

In deze nieuwsbrief

Bestuur pagina

- Senioren Zelf aan Zet 1
- Nieuwjaarsreceptie 2025 1
- Incasso contributie 2025 2
- Cliëntondersteuners 6

Evenementen

- Traditionele Kerstfeest 2
- Ieder heeft een verhaal 3
- Parelfair 4

Welzijn

- Zorgverzekering 2
- Alzheimercafé 4
- SO Spreekuur 5

Activiteitenkalender 5

Zie bewaarexemplaar voor:

- Loket Wegwijs
- WMO-cliëntondersteuning
- Ontmoeting in beweging
- Huiskamer/Inloop
- Contacten VSO

Van het Bestuur

Senioren Zelf aan Zet

Als gevolg van de dubbele vergrijzing en toenemende tekorten aan personeel is het nodig dat alle betrokkenen samen passende maatregelen nemen op de gebieden wonen, zorg en welzijn. Senioren Oisterwijk geeft gehoor aan de oproep van Senioren Brabant-Zeeland om hierover met elkaar in gesprek te gaan. Senioren zijn zelf aan zet en gaan nu nadenken en praten over later. Ook in de kernen Haaren en Moergestel gaan ze er mee aan de slag. Het project is landelijk opgezet en wordt lokaal uitgevoerd.

In het voorjaar van 2025 organiseren we in Oisterwijk vier bijeenkomsten voor alle 50-plussers in de gemeente. Bij de organisatie van de bijeenkomsten worden we ondersteund door Senioren Brabant-Zeeland. Ook het gemeentebestuur heeft toegezegd ons daarbij te ondersteunen. Het gemeentebestuur zal straks de plannen moeten uitvoeren. Maar eerst zijn wij aan zet. Tijdens de eerste bijeenkomst zal een procesbegeleider van Senioren Brabant-Zeeland een toelichting geven op de thema's Wonen, Zorg en Welzijn. Bij de tweede bijeenkomst staat Wonen centraal. Dat zal gaan over woningaanpassingen of wellicht een verhuizing. Alle mogelijkheden zullen worden besproken. In de derde bijeenkomst gaat het over Zelfredzaamheid en Preventie rondom Zorg en Welzijn.

Wat kunnen we zelf langer doen nu de druk op de zorg groter wordt? Wat hebben we daarbij nodig? Hoe voorkomen we eenzaamheid als mensen meer op zichzelf zullen zijn aangewezen? De gemeente speelt een grote rol in de vierde bijeenkomst. De vraag staat centraal wat de gemeente kan betekenen voor Senioren op de thema's Wonen, Zorg en Welzijn.

Deze thema's sluiten goed aan bij het Koersplan van Senioren Oisterwijk, zoals de ledenvergadering dat heeft vastgesteld. Natuurlijk houdt het bestuur van Senioren Oisterwijk u goed op de hoogte van deze activiteiten. We zien u graag op de vier bijeenkomsten met een actieve inbreng. De data van de bijeenkomsten worden zo spoedig mogelijk bekend gemaakt.

“Senioren in Oisterwijk gaan vandaag praten over morgen”

Ad Graumans
voorzitter

Nieuwjaarsreceptie

De vooraankondiging voor de nieuwjaarsreceptie: 7 januari 14-17 in Tiliander.
Nadere aankondiging bij de nieuwsbrief van december.

Regel uw Zorgverzekering Goed

Voor inwoners van de gemeente Oisterwijk met een laag inkomen heeft de gemeente een collectieve zorgverzekering. Doordat de gemeente mee betaalt aan de verzekering krijg je korting op een basisverzekering en een aanvullende zorgverzekering van CZ of VGZ.

Aanmelden zorgverzekering

Voorwaarden

- Je bent 18 jaar of ouder
- Je woont in de gemeente Oisterwijk
- Je hebt geen betaalachterstand van 6 maanden of meer bij de verzekeraar die je nu hebt.
- Je netto-inkomen is lager dan 120% van de bijstandsnorm en je hebt niet te veel vermogen (eigen geld). Kijk voor bedragen op website:
www.gemeenteoisterwijk.nl/collectieveverzekering
- Is je netto-inkomen of vermogen te hoog, maar zit je in de schuldsanering, dan kun je toch een aanvraag doen.



