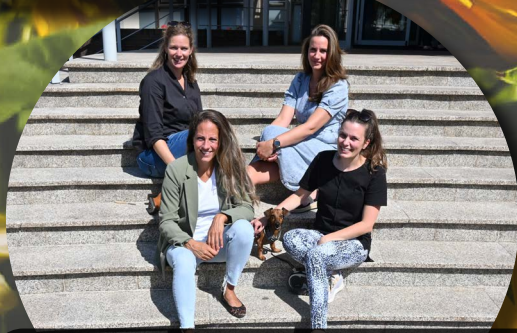


Ontmoetings gids

september 2022, vijfde editie

Pagina 10



**Dementievriendelijke
Gemeente Barendrecht**

**Alles voor de
65+'er van
Barendrecht!**

Pagina 5

Activiteitenoverzicht
Van alle organisaties in Barendrecht

KijkopWelzijn



WELKOM

Voor al uw (verse) dagelijkse boodschappen, drogisterijartikelen, bloemen, mooie herfst- en wintermode met een bijpassend sieraad, huisdierbenodigdheden, een nieuw kapsel, brillen- en lenzenservice, huishoudelijke artikelen, leeswaren, textiel stomen, wenskaarten, schrijffartikelen, brieven en pakketten verzenden of ophalen, een heerlijke lunch en meer.

Graag tot ziens,

De ondernemers van Carnisse Veste

Heeft u vragen? Bel ons gerust:

ACTION	0228 565 656	FACELAND	088 101 4600	KRUIHOF OPTIEK	0180 625 430
ALBERT HEIJN	0180 626 998	FIETSENWINKEL	0180 234 017	KWALITARIA	0180 532 880
ALEXANDERSHOEVE	0180 397 589	BARENDRECHT		MIKE'S JUST FOR MEN	0180 842 149
AMI KAPPERS	0180 628 308	FLOWERS & WOOD	0180 444 075	MS MODE	0180 769 268
ANYTIME FITNESS	0180 200 202	GALL&GALL	0180 620 180	NAILS & SPA	06 1521 8262
AQUAMARIJN JUWELIER	0180 850 740	HAIRPORT BARBERSHOP	0180 859 293	NELSON	088 008 8191
BAKKER KLOOTWIJK	010 303 3246	HANS ANDERS	088 274 5536	ONLY	0180 222 059
BIG SUN	0180 851 000	HEMA	0180 612 107	PRIMERA	0180 532 598
BLOKKER	0180 619 443	INTERTOYS	088 334 3717	SHOEBY	0180 532 240
BRAINWASH KAPPERS	06 4719 3823	JAYA'S	085 483 4844	VIP LADIES FASHION	0180 620 991
DE DIERENVRIEND	0180 623 826	JUMBO	0180 617 057	VISSIE	0180 769 089
DE GOUDREINET	0180 618 733	KIPPIE	0180 769 035	YOUR CHOICE	0180 610 620
ETOS	0180 620 670	KRUIDVAT	0318 798 000	ZEEMAN	088 007 0288

 gratis 495 plekken  

Carnisse Veste

Zoveel te doen in Barendrecht

Beste lezer,

De afgelopen weken hebben we veelvuldig van de zon genoten en velen van ons hebben kunnen genieten van een vakantie in eigen land of in het buitenland. Na een paar heerlijke zomermaanden, gaan we nu de nazomer en het najaar tegemoet. De komende maanden zijn gevuld met veel belangrijke thema's en aandachtsweken. In deze Ontmoetingsgids vindt u meer informatie rondom deze thema's en weken.

Zo vindt jaarlijks op 21 september Wereld Alzheimer Dag plaats. Dit jaar is in Barendrecht die dag de prachtige muzikale voorstelling 'Helderman' door Thomas Borggreffe op 2 verschillende locaties te bezoeken. Dit is een theatervoorstelling over dementie. U kunt uw kaarten bestellen via Theater het Kruispunt. Daarnaast vragen we in deze gids aandacht voor de Kom-Erbij-Week en de Week van de Mantelzorg. 2 belangrijke thema's waarin we activiteiten organiseren waaraan inwoners van Barendrecht kunnen deelnemen. Het aantal mantelzorgers zal de komende jaren toe blijven nemen. Laten we met elkaar aandacht voor hen hebben en hen ondersteunen daar waar mogelijk zodat zij hun zorgtaken lang en goed uit kunnen blijven voeren.

Ook vindt u op pagina 9 uitgebreide informatie over wat de bibliotheken in Barendrecht u allemaal te bieden hebben en hoe u zich zou kunnen inzetten voor de bibliotheken. Zij bieden op veel verschillende terreinen mooie activiteiten aan. Deze en allerlei andere initiatieven, activiteiten en spreekuren vindt u ook deze keer weer in de Ontmoetingsgids.

Mocht u een organisatie of activiteit voor senioren kennen die nog niet in deze gids voorkomt, dan horen wij dat graag. Dat geldt ook voor wijzigingen van de genoemde activiteiten. Als daarin iets niet klopt, verzoeken wij u dat door te geven via info@kijkopwelzijn.nl. De Ontmoetingsgids wordt in 2022 na deze editie nog 1 maal uitgebracht. Deze kunt u begin december verwachten.

Tevens is het mogelijk de volgende edities van dit magazine digitaal te ontvangen. Ook daarvoor kunt u een e-mail sturen naar bovenstaand e-mailadres. Veel leesplezier gewenst.

Met vriendelijke groet,

Marlies Burger
Projectleider KijkopWelzijn

KijkopWelzijn



Inhoudsopgave

wat kunt u allemaal in deze gids vinden?

- | | |
|--|-----------------------------------|
| 5 Activiteiten | 16 Wereld Alzheimerdag |
| 9 Activiteiten Bibliotheek AanZet | 17 Buurtpas Laurens |
| 10 Dementievriendelijke Gemeente | 18 Opruimgezelschap |
| 12 Ouderenwerk | 19 Ouderenbonden |
| 13 Activiteiten | 20 Mantelzorg Adviespunt |
| 14 Wijk- en Vrijwilligerswerk | 22 Handige informatie |

Activiteiten

Creatief



Schilderen

Schilderen met acrylverf onder leiding van Yvonne van Wely. Eigen materialen meenemen.

Wanneer: Elke maandag van 09:30 tot 11:30 uur.

Waar: De Huiskamer, Onderlangs 11.

Kosten: Gratis.

Aanmelden: via 0180 691 803 of ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl.

Creacub

Samen handwerken, knutselen, kaarten maken of iets anders dat u zelf meeneemt.

Wanneer: Elke donderdag van 09:00 tot 11:30 uur.

Waar: De Huiskamer, Onderlangs 11.

Kosten: € 1,00.

Aanmelden: via 0180 691 803 of ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl.

Plaatjes & Praatjes

Een heerlijke ochtend met een grote variëteit aan muziek.

Wanneer: Elke donderdag van 10:00 tot 11:30 uur.

Waar: Muziekschool de Baerne, Buitenlandse Baan 1.

Kosten: € 4,00.

Aanmelden: via 078 677 3484.

Schilderclub

Met eigen materialen werken aan een eigen project.

Wanneer: Elke woensdag van 09:30 tot 12:00 uur.

Waar: Buurtkamer Vrijenburg, Vrijenburglaan 61.

Kosten: Gratis.

Aanmelden: Aanmelden niet noodzakelijk. Voor vragen wenv@kijkopwelzijn.nl.

