever aan boord? Dat kan natuurlijk ook. Op het schip is genoeg te doen, zowel overdag als 's avonds.

Reizen door Duitsland en Nederland

Een rondreis met MPS de Zonnebloem brengt je naar de mooiste plekken van Duitsland en Nederland. Je kunt kiezen uit verschillende vaarroutes. Zo verken je in Duitsland de romantische omgeving van de Rijn, en vaar je in Nederland langs prachtige vestingsteden als Dordrecht en Wijk bij Duurstede. Een vaarvakantie met MPS de Zonnebloem betekent even helemaal ontspannen.

“Als ik wakker word, lig ik zo lekker te kijken naar het voorbijtrekkende landschap. Zo mooi om te zien.”

Tineke was samen met haar dochter te gast op MPS de Zonnebloem

Themareizen zijn er ook. Kies voor een wijn- en of kerstreis door Duitsland of geniet van een klassieke muziekreis door Nederland. Daarnaast is het mogelijk om met leeftijdsgenoten op reis te gaan in de categorieën 18-45 jaar en 40-65 jaar.

Reisschema en prijzen

Elke vaarvakantie begint op maandag en eindigt op zaterdag. Op onze website tref je een actueel overzicht van het reisschema, de vaarroutes en de bijbehorende prijzen.

Vrijwilligers

Tijdens de vaarvakanties kun je rekenen op professionele zorg. Gekwalificeerde verpleegkundigen en verzorgenden staan 24 uur per dag voor je klaar. Daarnaast is er een arts aanwezig en varen er een fysiotherapeut en kapper mee. Ook zijn er veel vrijwilligers die een helpende hand bieden waar nodig, zoals in het restaurant en achter de bar, maar ook bij uitstapjes en excursies.

De bemanning

Naast het team van vrijwilligers, is er een vaste bemanning aan boord. Samen zorgen zij ervoor dat het schip de juiste koers vaart en veilig aanmeert. De bemanning bestaat uit de kapitein, een stuurman, werktuigbouwkundigen, matrozen, de cruisemanager, een boordverpleegkundige, de restaurantmanager en natuurlijk de koks.

Zorgeloze vakantie met MPS de Zonnebloem

- Volledig aangepast schip
- Ook geschikt voor mensen die bedlegerig zijn
- Reizen door Duitsland en Nederland
- Alle reizen worden begeleid door vrijwilligers
- Gezellige uitstapjes en excursies
- Vakanties van maandag tot en met zaterdag



Het schip

MPS de Zonnebloem is speciaal gebouwd voor mensen met een lichamelijke beperking. Alle ruimtes zijn volledig toegankelijk ingericht om jou een comfortabele en ontspannen vakantie te bieden.

Faciliteiten op het schip:

- ➔ Receptie
- ➔ Restaurant
- ➔ Zonnedek
- ➔ Salon met bar (incl. koffieservice)
- ➔ Lees- en televisiehoek
- ➔ Dansvloer
- ➔ Bibliotheek
- ➔ Kapsalon
- ➔ Verwenbadkamer met hoog-laagbad
- ➔ Medische behandelkamer
- ➔ Wifi

Diëten

Aan boord van ons schip zijn verschillende diëten mogelijk, zoals lactose- of glutenvrij.

Hulphonden

Als je een hulphond hebt, wil je die ongetwijfeld meenemen op reis. Bij sommige vaarvakanties zijn verschillende hutten beschikbaar waar je met je hulphond kunt verblijven. Bekijk hiervoor de vaarroutes op onze website.

De hutten

Voor de gasten zijn er 11 eenpersoonshutten en 29 tweepersoonshutten, die over de onderstaande faciliteiten beschikken:

- ➔ Hoog-laagbedden
- ➔ Anti-decubitus matras
- ➔ Plafondlift
- ➔ Aansluiting voor zuurstof (ook op andere delen van het schip)
- ➔ Oproepsysteem
- ➔ Radio & tv
- ➔ Eén badkamer per twee hutten
- ➔ Douche- en toiletstoel

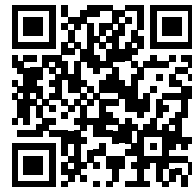
Heb je andere hulpmiddelen nodig?

Wij zoeken graag samen met jou naar een oplossing.

Meer informatie en aanmelden

Wil je meer informatie over de verschillende soorten reizen, de vaarroutes, de prijzen en de voorwaarden? Of wil je je meteen aanmelden? Ga dan naar onze website: zonnebloem.nl/vaarvakanties. Hier tref je ook een digitaal aanmeldformulier.

