

Donker & licht

Woordje van de voorzitter

We zitten in de herfst. De dagen worden korter, de klok is alweer een tijdje geleden een uur teruggezet. De blaadjes vallen van de boom. Feesten als Allerzielen en Halloween komen voorbij. Het lijkt alsof in dit jaargetijde de wereld wat donkerder wordt. Wie de televisie aanzet, ziet nog meer donker: oorlog en ellende in Oekraïne, steeds meer mensen die financieel in de knel komen door de hoge prijzen en kibbelende politici die het maar niet lukt om de grote problemen van deze tijd op te lossen.



Als alles donker wordt, is het des te meer belangrijker om je op de lichtpuntjes te richten. Thuis de kaarsjes aan te steken om het gezellig te maken, wat meer vrienden opzoeken en genieten van die onverwachte goede momenten.

Op onze eigen manier, in onze eigen omgeving, kunnen we heel wat meer 'licht' brengen. In kleine gebaren van aandacht voor de ander, een luisterend oor en op zijn tijd de nodige humor brengen.

Zo zat ik laatst even thee te drinken bij de groep 'Zin op Zondag'. Een groep ouderen komt tweewekelijks bij elkaar voor een kopje koffie en thee, met wat lekkers erbij, met ondersteuning van twee vrijwilligers van Welzijn Ouderen Grave. Ongedwongen gesprekken in een prettige sfeer. Ik kon genieten van de lol die de ouderen met elkaar hadden. De verhalen die zij meemaakten en het elkaar 'opbeuren' als het even tegenzit.

Juist zo'n moment is voor mij een lichtje in een wereld die af en toe best donker lijkt.

Roland Eijbersen (voorzitter)

Lokaal Beraad over Sociom en ouderenbeleid

Op 18 oktober was er weer een vergadering van het Lokaal Beraad. Dit is een platform bijeenkomst van vrijwilligers organisaties rondom ouderen en welzijn die actief zijn in Grave, Escharen, Gassel en Velp. Zo'n 20 aanwezigen luisterden naar twee externe gasten.

Mariëlle Rooijackers, lid van het Management Team van Sociom, vertelde over de missie en inzet van Sociom binnen onze kernen. Ze had een helder verhaal over wat Sociom kan betekenen voor ouderen. De afspraak is gemaakt om op termijn een bijeenkomst



over vrijwilligerswerk te organiseren. Daar is behoefte aan, want het is een terugkerend thema. Hoe kunnen we nieuwe vrijwilligers krijgen? Hoe kunnen we ze binden? Hoe zorgen we dat vrijwilligers, waarvan er volgens de prognoses alleen maar minder zijn de komende jaren, niet overbelast worden? Het zijn allemaal voorbeelden van vragen waar alle organisaties mee te maken hebben.

Na de pauze kwam Frans Brienen aan het woord. Frans is bestuurslid van Welzijn Ouderen Land van Cuijk en vertelde meer over de werkconferentie die eind september is gehouden. Er moet een nieuw ouderenbeleid worden opgesteld voor de gemeente Land van Cuijk. Dat vraagt heel wat overleg, afstemming tussen professionele zorgorganisaties en vrijwilligers organisaties, en de nodige afstemming over activiteiten. De gemeente zal één aanspraakpunt hebben voor het ouderenbeleid en dat is Welzijn Ouderen Land van Cuijk, met daaronder de vijf lokale stichtingen waarvan Welzijn Ouderen Grave er één van is. Het sleutelwoord daarbij is 'samenwerking'.



Het Lokaal Beraad heeft aangegeven betrokken te willen zijn bij de discussie over het nieuwe ouderenbeleid. Daar zal gevolg aan worden gegeven.

Mantelzorgers naar het klooster in Velp

Op donderdag 27 oktober is een groep mantelzorgers naar het Emmausklooster in Velp geweest. Daar kregen ze een rondleiding in het complex. We hebben mooie reacties ontvangen op deze activiteit.



Voor in de agenda

Zin op Zondag: lekker kopje koffie of thee en samen kletsen. Locatie: Foyer van de Sint Elisabethkerk (ingang via kerkplein). 13 november tussen 14.00 en 16.00 uur. Kosten: 1 euro per persoon.

Op zondag 27 november is er tussen 14.00 en 16.00 uur Sinterklaas bingo in de Hemelvaartzaal van de Sint Elisabethkerk. Opgeven t/m 18 november bij Welzijn Ouderen Grave.