Schilderles

Maak een project onder begeleiding van de gastvrouw.

Wanneer: Elke donderdag van 09:45 tot 11:45 uur.

Waar: Buurtkamer Vrijenburg, Vrijenburglaan 61.

Kosten: € 5,00.

Aanmelden: Aanmelden niet noodzakelijk. Voor vragen wenv@kijkopwelzijn.nl.



Sportief

50+ wandeling

Iedereen is welkom. Verschillende tempo's mogelijk. Ook met een rolstoel of rollator kunt u meedoen.

Wanneer: Elke dinsdag van 10:50 tot 12:00 uur.

Waar: De Huiskamer, Onderlangs 11.

Kosten: Gratis.

Aanmelden: via 0180 691 803 of ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl.

Vereniging

Postzegelverzamelaars

Wanneer: Elke derde vrijdag van de maand van 19:30 tot 22:00 uur.

Waar: Gebouw het Trefpunt, Dr. Kuiperstraat 4.

Kosten: €12,50 per jaar.

Aanmelden: via 0180 613 033.

Body & Mind

Bewegen op muziek met gevarieerde oefeningen op de stoel en naast de stoel. Goed voor lichaam en geest! Onder leiding van Yvonne Mies.

Wanneer: Elke maandag van 14:00 tot 15:00 uur en elke donderdag van 09:30 tot 10:30 uur.

Waar: De Huiskamer, Onderlangs 11.

Kosten: € 30,00 voor 10 lessen.

Aanmelden: via 0180 691 803 of ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl.

Zumba

Samen dansen en bewegen op muziek. Onder leiding van Sonja van Aarden.

Wanneer: Elke maandag van 11:45 tot 12:45 uur.

Waar: De Huiskamer, Onderlangs 11.

Kosten: € 65,00 voor 10 lessen. Gratis proefles.

Aanmelden: via 06 45462267 of sportschoolw12move@gmail.com.

Jeu-de-Boulesvereniging

Vitesse

Jeu de Boules kan gespeeld worden in de maanden april t/m september.

Wanneer: Iedere maandag-, woensdag- en zaterdagmiddag, vanaf 13:30 uur.

Waar: Terrein van de Korfbalvereniging, Sportpark de Bongerd, Dierensteinweg.

Aanmelden: via 0180 621 464 of jeudeboules@kvvitesse.nl.

Elke eerste vrijdag van de maand is er klaverjasavond vanaf 19:30 uur. Ook wordt er elke vrijdagmiddag Koersbal gespeeld vanaf 13:30 uur.

Koersbal

Rustige en eenvoudige beweging met een competitief tintje.

Wanneer: Elke maandag en woensdag van 09:15 tot 11:30 uur.

Waar: KV Vitesse, Dierensteinweg 6B.

Kosten: € 9,00 per kwartaal.

Aanmelden: via 0180 691 803 of ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl.

Koersbal Carnisselande

Rustige en eenvoudige beweging met een competitief tintje.

Wanneer: Elke maandag en donderdag van 13:30 tot 15:30 uur.

Waar: Sporthal Waterpoort, Middeldijkerplein 9.

Kosten: € 5,00 per kwartaal.

Aanmelden: via 0180 691 803 of ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl.

Samen in Beweging

De activiteit bestaat uit een gevarieerd sport- en beweegaanbod.

Wanneer: Elke vrijdag van 10:00 tot 12:00 uur.

Waar: Wekelijks verschillend.

Kosten: € 20,00 per half jaar.

Aanmelden: via buurtsportcoach@kijkopwelzijn.nl.

Fitgym

Wanneer:

Maandag 14:45 tot 15:45 uur

(MFA Kruidentuin 6)

Dinsdag 15:30 tot 16:30 uur

(Vrijenburgpoort, Hertenburg 32).

Woensdag 10:15 tot 11:15 uur

(MFA Kruidentuin 6)

Woensdag 14:00 tot 15:00 uur

(Waterpoort, Middeldijkerplein 9)

Kosten: €16,00 per maand, 12 maanden per jaar.

Aanmelden: via ferpolder@hetnet.nl.

Biljarten Carnisselande

Gezellige senioren biljartvereniging.

Wanneer: ma t/m vrij van 10:00 tot 12:30 uur. Competitie: ma t/m vrij van 13:00 tot 17:00 uur.

Waar: Kantine Sporthal de Riederpoort

Kosten: lidmaatschap € 120,00 per jaar.

Aanmelden: via bv.carnisselande@upcmail.nl of 06 51515212.

Indoor Bowls

Wanneer: Elke woensdag vanaf 13:30 uur.

Waar: Sporthal de Riederpoort.

Kosten: Gratis.

Aanmelden: via marcovandrunen1939@gmail.com of 010 42 93 26.

Zwemmen verwarmd bad

Zwemmen is een middel dat positieve effecten heeft op zowel lichaam als geest en dat daarmee extra geschikt is voor mensen met dementie.

Wanneer: Elke donderdag van 10:00 tot 11:00 uur.

Waar: Inge de Bruijn Zwembad, Hamburg 200.

Kosten: €5,00 (inclusief mantelzorger of begeleider).

Dynamic-tennis

Wanneer:

Donderdag 08:45 tot 11:00 uur (Driesprong, Marijkesingel 20)

Kosten: €23,00 per maand, 12 maanden per jaar.

Aanmelden: via ferpolder@hetnet.nl.

Ontmoeting

Klaverjassen

Klaverjassen en jokeren.

Wanneer: Elke vrijdag vanaf 19:00 uur.

Waar: Kantine Sporthal de Riederpoort.

Kosten: € 2,50.

Aanmelden: via a.vermasen@upcmail.nl of 06 51515212.

Koffieochtend

Ontmoeting onder het genot van een kopje koffie of thee.

Wanneer: Elke vrijdag van 10:00 tot 12:00 uur.

Waar: De Huiskamer, Onderlangs 11.

Kosten: Gratis (koffie € 1,00).

Aanmelden: via pantry@kijkopwelzijn.nl of 0180 691 800.

Koffie- en Spelletjesmiddag

Ontmoeting onder het genot van een kopje koffie of thee.

Wanneer: Elke dinsdag en vrijdag van 14:00 tot 16:30 uur.

Waar: De Huiskamer, Onderlangs 11.

Kosten: Gratis (koffie € 1,00).

Aanmelden: via pantry@kijkopwelzijn.nl of 0180 691 800.

Koffiemiddag senioren

Ontmoeting onder het genot van een kopje koffie of thee.

Wanneer: Elke dinsdag van 13:00 tot 15:30 uur.

Waar: Buurtkamer Vrijenburg, Vrijenburglaan 61.

Kosten: Gratis.

Aanmelden: Aanmelden niet nodig. Voor vragen wenv@kijkopwelzijn.nl.

Koffieochtend + lunch

Ontmoeting onder het genot van een kopje koffie of thee.

Wanneer: Elke dinsdag vanaf 10:00 uur met aansluitende lunch.

Waar: De Huiskamer, Onderlangs 11.

Kosten: Gratis (koffie € 1,00).

Aanmelden: via pantry@kijkopwelzijn.nl of 0180 691 800.



Koffie en een praatje

Bethelkerk

Wanneer: vrijdag van 09:30 tot 12:00 uur.

Waar: Bethelkerk, Schaatsbaan 1.

Dorpskerk-Herberg

Wanneer: woensdag en zaterdag van 10:00 tot 12:00 uur.