Voor overige vragen stuur je een e-mail naar contact@zonnebloem.nl of bel je naar 076 - 564 64 64



Trossen los

Voor de bemanningsleden van MPS de Zonnebloem is het schip hun tweede thuis. Wat maakt hun werk aan boord zo bijzonder?



Jolle Wietse Visser
kapitein

“De combinatie van varen en gastheer zijn, dat is waar mijn hart sneller van gaat kloppen”, vertelt Jolle Wietse. “Ik kijk altijd uit naar het moment waarop de mensen aan boord komen. Onze gasten en vrijwilligers zijn vrolijk en enthousiast, dat werkt aanstekelijk. Er gebeurt zoveel in een week. Met sommige gasten krijg je echt een band. Als we op zaterdag afscheid nemen, dan weet ik dat ik een aantal van hen niet meer terug zal zien. Vanwege hun hoge leeftijd of gezondheidstoestand. Dan ben ik trots dat we een heerlijke vakantie voor ze hebben mogen verzorgen. Het is een prachtbaan en ik ben dankbaar dat ik dit werk mag doen!”



Bas van Elk
restaurantmanager

“Samen met vrijwilligers zorg ik ervoor dat de gasten iedere dag heerlijke maaltijden krijgen. Gemiddeld zijn er 15 gasten aan boord met een speciale dieetwens.” legt Bas uit. “We hebben gasten voor wie al het eten gemalen moet worden. Soms wordt het grof gemalen, maar voor anderen moet het heel fijn gemalen worden, omdat zelfs het kleinste stukje voedsel al voor grote problemen kan zorgen. Het is dus echt belangrijk dat iedereen het juiste bord krijgt. Want als mensen iets verkeerd eten en ziek worden van hun eten, kan dit de hele reis voor ze verpesten.”



Gerard Noor
cruisemanager

“Ik heb 2 jaar op een commercieel cruiseschip gewerkt. Dat is een totaal andere wereld. Op MPS de Zonnebloem hebben we gasten met een lichamelijke beperking. We hebben mensen die in rolstoelen zitten, maar ook mensen die op bed liggen of volledig verlamd zijn. Die alleen met hun hoofd kunnen bewegen. Ik ben op zaterdag verantwoordelijk voor het uitschepen. Dat vraagt natuurlijk om een hele andere benadering. Als je dan op de wal staat en er komt een echtpaar de loopplank af en die pakken mijn arm vast en zeggen: “Dank je wel. Het was geweldig!”, tja, dan krijg ik nog steeds kippenvel.”



Ronald Oosterveld
kok

“Als je ziet hoe de mensen op maandag binnen komen en dan met een big smile op vrijdag van boord gaan, of eigenlijk niet van boord willen gaan, dan zegt dat genoeg.”

Kleinschalige vakanties

Even ertussenuit. Daar hebben we allemaal behoefte aan. Soms vraagt een lichamelijke beperking om extra zorg en begeleiding. De Zonnebloem organiseert kleinschalige vakanties door heel Nederland die deze extra ondersteuning bieden. Hierdoor is een fijne en mooie vakantie mogelijk voor iedereen.

We hebben een breed vakantieaanbod samengesteld met accommodaties verspreid over heel Nederland, in verschillende soorten gebieden. Denk aan de kust, een bosrijke omgeving of juist een gezellige stad. Of het nu gaat om een hotel, een vakantiehuis of appartement: de locatie is altijd zo ruim opgezet dat deze geschikt is voor alle soorten (elektrische) rolstoelen. Uiteraard zijn er ook faciliteiten als hoog-laagbedden, een douchetoilet-stoel en beugels bij de toiletten.

Vrijwilligers

Om de juiste zorg en aandacht te kunnen geven, vinden de vakanties in kleine groepen plaats. Denk bijvoorbeeld aan een deelnemersgroep van maximaal tien personen, die begeleid wordt door zes of zeven vrijwilligers. Daarnaast staan er extra vrijwilligers uit de regio paraat die bijspringen op de momenten dat er extra hulp gewenst is.

Vrijheid

Flexibiliteit en vrijheid staan centraal. Zo bepaal je zelf of je mee wilt gaan met een excursie of niet: het is maar net hoe je je voelt en waar je zin in hebt. Ook de duur van de vakanties varieert. Van een weekend of midweek tot een volle week. Je kunt individueel deelnemen aan deze reis, maar je kunt ook een partner, vriend(in) of familielid meenemen.