Aanvragen

Je meldt je aan voor een gemeentepolis op Gezondverzekerd. Dat kan elk jaar van half november tot en met 31 december. Daar kies je tussen een basisverzekering met aanvullende verzekering van CZ of VGZ. Op de website staat meer informatie over de verzekeringen en vergoedingen.

Wanneer krijg je bericht

Na je aanvraag bekijkt de gemeente of je aan alle voorwaarden voldoet. Binnen 8 weken ontvang je een brief waarin staat of je de collectieve aanvullende zorgverzekering via de gemeente mag afsluiten. Is je aanvraag goedgekeurd, dan krijg je ook een nieuwe polis van CZ of VGZ.

Senioren Oisterwijk & Stichting Kerstfeest voor Senioren

Zoals in vorige jaren gaan wij ook dit jaar weer ons “**Traditionele Kerstfeest**” vieren, georganiseerd in collegiale samenwerking met de “Stichting Kerstfeest voor Senioren”.

We zullen als vanouds voor de inwendige mens en het vermaak zorgen.

Datum: donderdag 19 december, Locatie: Tiliander,

De bijeenkomst begint om 13.30 uur (zaal open om 13.00 uur) en zal tot ongeveer 18.00 uur duren. Kaarten, maximaal 2 per persoon, kunt u ophalen in Tiliander op dinsdag 3 december tussen 10 en 12 uur.



Let op, vol is vol!

Wij kijken uit naar uw komst.

Incasso contributie 2025

In januari 2025 zal wederom de jaarlijkse contributie worden geïncasseerd via een automatische incasso. De contributie voor 2025 bedraagt **€25,00** per persoon per jaar. Hebt u geen machtiging afgegeven dan ontvangt u een nota met het verzoek de contributie over te maken aan Senioren Oisterwijk. Bankrekeningnummer: **NL15 RABO 0168.973.979**

NB: De bankrekening staat nog wel op naam van **Verenigde Senioren Oisterwijk**.

Indien u vragen of opmerkingen hebt betreffende deze incasso, dan kunt u contact opnemen met de penningmeester via @ penningmeester@vso-oisterwijk.nl

Iedereen heeft zijn verhaal

Iedereen maakt dingen mee en heeft dus een verhaal. Zo ook de mensen op deze bijeenkomst. Zij zijn ervaringsdeskundig geworden. En zij willen hun verhaal met jou, de lezer, delen. Jij mag hun boek lezen.

Deze keer kun je op verschillende manier een boek lezen:

- In een 1-op-1 gesprek
- Bij een groepsbijeenkomst; hier vertelt het levend boek zijn/haar verhaal voor een groep.
- Via een VR-bril: je hoort en ziet het verhaal van het levend boek via de bril en oortjes.

Onderwerpen 1-op-1 gesprekken

- Armoede - Carolien
- Onterecht vastgezet in gevangenis in het buitenland - Jan
- Psychose, een spirituele reis? - Mitch
- Mantelzorger van dementerende moeder - Anita
- Kindermishandeling, huiselijk- en partnergeweld - Sylvester

Groepsbijeenkomsten

- Eenzaamheid - Björn
- PTSS/recidiverende depressie/eetstoornis/autisme - Kelly
- Transgender/transvrouw - Angela

VR-bril

- PTSS/recidiverende depressie/eetstoornis/autisme - Kelly

Alle sessies duren maximaal een half uur. Er zijn 3 rondes met telkens 10 minuten pauze na elke ronde. Je schrijft in voor een 1-op-1 gesprek, een groepsbijeenkomst en/of de VR-bril.



Datum: Maandag 16 december 2024	Aanmelden:
Tijd: 19.00 – 22.00 uur	E-mail: oisterwijk@bibliotheekmb.nl
Inloop: Vanaf 19.00 tot 19.15 uur	Telefoon: 013 – 528 3239
Entree: Gratis	
Locatie: De Bibliotheek, Tiliander, Spoorlaan 82e, Oisterwijk	Meer Informatie: op www.hetkiemuur.nl en www.bibliotheekmb.nl/oisterwijk

Parelfair

Parelfair is een stichting die activiteiten organiseert voor mensen die hulp of aandacht nodig hebben vanwege bv een - chronische - lichamelijke beperking, en/of een psychische of financiële beperking.