Waar: Dorpskerk-Herberg, Dorpsstraat 146.

Carnisse Haven

Wanneer: maandag tot en met donderdag van 13:00 tot 15:00 uur.

Waar: Carnisse Haven, Noordersingel 30.

Bingo

Wanneer: Eerste en derde vrijdag van de maand om 13:30 uur.

Waar: Sporthal de Waterpoort, Middeldijkerplein 9.

Kosten: €3,00 voor 6 rondes.

Aanmelden: Janny Kofmant, via 0180 617 805.

Klaverjassen

Wanneer: Elke dinsdag vanaf 19:30 tot 22:00 uur.

Waar: Sporthal de Waterpoort, Middeldijkerplein 9.

Kosten: €4,00 per maand.

Aanmelden: henkverhagen@caiway.nl of 078 7610445 of 06 4987019.



Spreekuren

Vraagwijzer

Heeft u vragen over zorg, wonen, welzijn of inkomen? De Vraagwijzer helpt u op weg.

Tijdens de spreekuren op verschillende locaties kunt u binnenlopen met uw vraag. De consultants brengen de vraag zo goed mogelijk in beeld en nemen de tijd u op weg te helpen. Dit kan door bijvoorbeeld een doorverwijzing, het plegen van een telefoontje of het invullen van een formulier.

Maandag 10:00 tot 12:00 uur
Buurtkamer Vrijenburg, Vrijenburglaan 61.

Dinsdag 13:00 tot 15:00 uur
Bibliotheek 't Plein, Middeldijkerplein 248.

Woensdag 10:00 tot 12:00 uur
Bibliotheek het Kruispunt, Middenbaan 111.

Donderdag 14:00 tot 16:00 uur
Kantoor Wijkteams, Kruidentuin 8a.

Digitaal spreekuur

Heeft u vragen over computer, laptop, tablet of telefoon? Kom langs tijdens het computerspreekuur.

Elke woensdag van 10:00 tot 12:30 uur, Bibliotheek het Kruispunt, Middenbaan 111.

Elke dinsdag van 13:00 tot 15:00 uur, Bibliotheek 't Plein, Middeldijkerplein 248.

Gezondheidsspreekuur

Tijdens het gezondheidsspreekuur is er een verpleegkundige van Aafje en een ouderenadviseur van KijkopWelzijn.

U kunt ook uw bloeddruk laten meten en wisselend zullen andere deskundigen aanwezig zijn, zoals een diëtist of een bewegingscoach.

Kantoor KijkopWelzijn, Binnenlandse Baan 30, elke tweede maandag van de maand van 15:30 tot 16:30 uur.

't Plein, Middeldijkerplein 248, elke laatste donderdag van de maand van 15:00 tot 16:00 uur.

Activiteiten Bibliotheek AanZet

't Plein, Middeldijkerplein 248



De bieb helpt!

Steeds meer zaken regel je online: DigiD, ID, paspoort, rijbewijs, huurtoeslag, zorgtoeslag, studiefinanciering en het betalen van een boete. Hoe pakt u dat aan? De bieb helpt!

Heeft u hulp nodig bij online aanvragen of andere online formulieren van bijvoorbeeld de zorgverzekering, gemeente, belastingdienst, bank en het uitzendbureau? Kom dan langs op ons gratis informatiepunt. U bent van harte welkom elke dinsdag van 10.00 tot 12.00 uur in de Bibliotheek Barendrecht Carnisselande en elke dinsdag van 14.00 tot 16.00 uur in de Bibliotheek Barendrecht Het Kruispunt.

Cursus Klik & Tik

Klik & Tik is een gratis cursus van 6 tot 8 lesdagen voor mensen die (beter) willen leren omgaan met de computer en het internet. Internetbankieren, inloggen met DigiD, een treinreis plannen of belastingaangifte doen. Aanmelden is verplicht en kan via: taalpuntbarendrecht@debibliotheekaanzet.nl of 088 242 5050 (Het Kruispunt) en 088 2425 072 ('t Plein)

Taalcafé

Wilt u beter worden in de Nederlandse taal? Kom dan langs bij het Taalcafé. Samen met een taalcoach bespreekt u verschillende onderwerpen, zodat u de Nederlandse taal nog beter kunt begrijpen. Voor meer informatie gaat u naar www.debibliotheekaanzet.nl/taalcafe/barendrecht.

Koffie & de Krant

Elke dinsdagochtend van 10:00 tot 11:00 is er in 't Plein een ontspannen koffieochtend voor ouderen die met anderen willen bijpraten over de krant of het leven. Deze ochtend wordt georganiseerd door Samen Ouder Worden en bibliotheek 't Plein in Barendrecht Carnisselande.

Het Kruispunt, Middenbaan 111



Aangehaakt

Vanaf 16 september organiseert 't Plein elke vrijdag van 10:30 tot 12:00 uur een nieuwe activiteit: Aangehaakt! Neem zelf uw wol, haak- of breiwerk mee en ga gezellig aan de slag. U kunt patronen uitwisselen en wij zorgen voor koffie met koek.

Tijdens deze ochtend mag iedereen aanhaken! Bent u een beginnende of gevorderde breier? Bent u aan het oefenen met de Nederlandse taal? Bent u jong of oud? Komt u uit Carnisselande of het oude dorp? Wij zien u graag verschijnen. Aangehaakt is hét moment om vooral leuk contact te krijgen met elkaar.

Interview Pnina Frenk-Doukhan, vrijwilliger bij de Bibliotheek AanZet



Pnina Frenk-Doukhan, 72 jaar, werkt sinds twee jaar als vrijwilliger bij Bibliotheek 't Plein Barendrecht Carnisselande. Ze werkt één dag per week in de vestiging en helpt mee met het terugzetten van boeken, het leensysteem, het

geven van boekentips en het beantwoorden van allerlei vragen van bezoekers over de bieb. Nadat ze in het verleden een aantal vrijwilligersfuncties heeft gehad waar ze niet helemaal op haar plek was, heeft ze met Bibliotheek 'T Plein Barendrecht Carnisselande wel een match. Ze vertelt ons over haar plaats in de bieb.

Kun je iets over jezelf vertellen? "Ik ben in 1949 geboren in Frankrijk, op mijn 19e verhuisd naar Israël en op mijn 24ste voor de liefde geëmigreerd naar Nederland. Mijn man is inmiddels overleden, maar we hebben twee kinderen en zes kleinkinderen, waar ik met veel liefde voor oppas. Naast mijn werk bij de bieb werk ik als vrijwilliger bij een inloophuis – voor mensen met kanker en hun naasten - als gastvrouw."

Waarom werk je als vrijwilliger voor de bieb? "Ik vind het belangrijk om mensen te helpen. In een Kibboets in Israël leef je echt als een community; je hebt elkaar nodig, denkt aan anderen en helpt daar waar nodig. De maatschappelijke betrokkenheid en gelijkheid is sterk aanwezig. Dat is een belangrijke levensles die ik altijd met mij meedraag en ook terugzie in de bieb; naast het lenen van boeken zijn er veel activiteiten en cursussen voor jong en oud. Het is fijn om te zien dat mensen vrijwillig in de bieb komen om zichzelf en/of hun kinderen verder te ontwikkelen. Het is een plek waar iedereen kan meedoen."

"Mijn werk bij de bieb breekt ook mijn eenzaamheid. Ik heb gezellige collega's, ontmoet mensen met verschillende achtergronden waar ik veel van leer en voel me nuttig en gewaardeerd. Er hangt een leuke sfeer!"