“Flexibiliteit en vrijheid staan centraal. De vakantieduur is variabel en excursies zijn optioneel.”



Kleinschalige vakanties

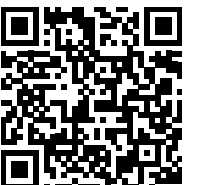
- Voor mensen die door hun lichamelijke beperking net iets meer zorg nodig hebben
- Accommodaties door heel Nederland of net over de grens
- Vrijheid en flexibiliteit
- Variatie in vakantieduur
- Begeleiding door vrijwilligers

Meer informatie en aanmelden

Als je nieuwsgierig geworden bent naar ons aanbod, ga dan naar zonnebloem.nl/kleinschaligevakanties.

Hier tref je alle informatie aan en kun je je aanmelden. Zodra we je aanmelding hebben ontvangen, kijken we samen naar je zorgvraag en welke vakantie het beste bij je past.

Heb je vragen? Neem dan contact met ons op via contact@zonnebloem.nl of bel naar 076 - 564 64 64.



Zelfstandig op vakantie

Als je liever zelf je vakantie regelt, dan ondersteunen we je graag. Op onze website tref je een groot aantal toegankelijke accommodaties en handige tips. Ideaal wanneer je zelfstandig of met vrienden en familie eropuit wilt.

Een vakantie aan zee, genieten van het glooiende landschap van Zuid-Limburg of dwalen door de natuur op de Veluwe: op onze website bieden we toegankelijke accommodaties aan waar je met rolstoel of rollator terecht kunt. Het aanbod varieert van hotelkamers en vakantiehuizen tot B&B's en groepsaccommodaties.

Zorg en hulpmiddelen op locatie

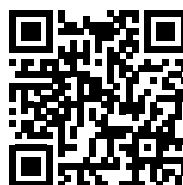
Per locatie geven we tips over vervoersmogelijkheden, uitstapjes in de buurt en het eventueel regelen van zorg en hulpmiddelen. Het platform is er voor iedereen, dus ook als je niet bent aangesloten bij de Zonnebloem. Met behulp van handige filters kun je het zoekresultaat toespitsen op jouw situatie. Zo weet je of de accommodatie ook ruim genoeg is voor een scootmobiel of elektrische rolstoel en welke faciliteiten en hulpmiddelen aanwezig zijn. Het aanbod is zorgvuldig samengesteld door onze experts. De Zonnebloem organiseert immers al meer dan zeventig jaar vakanties voor mensen met een lichamelijke beperking.

Laat je inspireren op onze website:

- Toegankelijke vakantiebestemmingen in Nederland en net over de grens
- Voor mensen met een lichamelijke beperking
- Advies over hoe je zelf een vakantie regelt
- Tips voor vervoer, hulpmiddelen en activiteiten

Meer informatie en aanmelden

Op zonnebloem.nl/zelfjevakantieregelen vind je het overzicht met alle vakantieadressen en extra informatie over eventuele zorg op locatie, hulpmiddelen, vervoer en tips voor uitjes in de buurt. Voor meer informatie kun je contact met ons opnemen via contact@zonnebloem.nl of bel naar 076 - 564 64 64.



“De website van de Zonnebloem maakt het makkelijker om aangepaste accommodaties te vinden.”



Het Hugenpothhuis

De Stichting Baron van Hugenpoth tot Aerdt heeft een aangepaste vakantiewoning laten bouwen in het buitengebied van Loenen, vlakbij Apeldoorn. Speciaal voor mensen met een lichamelijke beperking. Dit is het Hugenpothhuis, dat exclusief te huren is via de Zonnebloem.

Het Hugenpothhuis is een knus huis waar het voor mensen met een beperking mogelijk is om samen met vrienden of familie te genieten van de mooie omgeving. De woning is landelijk gelegen aan een zandpad op circa 3 kilometer van het dorpje Loenen. Via de openslaande deuren kom je direct op het ruime terras en niet zelden springt er zomaar een hertje voorbij.

Aangepaste accommodatie

De woonkamer met open keuken heeft openslaande deuren naar de tuin en het terras. De keuken is speciaal aangepast voor personen in een rolstoel en is van alle gemakken voorzien. Op de begane grond bevindt zich een aangepaste, ruime slaapkamer met 2 (verrijdbare) hoog-laagbedden met bedhekken, papegaai en nachtlampje. Aan beide kanten van het

bed is voldoende ruimte voor een rolstoel. Aangrenzend bevindt zich een ruime badkamer met o.a. een verhoogd toilet met beugels aan beide zijden van het toilet en een in hoogte verstelbare douche met (verrijdbare) douchetoiletstoel. Op de 1e verdieping zijn nog 2 slaapkamers en een badkamer.