Eetpunt Samen Smullen: Een mooi drie-gangen menu en terugkerende ontmoetingen. Elke keer vertellen we ook iets in het kort over een bepaald thema of activiteit. Gemoedelijk, gezellig en informatief! Voor deze activiteit wordt een bijdrage gevraagd van € 10,00 all-inn.


Voor wie? Voor alle 55+'ers uit Grave, Escharen, Gassel en Velp.

Wanneer? Iedere 3e woensdag van de maand. Start 17.30 tot 19.00 uur. Aanmelden vanaf de 1e dinsdag van de maand bij Welzijn Ouderen Grave. Maximaal 40 personen en vol is vol. De volgende keer is op 16 november.

Waar? Hemelvaartzaal van de St. Elisabethkerk. Ingang zaal: te betreden via steeg tussen ijsalon en woning 'Kerkleuner' en dan na 150 meter is de ingang aan uw linkerkant.

Administratieve Ondersteuningsdienst

voor alle ouderen van 55+ in Grave, Escharen, Gassel en Velp



Welzijn Ouderen Grave
Rogstraat 22, 5361 GR Grave
info@welzijnouderengrave.nl
www.welzijnouderengrave.nl
Telefoon: 0486 72 90 04

Openingstijden kantoor:
van dinsdag t/m vrijdag
van 9.30 uur tot 12.30 uur.

Ik zie door de berg papieren het overzicht niet meer.

Ik zoek hulp voor het aanvragen van de energietoeslag.

Mijn partner die de administratie deed, is weggefallen. Hoe moet ik nu mijn thuisadministratie aanpakken?

Online formulieren invullen lukt mij niet zo goed.

Wacht niet, maar zet een stap en vraag om hulp!
U kunt contact opnemen met Welzijn Ouderen Grave als u van onze hulp gebruik wilt maken. Onze ouderenadviseurs kunnen u op maat advies geven. Ook hebben wij gespecialiseerde vrijwilligers die u kunnen helpen bij de huishoudelijke administratie. Samen met u werken we eraan dat u over een tijdje zelfstandig de administratie kunt verzorgen. Voor de Administratieve Ondersteuningsdienst wordt **geen eigen bijdrage** gevraagd.

Let op: Energietoeslag kan bij de gemeente tot 1 december worden aangevraagd!



Voor u geselecteerd...

Elke dag verschijnen er op internet talloze nieuwsberichten. Een deel daarvan gaat over ouderen. Voor u selecteren wij berichten die de moeite waard zijn om even te lezen.

- Woningmarkt voor ouderen

Achmea rekent voor: met slimme levensloopbestendige woningbouw kunnen we efficiënter omgaan met inzet van zorgpersoneel en mantelzorgers.



<https://www.ad.nl/wonen/achmea-105-000-minder-zorgmedewerkers-nodig-door-slimmer-bouwen-voor-ouderen~a0ddec41/>

- Koppelteken - Nieuwsbrief van Welzijn Ouderen Grave

- Valpartijen onder ouderen

Elke dag belanden 280 ouderen op de spoedeisende hulp doordat ze lelijk ten val komen. Maar er zijn oplossingen!

<https://nos.nl/artikel/2446931-280-ouderen-per-dag-op-spoedeisende-hulp-vanwege-valpartijen-training-moet-helpen>

- Ouderen op de zorgboerderij

Het blijkt dat ouderen die op een zorgboerderij verblijven langer fit blijven.

<https://www.ad.nl/gezond/br-waarom-ouderen-op-een-zorgboerderij-langer-fit-blijven-br~a4a1f077/>

Een film over dementie en mantelzorg

Werkgroep Dementie Vriendelijke Gemeente land van Cuijk Afdeling Escharen, Gassel, Grave en Velp presenteert: WEI

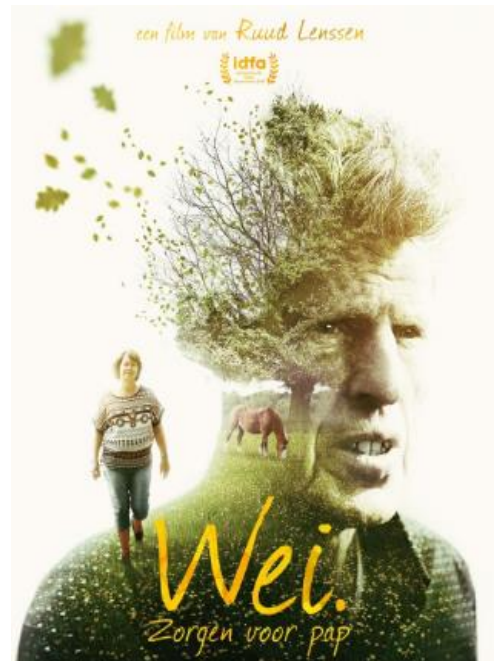
Een film over dementie en mantelzorg met nabespreking.