Heb je tips voor mensen die ook als vrijwilliger bij de bieb willen werken? "Mensen denken vaak dat je veel boeken moet lezen om bij de bieb te kunnen werken, maar dat hoeft niet. Iedereen kan bij de bieb werken. Je bent vooral bezig op menselijk niveau en niet alleen op inhoudelijk niveau"

"Ga vooral in een vrijblijvend gesprek met de bieb om te weten of het wel of niet bij je past. Het fijne aan mijn gesprek was dat er vanuit mijn wensen en krachten is gekeken naar een passende plek. Mijn zelfgekozen functie in de bieb, de dankbaarheid vanuit de klanten en de waardering en gezelligheid vanuit mijn collega's maakt dat de Bibliotheek AanZet voor mij een fijne plek is om werken." Wilt u ook vrijwilliger worden bij de Bibliotheek AanZet? Kijk dan op www.debibliotheekaanzet.nl/vrijwilligers.

Dementievriendelijk Barendrecht

In juni 2019 hebben verschillende partners binnen de BAR-gemeenten getekend voor een aanpak Samen Dementievriendelijk: samen werken aan een dementievriendelijke samenleving.

Wat is een dementievriendelijke samenleving?

Een dementievriendelijke samenleving is een samenleving die is voorbereid op het stijgend aantal mensen met dementie. Hierbij is het doel dat mensen met dementie en hun mantelzorgers zich beter ondersteund voelen, ook door de samenleving. Samen op weg naar een (nog) meer dementievriendelijke samenleving.

Het aantal mensen met dementie stijgt en de impact van de ziekte is groot. De verwachting is dat dit aantal de komende jaren met 40% toeneemt. Daarnaast zal de vraag naar mantelzorg en de regeldruk voor mantelzorgers blijven toenemen, echter het aantal mantelzorgers rondom een zorgvraag neemt juist af van 5 in 2020 naar 3 in 2040.

Een tweetal belangrijke doelen vanuit de aanpak Samen Dementievriendelijk zijn als eerste meer verbinding in de samenleving, zodat mensen met dementie en hun naasten kunnen blijven meedoen. En ten tweede het verbeteren van ondersteuning en zorg voor mensen met dementie en hun naasten.

Sinds 2020 bestaat er binnen Barendrecht een actieve werkgroep waarin Laurens, Aafje en KijkopWelzijn verschillende zaken rondom dementie organiseren. Daarnaast zijn er nog veel meer organisaties binnen Barendrecht die zich inzetten voor een dementievriendelijke samenleving.

Zo organiseert de werkgroep ieder jaar een activiteit rondom Wereld Alzheimer Dag die plaatsvindt op 21 september. Dit jaar organiseert de werkgroep in samenwerking met Gemeente Barendrecht en Samen Ouder Worden de muzikale theatervoorstelling 'Helderman'.

Thomas Borggreve heeft veel ontmoetingen

met mensen die dementie hebben en heeft zich voor deze voorstelling laten inspireren door actuele vragen, zoals 'wanneer is mijn leven met deze ziekte niet meer leefbaar?'. De voorstelling geeft diepe inzichten in de gevoels- en belevingswereld van een musicus die lijdt aan dementie. De voorstelling is 's middags om 14.00 uur te zien in Carnisse Haven aan de Noordersingel 30 en om 19.00 uur in Theater het Kruispunt op de Middenbaan. De kaartjes kosten €5,00 per stuk, inclusief garderobe en een drankje na afloop. U kunt reserveren via de kassa van Het Kruispunt.

Ook organiseert de werkgroep, in samenwerking met Bibliotheek AanZet en Zorggroep de Toekomst, iedere derde woensdag van de maand het Alzheimer Café. Het Alzheimer Café is een plek om lotgenoten te ontmoeten. Tijdens de informele bijeenkomsten krijgt u informatie over dementie en kunt u ideeën en ervaringen uitwisselen.

Bezoekt u graag 1 of meerdere activiteiten, maar weet u niet hoe u er kunt komen? U kunt gebruik maken van AutoMaatje Barendrecht. Vrijwillige chauffeurs halen u thuis op, brengen u naar uw bestemming en brengen u na afloop weer netjes thuis. Voor meer informatie kunt u bellen op maandag,- woensdag- en vrijdagochtend van 9.00 tot 12.00 uur naar 0180 626 400 of www.kijkopwelzijn.nl/automaatje



Ingrid Heijkoop (KijkopWelzijn), Yvonne Gökmen (Aafje), Marlies Burger (KijkopWelzijn), Desiree van Vliet (Laurens)

ANWB AutoMaatje



Maak kennis met...

Ingrid Heijkoop en Lenny Janssen, ouderenadviseurs KijkopWelzijn.

Wij zijn Ingrid en Lenny, ouderenadviseurs in Barendrecht vanuit KijkopWelzijn. Voor allerlei vragen kunt u bij ons terecht: wonen, voeding, beweging, gezondheid, mobiliteit, activiteiten, rouw, zingeving of andere vragen. Wij denken met u mee!

KijkopWelzijn organiseert onder andere:

- Wekelijks recreatieve activiteiten om (nieuwe) mensen te ontmoeten: koffie-ochtenden, spelletjesmiddagen, wandelingen, koersbal enzovoort.
- Maandelijks bijeenkomsten: themabijeenkomsten rondom 'ouder worden in Barendrecht', Mantelzorgcafés, Alzheimercafés, gezondheidssprekuren, cursus 'omgaan met dementie' voor mantelzorgers, gespreksgroep 'rouw en verlies' enzovoort.

Als ouderenadviseurs denken wij graag met u mee. Bel ons gerust als u meer wilt weten: 0180 691 803. Spreekt u de voicemail in, dan bellen wij u terug. U kunt ook mailen naar ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl.



Ingrid Heijkoop & Lenny Janssen

Vrijwilligersvacatures

Vacature Bezoekmaatje

Zou u iemands maatje willen zijn? Wekelijks of 1x per twee weken gaat u op bezoek, maakt u samen een wandeling of doet u samen een uitstapje. Bij maatjes staat menselijkheid en gelijkwaardigheid centraal. Warmte, humor, aandacht, tijd, respect en begrip voor elkaar zijn belangrijk. Heeft u interesse om bezoekmaatje te worden? Neem contact op en wij maken graag kennis met elkaar.

Vacature Signalerend Huisbezoek

Heeft u een luisterend oor, kunt u goed doorvragen en beschikt u over inlevingsvermogen? Dan zijn wij naar u op zoek voor het afleggen van signalerende huisbezoeken bij ouderen van 75 jaar en ouder in Barendrecht. Het Signalerend huisbezoek is bedoeld om de situatie van inwoners van Barendrecht vanaf 75 jaar in kaart te brengen. Tijdens het huisbezoek gaat u aan de hand van een vragenlijst in gesprek met de inwoner. Het doel van het huisbezoek is om behoeften of problemen te signaleren. Daarnaast geeft u de inwoner relevante informatie. Hulpvragen geeft u na het huisbezoek door aan de ouderenadviseur van KijkopWelzijn die het verder oppakt.

Meer info over deze vrijwilligersvacatures via wenv@kijkopwelzijn.nl of 0180 691 800.