Meer informatie en aanmelden

Op zonnebloem.nl/hugenpothhuis vind je meer informatie over de indeling van het huis, aanwezige hulpmiddelen en kun je deze locatie reserveren.

Voor meer informatie kun je contact met ons opnemen via contact@zonnebloem.nl of bel naar 076 - 564 64 64.



“De aangepaste badkamer, de verstelbare keuken, de ruime slaapkamer: je merkt dat over alles goed is nagedacht.”

Naomi verbleef een midweek in het Hugenpothhuis



Zomers Zonnebloemuitje: jongerenafdeling gaat zeilen



Unieke ervaringen die anders niet mogelijk zouden zijn. Voor die hoogtepunten is Kim (36) lid geworden van de Zonnebloemafdeling Jong Groningen en Drenthe. Kim werd geboren met een hersenbeschadiging waardoor haar motoriek is aangetast en ze is spastisch. Hoewel ze ondernemend is, zijn er daardoor activiteiten die ze alleen met hulp kan doen. “Watersporten kan ik bijvoorbeeld niet op eigen houtje, terwijl ik dat wel ontzettend graag doe. Toen de Zonnebloem laatst ging zeilen, heb ik me dus direct aangemeld. Deze activiteit paste perfect bij mij.”

Elkaar weer kunnen aanraken is onvervangbaar!



Een vaarvakantie met de Zonnebloem is heel waardevol voor de zussen Ais, Nel en Diny. Diny is, met 83 jaar, de jongste. “We zijn een aantal keren met het schip mee geweest. Omdat we allemaal slecht ter been zijn, is dit voor ons de enige manier om op vakantie te gaan. We wonen

ver uit elkaar, zelfs op verjaardagen zien we elkaar niet. We bellen en appen wel veel, maar elkaar echt in de ogen kunnen kijken en aanraken, is onvervangbaar.” Diny: “Zonder de vrijwilligers aan boord zijn we nergens. Ik geef ze een dikke pluim: het ontbreekt ons aan niets.”

Weer grinniken als pubers: op vakantie met de Zonnebloem



Een stadswandeling door Zutphen bleek de perfecte vakantie voor deelnemers Fily (51) en Zita (47). Hoewel beide dames een hersenziekte hebben, rollen zij positief het leven door. Ze zijn deelnemer van een mediorenafdeling van de Zonnebloem in Sint-Michielsgestel. “Ik kende de Zonnebloem alleen van oudere mensen”, bevestigt Fily een

veelgehoord misverstand over de Zonnebloem. “Mijn moeder hoorde van deze mediorengroep. Ik heb er geen seconde spijt van gehad. Het gezelschap is erg fijn.” Dat beaamt Zita: “Het is leuk om met leeftijdsgenoten te zijn. We slapen met zijn tweetjes op een kamer en lagen gisteravond in bed te grinniken als pubers.”

Dankzij de Zonnebloemauto blijft de familietraditie in ere

“Op zaterdag ga je niet naar vrienden, dan gaan we naar Theo”, zei vader Van den Burgt altijd tegen zijn kinderen. Jongste broer Theo zit door een meervoudige beperking in een rolstoel. De bezoeken zijn nog steeds heilig. Vroeger reed Bert met zijn broers en zus altijd naar Theo toe. Acht jaar geleden werd bij broer Jan echter MS geconstateerd, waardoor het voor hem ontzettend lastig is om te reizen. “Daarom halen we Theo nu op en gaan samen op bezoek bij Jan!” Het allerbelangrijkste voor de familie is dat ze elkaar kunnen blijven opzoeken. “Dat zouden we niet kunnen zonder de auto. Het is voor ons echt een uitkomst.”



Afdelingsvakanties

Op vakantie met een afdeling van de Zonnebloem betekent even alles loslaten. Alles wordt voor de deelnemers geregeld, zodat zij optimaal kunnen genieten van de omgeving, de uitstapjes én het gezelschap.

Lokale en regionale Zonnebloemafdelingen organiseren op maat gemaakte reizen voor mensen met een lichamelijke beperking. Deze afdelingsvakanties zijn zoveel mogelijk afgestemd op de wensen van de deelnemers. Sommige afdelingen organiseren relatief grote vakanties met zo'n twintig deelnemers, terwijl andere afdelingen ervoor kiezen om met een klein groepje deelnemers op vakantie te gaan.