PARELFAIR OISTERWIJK



Mensen die zich eenzaam voelen kunnen een beroep doen op de activiteiten die Parelfair organiseert.

- Creatieve activiteiten
- Recreatieve activiteiten
- Ontspanningsmiddagen Bingo/filmmiddag/thema bijeenkomsten
- Zorg vakantieweken



Deze activiteiten worden begeleid door in zorg opgeleide vrijwilligers welke tevens een EHBO en reanimatie opleiding gevolgd hebben.

Behalve bij Bingo waarvan u de kaarten moet kopen zijn er **geen kosten** aan de activiteiten verbonden. Een vrijwillige bijdrage in "ons varkentje" wordt zeker op prijs gesteld.

De meeste activiteiten vinden **op de woensdagmiddag van**  **13.30 tot 16.00 uur** plaats in het **Parelfair gebouw, Blokshekken 6 in Oisterwijk**. Zie schema hieronder:

December 2024	Groep	Activiteit
4	Recreatieve groep	Gezellig samen zijn
10	Creatieve groep	Creatief bezig zijn
18	Ontspanningsgroep	Kerstbingo (€5,= per kaart)

Alzheimer Café Oisterwijk – Moergestel – Haaren- Heukelom



alzheimer
café
oisterwijk-
moergestel

Het Alzheimer Café is een ontmoetingsplaats voor mensen met dementie, jong en oud, voor familieleden, vrienden, hulp en dienstverleners en andere belangstellenden.

Dinsdag 17 december

Gastspreker: Anita de Beer

Thema: "De uitdagingen en veranderingen in de communicatie met mensen met dementie".

We hebben Anita de Beer als gastspreker uitgenodigd. Anita is als GZ-psycholoog werkzaam bij 'De Wever'. Zij zal deze avond vertellen over de uitdagingen en veranderingen in de communicatie met mensen met dementie, toegespitst op de verschillende fasen van de dementie. We gaan in op concrete tips, technieken en adviezen die helpen om betekenisvol contact te houden met mensen met dementie. Hoe kun je verbinding blijven maken als woorden steeds moeilijker worden? Wat zijn effectieve manieren om emoties over te brengen en nabijheid te creëren?

Na de pauze is volop gelegenheid om met elkaar over dit thema te praten zodat u huiswaarts gaat met inzichten die kunnen helpen in het onderlinge contact.

Graag tot **17 december**, u bent van harte welkom!

📍 Ontmoetingscentrum De Coppele, Prunusstraat 69, Oisterwijk.

Toegang is gratis. Inloop vanaf 19.30 uur, afsluiting rond 22.00 uur.

📄 Informatie: Jeanne Verberk, @ j.verberk@alzheimervrijwilligers.nl ☎️ **013-528 4571**

Meld u aan voor de digitale Nieuwsbrief van Alzheimer Nederland, Afdeling

Midden-Brabant: alzheimermiddenbrabant@gmail.com



www.alzheimer-nederland.nl/regios/afdeling-midden-brabant

Senioren Oisterwijk spreekuur

Hebt u graag een advies over allerlei zaken b.v. de **WMO**, of hebt u wat inlichtingen nodig over andere zaken; hebt u er moeite mee dat zelf te doen bij instanties; of wilt u gewoon iets vragen of melden: *Dat kan!*

Het spreekuur van **Senioren Oisterwijk** is op de 📅 1^{ste} woensdag van de maand in ons kantoor in Tiliander 📍 Spoorlaan 82C, Oisterwijk, tussen 🕒 10.30 en 11.00 uur. *U kunt met al uw vragen en suggesties bij ons terecht.*



Activiteitenkalender

Week 49 t/m week 52: 2 december t/m 27 december 2024

<u>Week 49</u>	<u>Activiteit</u>	<u>Locatie (start)</u>	<u>Aanvang</u>
Ma 2	Nordic Walking	Venkraai	10.00
Wo 4	Wandelen	Posthoorn	13.45
Vr 6	Line Dance	De Waterhoef	14.00
<u>Week 50</u>	<u>Activiteit</u>	<u>Locatie (start)</u>	<u>Aanvang</u>
Ma 9	Nordic Walking	Venkraai	10.00
Di 10	Fietsen Trappistenroute	Parkeerplaats De Leye	13.30
Vr 13	Line Dance	De Waterhoef	14.00
<u>Week 51</u>	<u>Activiteit</u>	<u>Locatie (start)</u>	<u>Aanvang</u>
Ma 16	Nordic Walking	Venkraai	10.00
Wo 18	Wandelen	Speyk	13.45
Vr 20	Line Dance	De Waterhoef	14.00
<u>Week 52</u>	<u>Activiteit</u>	<u>Locatie (start)</u>	<u>Aanvang</u>
Ma 23	Nordic Walking	Venkraai	10.00

Cliëntondersteuners, wat doen die eigenlijk?