Nationale Ouderendag

Vrijdag 7 oktober is het Nationale Ouderendag. Op deze dag wordt een voorleeslunch georganiseerd. Samen naar een verhaal luisteren is leuk en leidt tot contact. KijkopWelzijn en de ouderenbonden KBO-PCOB stimuleren de voorleeslunch op zoveel mogelijk plekken in Barendrecht. Wilt u meedoen, bel dan naar 0180 691 800.



Cursus dementie voor mantelzorgers

Vanaf 22 september start een nieuwe cursus dementie voor mantelzorgers. In 5 bijeenkomsten van 14:00 tot 16:00 uur wordt onder andere stil gestaan bij de verschillende vormen van dementie, hoe u het zorgen vol kunt blijven houden, en ook rouw en verlies; wat betekent het als u uw partner ziet veranderen door de dementie? Voor meer informatie kunt u bellen via 0180 691 803 of mailen naar ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl

Gespreksgroep Rouw & Verlies

De nieuwe groep Rouw & Verlies start in september 2022. Onder begeleiding met elkaar in gesprek gaan over het omgaan met verlies maar ook het opnieuw vormen van uw toekomst. Neem voor meer informatie contact op via ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl of bel 0180 691 800.

Dienstencentrum

De afgelopen maanden is er veel te doen geweest rondom het Dienstencentrum aan de Windsingel. De recreatieruimte bestaat al heel wat jaren en krijgt een totale make-over. Sinds augustus is deze ruimte gesloten, zodat deze verbouwd kan worden. Gedurende de verbouwing worden de activiteiten voortgezet in de Huiskamer en bij KV Vitesse. U bent alsnog van harte welkom om bij de activiteiten aan te sluiten. Zodra er meer bekend is over de terugkeer naar het dienstencentrum, is dit te lezen op www.kijkopwelzijn.nl en in de lokale media. Na de verbouwing ligt het beheer van de ruimte bij Laurens. De intentie is er om na de verbouwing de reguliere programmering voort te zetten. Kijk ook op onze website voor de actuele programmering. Zien wij u binnenkort in de Huiskamer?

Alzheimer Café Barendrecht

Film met nabespreking

Wanneer: 19 oktober, 19:30 uur tot 21:00 uur.

Locatie: Het Kruispunt, Middenbaan 111.

Meer informatie of aanmelden: m.burger@kijkopwelzijn.nl of 0180 691 800.

Rijbewijs en indicatie

Wanneer: 16 november, 19:30 uur tot 21:00 uur.

Locatie: 't Plein, Middeldijkerplein 248.

Meer informatie of aanmelden: m.burger@kijkopwelzijn.nl of 0180 691 800.

Muziek en dementie

Wanneer: 21 december, 19:30 uur tot 21:00 uur.

Locatie: Het Kruispunt, Middenbaan 111.

Meer informatie of aanmelden: m.burger@kijkopwelzijn.nl of 0180 691 800.



Wijk- en Vrijwilligerswerk

Kom Erbij Week

Van 29 september tot en met 6 oktober 2022 is het weer tijd voor de Kom Erbij Week! En, zoals de traditie inmiddels voorschrijft, organiseren wij dan met heel veel plezier allerlei gratis activiteiten voor alle inwoners van Barendrecht. De activiteiten hebben in ieder geval één gemeenschappelijke factor en dat is een bijdrage leveren aan ontmoeting!

Zo wordt er een Kom Erbij Bingo met gezamenlijke lunch, een workshop stoelyoga met koffie en gebak en natuurlijk een feestelijke afsluiting van de Kom Erbij Week georganiseerd. Dit is slechts een kleine greep uit het programma. De opening van de Kom Erbij Week op donderdag 29 september is de workshop Ageisme van 10:00 tot 12:00 uur (met aansluitend een gezamenlijke lunch). Kijk voor meer informatie en de gehele programmering op www.kijkopwelzijn.nl.



“Iedereen hoopt oud te worden maar wil het, eenmaal oud geworden, niet zijn.” - Anja Meulenbelt

Ageism, ook wel gespeld als agisme, is stereotypering en/of discriminatie van individuen of groepen op basis van hun leeftijd, terloops of systematisch. Agisme in het gewone spraakgebruik en in leeftijdsstudies verwijst meestal naar negatieve, discriminerende praktijken tegen, onder andere, ouderen en mensen van middelbare leeftijd.

Eenzaamheid, kwetsbaarheid, dementie, de beeldvorming rondom ouder worden is allesbehalve positief. We kijken op een stereotype en negatieve manier naar ouderen. Tijdens de workshop Ageism worden vragen gesteld als bijvoorbeeld: Moeten 65-plussers een coronataks betalen? En blijven ze niet beter binnen zodat jonge mensen de economie kunnen doen draaien? Deze worden aan de orde gesteld om uit te dagen om eigen vooroordelen over ouder worden te onderzoeken. Wilt u deelnemen aan deze workshop of aan andere activiteiten tijdens de Kom Erbij Week, hou dan onze website www.kijkopwelzijn.nl/wijk-en-vrijwilligerswerk en andere media (waaronder De Schakel en Facebook) in de gaten voor het definitieve programma en de mogelijkheid om u aan te melden.

Uit de kunst!
ontdek de kunstenaar in jezelf

Elke donderdag-middag
13:30 tot 16:00 uur

Ontdek je creativiteit en ontplooi jezelf!

10 weken lang* werken aan verschillende projecten. Denk hierbij aan mozaïeken, glas schilderen, tekenen en werken met papier en stof.
*Tussendoor instromen mogelijk

Aanmelden vóór 12 augustus via wenv@kijkopwelzijn.nl

€2,00 per keer

Buurtkamer Vrijenburg
Vrijenburglaan 61

RCOAK

Neyenburgh®



KijkopWelzijn



Buurtkamer Vrijenburg

Buurtkamer Vrijenburg is een gezellige buurtkamer waar verschillende activiteiten door vrijwilligers georganiseerd worden voor alle bewoners in Barendrecht. Zo is er onder andere de mogelijkheid om te schaken, er kan deelgenomen worden aan de schilderclub en er kunnen ook schilderlessen gevolgd worden. In Buurtkamer Vrijenburg is nog ruimte voor nieuwe activiteiten, zowel overdag, in het weekend als in de avond. Denk hierbij aan creatieve activiteiten en spelactiviteiten die u graag met een groep bewoners wilt doen maar waar u zelf de ruimte niet voor heeft. Ook het bij elkaar komen van een groep bewoners met een gedeelde interesse onder het genot van een kopje koffie behoort tot de mogelijkheden. Vindt u het leuk om als vrijwilliger een activiteit in de Buurtkamer te organiseren of heeft u interesse om deel te nemen aan een activiteit? Neem contact op via wenv@kijkopwelzijn.nl. U kunt ook bellen naar 0180 691 802 en vragen naar Ciska de Paauw of Esther Naaijen. Wij bespreken graag de mogelijkheden met u.



Agenda Buurtkamer

- Maandag, 10:00 uur tot 14:00 uur Lotgenotengroep 't Anker ('t Anker is een ontmoetingsplaats voor iedereen die met kanker in aanraking is gekomen, als patiënt, ex-patiënt, naaste of nabestaande.) Kosten €3,00 per keer voor aanschaf van materialen.
- Maandag, 19:00 uur tot 21:30 uur Hindoestaanse Muziek- en Zanggroep (60+). Geen kosten.
- Dinsdag, 13:00 uur tot 15:30 uur Koffiemiddag senioren. Geen kosten.
- Woensdag, 09:30 uur tot 12:00 uur Schilderclub (deelnemers nemen hun eigen spullen mee en werken aan hun eigen project). Geen kosten.
- Woensdag, 13:30 uur tot 16:30 uur Schaakmiddag. Geen kosten.
- Woensdag, 18:30 uur tot 21:00 uur Hindoestaanse Zanggroep. Geen kosten.
- Donderdag, 9:30 uur tot 12:00 uur Schilderles (materialen worden door de gastvrouw aangeschaft en men werkt onder haar begeleiding aan hetzelfde project. Kosten €5,00 per keer voor aanschaf van materialen).
- Zondag, 10:00 uur tot 12:30 uur Hindiles voor beginners. Geen kosten.