Zee, stad of natuur

De vakanties vinden voornamelijk plaats in Nederland of net over de grens. Bijvoorbeeld op de Veluwe, aan het strand, vlakbij grote steden of juist in landelijke gebieden. Soms in een bungalow, een andere keer in een hotel of in groepsverblijven. Alle vakanties hebben één ding gemeen: ze zijn helemaal geschikt voor mensen met een lichamelijke beperking.

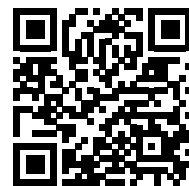
Juiste begeleiding

Bij de afdelingsvakanties zijn altijd voldoende vrijwilligers aanwezig. Niet alleen voor het begeleiden van de deelnemers, maar ook voor leuke uitstapjes, een spelletje of om gezellig samen te koken. Ook als je zorg nodig hebt, kun je rekenen op gekwalificeerde verpleegkundigen en verzorgenden.

Meer informatie en aanmelden

Om te weten wat de afdeling bij jou in de buurt organiseert, kun je contact opnemen met de betreffende afdeling via zonnebloem.nl/afdelingen.

Op zonnebloem.nl/afdelingsvakanties vind je meer informatie over de afdelingsvakanties. Voor overige vragen stuur je een e-mail naar contact@zonnebloem.nl of bel je naar 076 - 564 64 64.



Op vakantie met een afdeling

- Op vakantie met mensen uit je eigen omgeving
- Afgestemd op de wensen van de deelnemers
- Vakanties door heel Nederland of net daarbuiten
- Aan zee, in een stad of in de natuur



“In de ochtend is er uitgebreid ontbijt. Net als in een hotel, maar dan veel gezelliger!”

Lenie ging voor het eerst mee op een afdelingsvakantie



Zonnebloemauto

De Zonnebloemauto geeft bewegingsvrijheid en zelfstandigheid. Zelf bepalen wanneer je wilt vertrekken, alles in je eigen tempo. Deze rolstoelauto kun je huren voor bijvoorbeeld een dagje naar zee, een familiebezoek of een vakantie. Wil je de Zonnebloemauto huren, maar heb je niemand die kan rijden? Dan is het mogelijk om een vrijwillige chauffeur van de Zonnebloem te vragen.

Wat is een Zonnebloemauto?

De Zonnebloemauto's zijn huurauto's die achterin ruimte bieden aan een rolstoel of scootmobiel. Daarnaast zijn er zitplaatsen voor 3-5 personen, afhankelijk van het type auto. Dat maakt de auto ideaal om op pad te gaan met familie of vrienden. Er zijn inmiddels zo'n vijftig Zonnebloemauto's beschikbaar door heel Nederland, die samen al voor meer dan duizenden onvergetelijke dagen hebben gezorgd.

Aantrekkelijk tarief

Normaal gesproken kost een aangepaste huurauto al gauw € 100 per dag. De Zonnebloem kan de prijs laag houden dankzij donateurs. Brandstofkosten zijn voor eigen rekening. De Zonnebloem heeft een grote groep vrijwilligers die graag samen met jou eropuit gaat. Wanneer je bij de reservering aangeeft dat je graag van deze optie gebruik wilt maken, gaan wij direct voor jou aan de slag.

Meer informatie en aanmelden

Ga voor meer informatie over de Zonnebloemauto of als je meteen een dagje op pad wilt naar onze website zonnebloem.nl/zonnebloemauto of bel met onze samenwerkingspartner Welzorg: 088 - 001 67 17



“Ik vind het leuk dat er plek is voor extra passagiers. Zo ga je echt met z'n allen op vakantie.”

Erwin huurde de Zonnebloemauto voor een reis met vrienden naar Duitsland

De Zonnebloemauto

- Huurauto met plaats voor rolstoel of scootmobiel
- Zorgeloos op pad
- Met familie, vrienden óf vrijwillig chauffeur achter het stuur
- Ongeveer 50 verhuurlocaties door heel Nederland



Zonnebloemfiets

Samen op pad met een Zonnebloemfiets. Deze elektrische fietsen bieden mensen met een mobiliteitsbeperking de mogelijkheid om te genieten van een heerlijke fietstocht. Met de wind in de haren naar een gezellig terras of door de natuur. Laat je met de Zonnebloemfiets naar je favoriete plekken brengen.