Bij uw Senioren Oisterwijk zijn momenteel drie cliëntondersteuners actief : Els Prinsen , Fons Klaasen en Gerard van Wanrooij. Na een jarenlange inzet gaat Els eind van dit jaar stoppen met deze activiteiten en Fons heeft aangeboden haar taken over te nemen.

Maar waar dienen cliëntondersteuners voor...?

Een cliëntondersteuner is iemand die het aanbod van zorg en ondersteuning in de gemeente Oisterwijk goed kent. Hij of zij kijkt samen met een cliënt wat deze nodig heeft en waar de cliënt terecht kan. En belangrijk ... een cliëntondersteuner is *geen hulpverlener* en *werkt ook niet bij een zorgorganisatie*. Een cliëntondersteuner is dus onafhankelijk. Een onafhankelijke cliëntondersteuner heeft maar één doel: *een cliënt helpen bij het zo snel mogelijk vinden van passende zorg en/of ondersteuning*. Het is iemand die geen rekening houdt met het financieel belang van de gemeente. Een cliëntondersteuner staat naast u, kan meegaan naar gesprekken en denkt mee welke zorg, hulp of middelen bij u passen. Cliëntondersteuners helpen de weg te vinden in regels en organisaties. Daarnaast bieden ze een luisterend oor. Cliëntondersteuners hebben kennis van de (lokale) zorg en hulp.

Cliëntondersteuning Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) is een recht van iedere inwoner. Wmo is er voor mensen met een ziekte of beperking. En ook voor ouderen die nog thuis wonen. Het is een wet waarbij gemeenten hulp en ondersteuning regelen voor haar inwoners. Met als doel dat zij deel kunnen blijven nemen aan de maatschappij en zo lang mogelijk (zelfstandig) thuis kunnen blijven wonen. De Wmo is er ook als iemand hulp nodig heeft bij gesprekken met je gemeente of zorgverlener. Of als iemand bijvoorbeeld advies nodig heeft over de inzet van zorg en ondersteuning. Client-ondersteuners denken met je mee, geven informatie en advies, wijzen je de weg en bieden hulp.

Feit is dat iedereen er gratis gebruik van kan maken, niet alleen voor de Wmo, maar zeker ook voor mensen die zorg of begeleiding vanuit de Wet Langdurige Zorg (Wlz) nodig hebben.

Met wat voor vragen over Wmo kun je bij ons terecht? Enkele voorbeelden:

- Ik draag de zorg voor iemand in mijn gezin, maar die heeft steeds meer zorg nodig. Daarom hou ik geen tijd meer over voor mezelf. Kan ik extra of andere zorg krijgen?
- Door een ongeluk kan ik niet alles meer zelf doen. Hoe ga ik hiermee om? En wat kan ik doen om mijn dagelijkse leven makkelijker te maken?
- Wmo, Wlz, ZVW, PGB, ZIN: termen die ik (van de gemeente of een verwijzende instantie) gehoord heb. Maar wat betekenen die eigenlijk? Wat is op mij van toepassing en wie kan mij dit uitleggen?
- Hoe kan ik de begeleiding vinden die bij mij past? En wat moet ik doen om deze begeleiding op te starten?
- We krijgen binnenkort een gesprek met de gemeente over ondersteuningsmogelijkheden. Hoe verloopt dit gesprek en hoe bereid ik mij hierop voor? En kan er een onafhankelijk persoon mee?

Mocht u ondersteuning nodig hebben, neem dan zeker contact op met:

Els Prinsen: 06-13704605/ Prinel004@live.nl, Fons Klaasen: 06-16433781/ fcklaasen@home.nl
of Gerard van Wanrooij: 06-12391506/ coordinator@vso-oisterwijk.nl

Wij zijn er voor u ..!

Met vriendelijke groet,
Gerard van Wanrooij