Esther Naaijen, Ciska de Paauw & Miranda Groen

Thuiszorg nodig?

agathos-thuiszorg.nl/barendrecht
(010) 264 07 77

Team Barendrecht is er graag voor u!

- Liefdevol en deskundig
- Aandacht voor u en uw identiteit
- Een klein team; u ziet vaak dezelfde gezichten

Agathos is onderdeel van Lelie zorggroep



Agathos
thuiszorg

Theatervoorstelling Wereld Alzheimer Dag

Muzikale voorstelling 'Helderman' over een musicus die aan dementie lijdt door Thomas Borggreffe.

Carnisse Haven,
Noordersingel 30
14:00 uur.

Theater Het Kruispunt,
Middenbaan 111
19:00 uur.

21
september

€5,00
incl. drankje



Theatervoorstelling Wereld Alzheimer Dag

Op woensdag 21 september 2022 is het Wereld Alzheimer Dag. In Barendrecht is dan tweemaal de muzikale theatervoorstelling 'Helderman' te zien.

De voorstelling belicht de gevoels- en belevingswereld van een musicus die lijdt aan dementie. Theatremaker Thomas Borggreffe laat zich in deze solovoorstelling inspireren door zijn werk met mensen met dementie: gesprekken, ontmoetingen, naar muziek luisteren, stilte, er zijn zonder woorden. 'Helderman' gaat over vergeten, gelukkig zijn, muziek, ontredendering en het zoeken naar de grens tussen leven en dood. Wanneer is mijn leven met deze ziekte niet meer leefbaar? Een actueel onderwerp, geen antwoord, maar voelen en zien, wat in iemand omgaat.

Na afloop van de voorstellingen gaat Thomas Borggreffe in gesprek met het publiek. Hij beantwoordt vragen en roept vragen op. Hier komt zijn ervaring als geestelijk verzorger voor mensen met dementie mooi samen met zijn talent als theatremaker. Daarnaast zijn er mantelzorgconsulenten en casemanagers beschikbaar voor advies en een luisterend oor.

De voorstelling is 's middags om 14.00 uur te zien in Carnisse Haven aan de Noordersingel 30 en om 19.00 uur in Theater Het Kruispunt op de Middenbaan 111. De kaartjes kosten €5,00 per stuk, inclusief een drankje na afloop. U kunt voor beide locaties reserveren via de kassa van Het Kruispunt. Kaarten zijn ook online verkrijgbaar via www.theaterhetkruispunt.nl Beide locaties zijn toegankelijk voor mindervaliden.

ANWB AutoMaatje



Ergens naartoe maar geen vervoer? Gebruik ANWB Automaatje. Bel voor meer informatie op maandag-, woensdag- of vrijdagochtend van 09:00 tot 12:00 uur naar 0180 626 400.



BuurtPas

Laurens biedt ouderen die zelfstandig wonen een steuntje in de rug met de BuurtPas. Met de pas kunt u, vaak met korting, gebruikmaken van een groot aantal diensten, service en activiteiten op het gebied van gezondheid, gemak, veiligheid en beweging. De pas is een uitkomst voor ouderen die niet of niet voldoende aanspraak kunnen maken op geïndiceerde zorg en toch net wat ondersteuning kunnen gebruiken. Het is een mooie aanvulling op het zorgpakket van Laurens en de werkwijze sluit goed aan bij onze buurtgerichte manier van werken.

Een lidmaatschap op de BuurtPas kost slechts €19,75 per jaar en is absoluut de moeite waard. In veel gevallen heeft u uw bijdrage snel terugverdiend, soms al in één keer! De pas is ook geldig voor uw gezin of partner wonend op hetzelfde adres. Naast uw BuurtPas ontvangt u twee keer per jaar het gratis BuurtPasmagazine vol met de nieuwste aanbiedingen. Ook kunt u zich gratis inschrijven voor de digitale BuurtPas nieuwsbrief.

Meer weten?

Kijk op www.buurtpas.nl voor een compleet overzicht van alle diensten en producten of bel naar de klantenservice via 010 332 3000. Wij staan u graag te woord van maandag t/m vrijdag van 9:00-17:00 uur.

Vakantie naar de Moezel van 12 – 16 december 2022

Geheel verzorgde reis naar Oberfell in Duitsland met Ringelberg Tours en 2 begeleiders die lichte zorg kunnen verlenen. Deze reis wordt georganiseerd door Reizen met Begeleiding.

Inbegrepen: lunch op de heenweg en 3 gangen afscheidsdiner op de terugreis.

Hotel Zur Krone is all inclusive (vanaf 17:00 uur alle drankjes inbegrepen), ontbijt, lunch en 3 gangen diner.

's Avonds live muziek, wandeling, quizavond, wijnproeverij. Overdag maken wij uitstapjes met onze eigen bus.

Deze reis kost €599 per persoon (reis- en annuleringsverzekering zelf regelen). Maximaal 25 personen inclusief begeleiders. Voor informatie kunt u bellen naar Reizen met Begeleiding: 06 55598673.



Gezamenlijk eten

Samen aan Tafel

Elke eerste vrijdag van de maand van 12:00-13:30 uur in de Immanuëlkerk, Klarinetweg 2 in Barendrecht. Kosten: een vrijwillige bijdrage tussen de €1,00 en de €5,00. Aanmelden is verplicht en kan via samenaantafel@immanuelkerk-barendrecht.nl of 06 16847334.

Eetgroep d'Ontmoeting

Naast de Dorpskerk, Dorpsstraat 146 in Barendrecht. Aanmelden is verplicht en meer informatie kan via lvandoorn@hetnet.nl of 0180 472 974.

Eetgroep Op verhaal komen aan tafel

Eén keer per maand op zaterdagavond een diner voor €5,00. Ook kunt u zich aanmelden voor lunches op dinsdagmiddag. Locatie: Carnisse Haven, Noordersingel 30 in Barendrecht. Aanmelden kan via afvandermeijden@kpnplanet.nl of 06 41666977.

Tast Toe

Eetgroep in de Triomfatorkerk, Gebroken Meeldijk 150. Meer informatie via eetgroeptastoe@gmail.com of 06 24285538.

Tafeltje Tuinhuis

Gezamenlijke warme maaltijd elke week op donderdag van 12:00-13:00 uur in Het Tuinhuis, Kruidentuin 6a voor €7,50, inclusief koffie/thee en een toetje. Aanmelden kan via ouderenwerk@kijkopwelzijn.nl of 0180 691 800.

Opruimgezelschap

Kunt u hulp gebruiken bij het opruimen van uw zolder of schuur?

Veel ouderen hebben in hun lange leven talloze bezittingen verzameld. U heeft misschien ook zo'n zolder vol met dozen kleding, boeken, speelgoed, kampeerspullen en foto's. Allemaal spullen die u nog een keer wilt uitzoeken. Vervolgens komt het er maar niet van om alles zelf aan te pakken. Herkent u dat? Dan kunnen de vrijwilligers van Het Opruimgezelschap u misschien een handje helpen.