Wat is een Zonnebloemfiets?

Er zijn verschillende soorten Zonnebloemfietsen: bij het ene model blijf je in je eigen rolstoel zitten, bij het andere zit er een stoel aan de fiets gemonteerd. Ook is er een model voor mensen die slecht ter been zijn en niet meer zelfstandig kunnen fietsen. Alle modellen zijn o.a. voorzien van krachtige accu's, trapondersteuning en een wegrijdhulpfunctie.

Verschillende modellen

Met de **Veloplus** kun je als rolstoelgebruiker in je eigen rolstoel blijven zitten. Vrijwel elke handbewogen rolstoel kan zeer eenvoudig en snel op het kantelbare plateau gereden worden en veilig worden vastgezet.

De **OPair** heeft aan de voorkant een comfortabele zitting gemonteerd. Dit model is ook verkrijgbaar met een deelbaar frame, zodat het voorste gedeelte op locatie als rolstoel gebruikt kan worden.

Doordat je op de **Duofiets** naast elkaar zit, kun je samen gezellig van de omgeving genieten. De bestuurder heeft de volledige controle over de duofiets en de passagier kan optioneel meetrappen.

Aantrekkelijk tarief

De Zonnebloemfiets kun je reserveren voor een dagdeel of een hele dag. Per dagdeel betaal je 5 euro.

Meer informatie en aanmelden

Ga voor meer informatie over de locaties van de Zonnebloemfiets of als je meteen een fiets wilt reserveren naar zonnebloem.nl/fiets of bel met 076 - 564 64 64.



De Zonnebloemfiets

- Elektrische fietsen met 2 krachtige accu's
- Verschillende modellen beschikbaar
- Geeft je de vrijheid om eropuit te gaan
- Op diverse locaties in Nederland te reserveren



“Ik gun iedereen zo’n fijn moment, even van huis.”

Annie maakte samen met Mia een fietstocht door Breda.



Toegankelijkheid

Als je een lichamelijke beperking hebt, gaat de voorpret van een dagje uit al snel gepaard met vragen en zorgen. Kan ik er parkeren? Kan ik wel naar binnen? Kan ik naar het toilet? De Zonnebloem vindt dat niemand zich daar zorgen over hoeft te maken.

De Zonnebloem heeft al meer dan 85 locaties in Nederland getest op toegankelijkheid, waaronder musea, dierenparken, theaters, attractieparken, voetbalstadions en andere vrijetijdslocaties. Als geen ander weten wij dat toegankelijkheid een voorwaarde is voor een onbezorgd dagje uit. Daarom zetten we ons in om Nederland toegankelijker te maken voor mensen met een fysieke beperking.

Ervaringsdeskundigen

Een dagje uit begint al thuis, wanneer je je oriënteert op de faciliteiten die een locatie biedt. Maar toegankelijkheid is méér dan een aangepast toilet of gangen die breed genoeg zijn voor een rolstoel. Ook de manier waarop je als gast bejegend wordt, speelt een belangrijke rol. Daarom starten we altijd met een ervaringstest door mensen die zelf een fysieke beperking hebben. Zij testen de informatie op de website, de bereikbaarheid en toegankelijkheid van de locatie en de gastvrijheid. Vervolgens voert de Zonnebloem een technische keuring uit en geeft samen met een lichamelijke beperkte vrijwilliger een workshop aan medewerkers van de locaties.

Tijdens deze sessie geven we de medewerkers tips over bejegening (gastvrijheid) en laten hen ook zelf ervaren hoe het is om met een lichamelijke beperking hun eigen vrijetijdslocatie te beleven.

Geteste locaties

Wil je weten welke locaties in Nederland door ons gekeurd zijn en een advies hebben ontvangen om deze beter toegankelijk te maken? Op zonnebloem.nl/onbeperkteropuit vind je een overzicht en meer informatie over wat de locaties op het gebied van toegankelijkheid gedaan hebben. Zo weet je waar je terecht kunt voor een rolstoelvriendelijk dagje uit.



“We beseften dat toegankelijkheid veel verder gaat dan het wegwerken van wat trapjes en drempels”

Rob Bergmans, manager frontoffice bij Koninklijk Theater Carré.