Eén op de vijf Nederlanders krijgt dementie. Omdat we steeds ouder worden, stijgt

het aantal mensen met dementie in 2040 naar verwachting naar 550.000. Dat betekent dat meer inwoners én organisaties in uw omgeving dagelijks te maken krijgen met dementie. Dementie heeft een grote impact, niet alleen op de persoon met dementie zelf en de directe omgeving, maar op de maatschappij als geheel. Door te praten over wat mensen met de ziekte dementie en hun naasten doormaken, willen we het taboe rondom dementie verbreken. Als mensen kunnen delen waar ze zich zorgen over maken of

wat hen bezig houdt, kunnen ze namelijk ook gesteund of geholpen worden.

Wanneer de vader van de jonge filmmaker Ruud Lenssen de diagnose vasculaire dementie krijgt, is de ziekte al zo ver gevorderd dat het lijkt of de woorden van de arts niet echt doordringen. Voor echtgenote Ria en voor Ruud en zijn zus is de diagnose echter overduidelijk: dit is een onomkeerbaar proces. Zoon Ruud filmt zijn ouders en hun strijd gedurende twee jaar. Hij toont mooie maar ook moeilijke momenten uit hun dagelijks leven, waarbij hij zelf veelal op de achtergrond blijft, zonder dat daarmee de intimiteit van hun relatie verloren gaat. De avond bestaat uit een film van 55 minuten en een nagesprek met het publiek o.l.v. Ruud Lenssen in aanwezigheid van professionals.



Ruud Lenssen: *“De film maakt de worsteling van beide kanten zichtbaar: de angst en onzekerheid van mijn vader; het niet kunnen vragen om hulp en de vereenzaming van mijn moeder; tot uiteindelijk de onmogelijke maar noodgedwongen beslissing om afstand te nemen van je levenspartner. Wei is niet alleen een film over dementie en mantelzorg, maar tevens een liefdevol verhaal over de vergankelijkheid van het leven. Een ode aan mijn ouders en aan ouders in het algemeen.”*

Locatie: Catharinahof, congresruimte 2 en 3

Datum: dinsdag 29 november 2022

Aanvang: 19.30 uur (en zaal open vanaf 19.15 uur) sluiting rond 21.30 uur.

Uw komst is zeer waardevol voor nu en de toekomst; de entree is dan ook gratis.

Voor meer informatie: dementievriendelijkgrave@gmail.com

Wist u dat...

- Nagenoeg alle folders van Welzijn Ouderen Grave hebben een update ondergaan. Op dit moment wordt er nog gewerkt aan een folder voor onze Digi-hoeken. Op ons kantoor aan de Rogstraat hebben we nieuwe folderbakken aan de muur gehangen. Makkelijk om dan een folder naar keuze mee te nemen.

- We gaan onze website uitbreiden met een agenda module waar evenementen en bijeenkomsten voor ouderen worden gepubliceerd.

Stichting Welzijn Ouderen Grave

Rogstraat 22
5361 GR Grave

Contactgegevens:

- Via e-mail: info@welzijnouderengrave.nl

- Openingstijden kantoor: van dinsdag t/m vrijdag 9.30 uur tot 12.30 uur.

Wij zijn tijdens deze genoemde tijden ook telefonisch bereikbaar via telefoonnummer 0486 72 90 04.

- Website: www.welzijnouderengrave.nl

- Facebook: <https://www.facebook.com/WelzijnOuderenGrave>



Welzijn Ouderen Grave

Deze digitale nieuwsbrief is samengesteld onder redactie van het bestuur.

Bestuur:

Roland Eijbersen (voorzitter)

Anja van Kempen (secretaris)

Vacant (penningmeester)

Jetty Janssen

Paula van Rensch

Rien Krol

Wilt u zich aan- of afmelden voor deze nieuwsbrief? Stuur dan een e-mail naar Info@welzijnouderengrave.nl onder vermelding van nieuwsbrief.