Opruimen is moeilijk, zeker als u ouder bent. U moet veel keuzes maken en het is een soort 'oefenen met afscheid'. De vrijwilligers van Het Opruimgezelschap respecteren dat. Zij krijgen een professionele training waarin zij leren om u te begeleiden zodat het samen opruimen zo prettig mogelijk verloopt.

Is het voor u moeilijk om op zolder te komen? Kunt u geen zware dozen meer tillen? Wilt u uw familieleden niet belasten met uw spullen uit het verleden? Weet u niet waar u moet beginnen? Aarzel dan niet om hulp te vragen. De vrijwilligers staan u graag bij om u weer ruimte en overzicht in huis te geven. En bedenk: opruimhulp is net zo gewoon als tuinhulp of een hulp in de huishouding.

Bent of kent u iemand die gratis hulp kan gebruiken bij het opruimen? Neem dan contact op met Petra Teunissen, p.teunissen@samenuouderworden.nl of bel 06 41666977. Het Opruimgezelschap is een project van Woonstichting Patrimonium, Stichting Present en Samen Ouder Worden.



PCOB

Op iedere 2e dinsdagmiddag van de maand organiseert de PCOB een ontmoetings- en contactmiddag voor ouderen in de Ontmoeting bij de Dorpskerk. Wij beginnen onze middagen om 14:00 uur en eindigen om ongeveer 16:30 uur. De kosten voor de koffie met een koekje bedragen €2,00.

Neem voor meer informatie contact op via pcob.barendrecht@gmail.com.

KBO

KBO staat voor de Katholieke Bond van Ouderen. Als ledenorganisatie zijn we al bijna 40 jaar actief in Barendrecht.

KBO-Barendrecht wil ouderen in Barendrecht helpen een leefomgeving te creëren, waarin het mogelijk is blijmoedig oud te worden. Daartoe helpt ze enerzijds met het betekenisvol positioneren van haar leden en ouderen in het algemeen en anderzijds door het stimuleren

van haar eigen ledennetwerk tot solidariteit en omzien naar elkaar. Dat alles met als kernbegrippen: Gastvrijheid, Dienstbaarheid, Gezelligheid, Nabijheid & Vertrouwen. Als vereniging werken we vanuit christelijke waarden, die we met anderen delen en die voor ons gebaseerd zijn op de Katholieke bron. U kunt bijvoorbeeld gebruik maken van onze Hulp bij BelastingAangifte, advies krijgen van onze ouderenadviseur, hulp van onze tabletcoach, of samen uit naar het theater. 55-Plussers, die blijmoedig ouder willen worden, zijn van harte welkom tijdens onze activiteiten, koffieochtenden en soosmiddagen. Voor activiteiten verwijzen we u graag naar KBO-website: www.kbozuidholland.nl/afdelingen/barendrecht. Ook kunt u daar de antwoorden vinden op vragen als: Hoe word ik lid? Welke voordelen heeft een KBO-lidmaatschap? Wat doet KBO voor me? Hoe werkt KBO samen met PCOB en andere partners in Barendrecht?

Allemaal Aafje

Nu een leuk leven met zekerheid voor later!

Allemaal Aafje verbindt mensen met elkaar voor gezellige contacten en aantrekkelijke voordelen voor nu én unieke zorggaranties in de toekomst. Leden profiteren van diverse voordelen en kortingen. Lid worden is voor iedereen mogelijk en kost € 21,50 per jaar.

Zorggaranties

Wij begrijpen dat u graag goed voorbereid wilt zijn op de toekomst. Daarom bieden wij onze leden verschillende kortingen aan op het gebied van zorg.

Ontmoeten

Kom in contact met elkaar en onderneem gezellige activiteiten. Van georganiseerde dagtochten tot activiteiten in de buurt. Onze activiteiten zijn er voor iedereen!

Ledenvoordeel

Op ons platform vindt u exclusieve deals voor Allemaal Aafje-leden. U kunt onbeperkt gebruik maken van kortingen op activiteiten in de regio, dagjes weg en avondjes uit. Wij bieden u korting op producten die we verdeeld hebben in verschillende categorieën zoals Smaak, Eropuit, Gezondheid en veel meer.

Hulp aan huis

Met onze diensten aan huis bieden wij u graag een helpende hand in het dagelijkse leven door diverse diensten op één platform samen te brengen. Voor uiterlijke verzorging, onderhoud aan huis, administratieve hulp en verse maaltijden aan huis staan onze dienstverleners voor u klaar.

Kijk voor meer informatie op allemaalaafje.nl of bel naar 088 8 233 233.

Mantelzorg Adviespunt

De Mantelzorg Test — Hoe belast bent u?

Waarom zou u een test doen?
Mantelzorg is iets dat vaak geleidelijk ontstaat; iemand in uw omgeving wordt ziek of krijgt ouderdomsklachten en u pakt het op. Dat gaat bijna ongemerkt en automatisch. Langzaam maar zeker komen er steeds wat taken bij en voor u het weet beheerst de mantelzorg uw leven. Dit kan er weer voor zorgen dat er bij uzelf klachten ontstaan, omdat u eigenlijk uw grenzen over gaat. Heeft u weleens stilgestaan bij wat de mantelzorg die u geeft voor effect heeft op uw leven? Door onderstaande test kunt u checken hoe belast u bent.

Bereken uw score
Om uw score te berekenen telt u het aantal keren dat u JA heeft ingevuld.
Heeft u 11-13 keer JA?
U bent zeer zwaar belast.
Heeft u 7-10 keer JA?
U bent overbelast.
Heeft u 0-6 keer JA?
U bent (nog) niet overbelast.



Geef bij de onderstaande bewering aan of het bij u van toepassing is:

Mijn nachtrust is verstoord.	Ja	Nee
Hem of haar helpen kost me nogal wat moeite en tijd.	Ja	Nee
Ik vind het lichamelijk zwaar.	Ja	Nee
Het beperkt me in andere dingen die ik wil doen.	Ja	Nee
Wij hebben onze dagelijkse manier van doen moeten aanpassen.	Ja	Nee
Wij hebben onze plannen moeten wijzigen.	Ja	Nee
Er zijn ook andere zaken waaraan ik mijn tijd moet besteden.	Ja	Nee
Emotioneel gedragen we ons anders ten opzichte van elkaar.	Ja	Nee
Het gedrag van de mantelzorger maakt me soms van streek.	Ja	Nee
Het is pijnlijk te zien dat hij/zij een ander persoon is geworden.	Ja	Nee
Ik heb mijn werk/baan moeten aanpassen aan de situatie.	Ja	Nee
Ik word geheel door deze situatie in beslag genomen.	Ja	Nee
We leven onder financiële druk.	Ja	Nee



Marja Sterk, Sandra van Deuzen en Janette Koppert

U heeft de uitslag. En nu?
Deze uitslag is een globale inschatting van uw belasting en het is een momentopname. Wanneer uw score echter wijst op overbelasting of zeer zware belasting, nodigen wij u uit om samen uw situatie te bespreken. Wij kunnen vanuit het Mantelzorg Adviespunt samen met u kijken naar wat u nodig heeft om het zorgen vol te kunnen blijven houden. Misschien vindt u het fijn om even alleen met ons in gesprek te gaan op kantoor, maar wij kunnen ook bij u thuis langskomen.