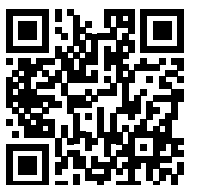


Programma Toegankelijkheid

- Advies aan vrijetijdslocaties over toegankelijkheid
- Technische keuring en bezoek ‘mystery guests’
- Workshops voor medewerkers van vrijetijdslocaties
- Samenwerking met andere organisaties

Meer informatie en aanmelden

Wil jij ook als ‘mystery guest’ helpen met het toetsen van locaties? Voor aanmelden en overige vragen stuur je een e-mail naar contact@zonnebloem.nl of bel je naar 076 - 564 64 64.



Sluit je aan

De Zonnebloem wil mensen met een lichamelijke beperking een onvergetelijke tijd bezorgen. De tienduizenden vrijwilligers zorgen ervoor dat onze deelnemers aangesloten blijven. Door thuis een kop koffie te drinken of samen even de deur uit te gaan. Of door groepsactiviteiten, waar mooie contacten tussen deelnemers ontstaan.

Bezoek aan huis

Met een lichamelijke beperking ben je misschien vaker alleen dan je zou willen. Simpelweg samen een kop koffie of thee drinken, kan al zo gezellig zijn. Zou je het leuk vinden als een vrijwilliger van de Zonnebloem bij je langs komt? Of ken je iemand die er veel aan zou kunnen hebben? Neem dan contact op met de Zonnebloemafdeling bij jou in de buurt. Zij zoeken dan een geschikte vrijwilliger.

Samen eropuit

Lekker op pad gaan is niet altijd vanzelfsprekend als je een lichamelijke beperking hebt. Wij nemen je graag mee. Onze activiteiten, het vervoer en de begeleiding is aangepast op jouw situatie. Of het nu gaat

om een boswandeling, een drankje in de stad, een bezoek aan een museum of rondneuzen in het tuincentrum. Met z'n tweetjes of samen met andere deelnemers van de Zonnebloem. Ook is het mogelijk om met een afdeling op vakantie te gaan.

Meer informatie en aanmelden

Met ruim duizend afdelingen door heel het land is de Zonnebloem altijd dichtbij. Op onze website zonnebloem.nl/afdelingen vind je een afdeling bij jou in de buurt. Op zonnebloem.nl/doe-mee tref je meer informatie over alle activiteiten van de Zonnebloem. Voor overige vragen stuur je een e-mail naar contact@zonnebloem.nl of bel je naar 076 - 564 64 64.



“Ik doe soms activiteiten die ik normaal gesproken nooit zou doen.”

Angelique is lid van een Zonnebloem jongerenafdeling.

Bij jou in de buurt

- Voor mensen met een lichamelijke beperking
- Eropuit met mensen uit je eigen omgeving
- Huisbezoek
- Allerlei activiteiten en vakanties
- Begeleiding door vrijwilligers

Over de Zonnebloem

Help mee ons werk mogelijk te maken

Maar liefst 1,3 miljoen Nederlanders hebben een matige of ernstige lichamelijke beperking. Dit kan ervoor zorgen dat hun bewegingsvrijheid minder wordt en hun afhankelijkheid van anderen groter. Voor veel van hen is sociaal isolement een dagelijkse realiteit. Onze duizenden vrijwilligers staan voor hen klaar. We maken vakanties mogelijk, organiseren uitstapjes en regelen goede begeleiding. We zoeken contact en hebben tijd en aandacht. Op deze manier kunnen mensen uitkijken naar iets leuks. Met jouw financiële hulp kunnen wij het werk van de Zonnebloem mogelijk maken. Doneren kan via zonnebloem.nl/doneren.

We houden de prijs laag

De Zonnebloem vindt dat onze deelnemers geen extra kosten hoeven te maken vanwege hun lichamelijke beperking. Deze meerkosten zitten bijvoorbeeld in de noodzakelijke hulpmiddelen, aangepast vervoer en zorg. De prijs van alle activiteiten van de Zonnebloem is daarom gebaseerd op wat iemand zonder lichamelijk beperking voor de reis of activiteit zou betalen. De meerkosten zijn voor rekening van de Zonnebloem.

Word vrijwilliger

Als vrijwilliger voor de Zonnebloem kun je mensen met een lichamelijke beperking mooie momenten bezorgen. Bijvoorbeeld door mensen thuis te bezoeken of samen iets leuks te ondernemen. Je kunt meehelpen tijdens groepsactiviteiten, een bestuursfunctie vervullen of een rit maken in de Zonnebloemauto als vrijwillig chauffeur. En dankzij onze vrijwilligers kunnen mensen met een lichamelijke beperking eindelijk weer eens op vakantie, iets wat ze vaak lang hebben moeten missen. Wil jij ook graag meehelpen, bekijk dan de mogelijkheden op zonnebloem.nl/vrijwilligerswerk.



Algemene Informatie

Stichting Garantiefonds Reisgelden (SGR)

Nationale Vereniging de Zonnebloem (KVK Breda: 40281159) is aangesloten bij SGR. Je kunt dit controleren via de website van de SGR (sgr.nl). Binnen de grenzen van de SGR-garantieregeling vallen de reizen van de Zonnebloem onder de garantie van de SGR. Deze SGR-garantie houdt in dat je ervan verzekerd bent dat je vooruitbetaalde reisgeld wordt terugbetaald als de wederpartij door financieel onvermogen de overeengekomen prestatie niet kan nakomen. Voor zover de overeenkomst mede het vervoer omvat en de plaats van bestemming reeds is bereikt, wordt zorg gedragen voor de terugreis.

Stichting Calamiteitenfonds Reizen

De Zonnebloem is aangesloten bij de Stichting Calamiteitenfonds Reizen. Binnen de grenzen van de garantieregeling van het Calamiteitenfonds vallen de door ons georganiseerde reizen met een buitenlandse bestemming onder de garantie van het Calamiteitenfonds. Deze garantie houdt in dat degene die deelneemt aan een door ons georganiseerde reis:

- (een deel van) de reissom terugkrijgt als wij de reis als gevolg van een calamiteit niet of niet volledig kunnen uitvoeren.
- de noodzakelijke meerkosten vergoed krijgt als wij als gevolg van een calamiteit de reis moeten aanpassen of wij de deelnemer vervroegd moeten repatriëren. Onder calamiteit wordt verstaan een door molest of natuurramp veroorzaakte abnormale gebeurtenis na repatriëren.

ANVR reizigersvoorwaarden

De ANVR hanteert strenge normen voor het Lidmaatschap en bevordert de kwaliteit van reizen en de informatie daarover. De reizen in deze reisgids worden aangeboden onder de ANVR Reizigersvoorwaarden die van toepassing zijn op alle aanbiedingen in deze reisgids tenzij uitdrukkelijk wordt aangegeven dat dit niet het geval is. Deze ANVR-Reizigersvoorwaarden zijn opgenomen in de ANVR-

brochure 'Alles wat je moet weten als je op reis gaat'. De brochure bevat naast de ANVR Reizigersvoorwaarden ook andere belangrijke informatie. De ANVR-Reizigersvoorwaarden en overige informatie zijn te vinden op: anvr.nl/reizigersvoorwaarden.pdf

Verantwoord toerisme

Bij het samenstellen van onze reizen houden we rekening met mens, milieu, natuur en cultuur, zodat je vakantie niet allen voor nu bijzonder is, maar zodat ook de komende generaties kunnen genieten van aantrekkelijke bestemmingen. Of het nu gaat om vakanties waarbij je geniet van de ongerepte natuur, de lokale cultuur beleeft, nieuwe mensen ontmoet of een heerlijk lokaal gerecht proeft; samen werken we aan vakanties die zorgen voor betere plekken en mooiere ervaringen. En daarmee leveren we een belangrijke bijdrage aan duurzame ontwikkeling op de bestemmingen. Voor jou als reiziger, maar ook voor de mensen die op de vakantiebestemming wonen.

Klachten

Samen met onze vrijwilligers proberen wij ervoor te zorgen dat je kunt genieten van een heerlijke vakantie. Maar soms kan het voorkomen dat je toch niet helemaal tevreden bent. We vragen je een klacht, die ontstaat tijdens de vakantie, direct te bespreken met één van onze vrijwillige reisleiders ter plaatse. Zo mogelijk lossen zij de problemen meteen op. Als dit niet lukt of je komt er met de reisleiders niet uit, neem dan contact op met het nationaal bureau van de Zonnebloem. Mocht je na afloop van de vakantie een klacht willen indienen, dan kan dit tot uiterlijk twee maanden na de reis. Dit kan schriftelijk of via de contactpagina op onze website zonnebloem.nl. Wij streven ernaar om jouw klacht binnen 21 dagen af te handelen. Lukt dat niet, dan nemen wij contact met je op.





Nationale Vereniging de Zonnebloem
Postbus 2100
4800 CC BREDA

Tel: 076 - 564 64 64
zonnebloem.nl
contact@zonnebloem.nl

NL72INGB0001098510
NL03RABO0108901998

Er kan zoveel meer dan je denkt



ANBI