Wat kan het Mantelzorg Adviespunt voor u betekenen?
Het Mantelzorg Adviespunt van KijkopWelzijn biedt informatie & advies, training, ontmoeting & ontspanning, coaching en nazorg. Onze focus ligt op de mantelzorger; hoe blijft u als mantelzorger in balans. Wij hebben al veel mantelzorgers mogen begeleiden door de jaren heen en telkens blijkt dat de gesprekken met ons als waardevol en helpend worden ervaren. Misschien ervaart u een drempel om contact op te nemen? Wij horen vaak: "Ik wil niet klagen". Echter, uw zorgsituatie bespreekbaar maken met iemand buiten uw netwerk kan ontzettend helpend zijn. Soms plaatst het alles weer in een ander perspectief en ontstaan er mogelijkheden waar u zelf nooit op gekomen bent. Schroom dus niet om ons te bellen/mailen. De begeleiding vanuit het Mantelzorg Adviespunt is laagdrempelig en kosteloos.

Wat is mantelzorg nu eigenlijk?
Mantelzorg is alle hulp aan een hulpbehoevende door iemand uit diens directe sociale omgeving. Ook minder intensieve hulp, de hulp aan huisgenoten en de hulp aan instellingsbewoners zijn hierin meegenomen. Mantelzorg is hulp die verder gaat dan de zogenoemde 'gebruikelijke hulp'.

Contact
Mantelzorg Adviespunt
Binnenlandse Baan 30
2991 EA Barendrecht
0180 691 801
mantelzorg@kijkopwelzijn.nl

Woordzoeker

W	S	A	M	E	N	A	A	N	T	A	F	E	L	V
Z	H	E	R	B	E	R	G	I	E	R	W	B	C	M
K	E	G	B	O	R	G	S	T	E	D	E	T	K	D
W	I	N	D	S	I	N	G	E	L	O	X	N	T	A
A	Q	R	J	L	A	U	R	E	N	S	P	E	H	G
N	B	T	U	I	N	H	U	I	S	I	K	S	C	B
D	T	G	N	I	T	E	O	M	T	N	O	E	E	E
E	Z	O	K	H	T	E	Z	N	A	A	M	R	R	S
L	U	X	E	B	Z	B	K	P	C	O	B	P	D	T
E	K	I	J	K	O	P	W	E	L	Z	I	J	N	E
N	I	E	L	P	O	J	X	A	A	F	J	E	E	D
K	E	J	T	A	A	M	O	T	U	A	O	Y	R	I
Z	U	T	F	I	E	T	S	E	N	O	N	A	A	N
U	V	B	F	T	A	S	T	T	O	E	S	D	B	G
V	O	O	R	L	E	E	S	L	U	N	C	H	D	X

Woorden
kijkopwelzijn
kbo
kombijons
pcob
barendrecht
senior
windsingel
toekomst
aafje
laurens
borgstede
samenaantafel
ontmoeting
herbergier
dagbesteding
fietsen
wandelen
voorleeslunch
tasttoe
tuinhuis
automaatje
present
plein
aanzet

Handige informatie

De Luisterlijn

Als u echt luistert, hoort u zoveel meer! Bellen met deze telefonische hulpdienst kan anoniem, dag en nacht, alle dagen van de week, het hele jaar door. Al meer dan 60 jaar weten mensen de Luisterlijn te vinden. Want praten lucht op. Wanneer u pijn heeft of ergens over piekert; op de momenten dat u zich alleen voelt of juist blij. Wij geven u even dat steuntje in de rug. De hulp is vrijblijvend en anoniem.

De Luisterlijn is bereikbaar op 088 0767 000.

De Luistermap

UP! wil mensen op een persoonlijke, realistische manier met elkaar in gesprek brengen over belangrijke en zingevende thema's die ertoe doen als u ouder wordt.

UP! presenteert de Luistermap. Een podcast door en voor ouderen over allerlei thema's die ertoe doen als u ouder wordt! Oorjes in en luisteren maar! Luister ze via www.luistermap.nl



De Wmo (Wet Maatschappelijke Ondersteuning)

De Wmo is er om mensen te helpen die problemen ervaren in het zelfredzaam zijn en meedoen in de samenleving. Eerst gaan we samen kijken of het probleem mogelijk via een voorliggende oplossing en/of het netwerk opgelost kan worden. Kan een probleem niet worden opgelost binnen het eigen netwerk en/of het voorliggende veld, dan volgt er een maatwerkvoorziening. Onder maatwerkvoorzieningen verstaan we hulp bij het huishouden, rolstoelen, vervoersvoorzieningen, woonvoorzieningen, individuele begeleiding, dagbesteding en kort durend verblijf.

Een Wmo melding kan gedaan worden door te bellen met 140180 of digitaal via de website van de gemeente met DigiD.

De Zonnebloem

Er kan zoveel meer dan je denkt. Mensen met een lichamelijke beperking zijn vaker alleen dan ze zouden willen. Voor hen zijn persoonlijk contact en eropuit gaan niet altijd vanzelfsprekend. Ook binnen de Zonnebloem afdeling Barendrecht zijn vrijwilligers actief, zowel in de Activiteiten commissie als in het Bestuur. Afgelopen jaar hebben we ook zoveel mogelijk geprobeerd contact te houden met onze deelnemers door bezoeken af te leggen. De Afdeling Barendrecht organiseert diverse activiteiten zoals bingo, een bootreis, verwendag met lunch en vakantie. Neem contact op via de contactformulier op www.zonnebloem.nl/barendrecht.



Colofon

Redactie: Leroy Benschop, Kayleigh Bolink, Marlies Burger, Nelleke Weijdt.
Vormgeving: Kayleigh Bolink.

Aan deze editie werkten mee:

Allemaal Aafje, Aafje Thuiszorg, Bibliotheek AanZet, Bijlartvereniging Carnisselande, Bridgeclub Sans Atout, Buurtkamer Vrijenburg, Carnisse Haven, Dorpskerk, Fer Polder, Immanuëlkerk, Jeu-de-Boulesvereniging Vitesse, KijkopWelzijn, Laurens Thuiszorg, PCOB, KBO, Muziekschool de Baerne, Samen Ouder Worden, Stichting Present, Stichting de Overburen, Triomfatorkerk, 't Plein, het Kruispunt, het Tuinhuis, Vereniging Postzegelverzamelaars, Woningcorporatie Patrimonium, Zorggroep de Toekomst.

Drukwerk: De Bondt Barendrecht

Deze Ontmoetingsgids wordt mede mogelijk gemaakt door de advertenties van Carnisse Veste en Ergotherapie Barendrecht.

KijkopWelzijn

De zomer komt er weer aan Lekker naar buiten!

Wilt u graag met het heerlijke weer zelfstandig naar buiten gaan, maar heeft u moeite met het verplaatsen? **Ergotherapie Barendrecht** helpt u om zo lang mogelijk mobiel te blijven, zowel binnenshuis als buitenshuis. U kunt bij **Ergotherapie Barendrecht** terecht met alle vragen die te maken hebben met verplaatsen.

Wat doet een ergotherapeut dan precies?

Een ergotherapeut helpt u om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven functioneren. In het geval van verplaatsen ondersteunen wij u in uw zoektocht naar een geschikt hulpmiddel en leren wij u hiermee om te gaan. Het is niet altijd nodig om een hulpmiddel te gebruiken de ergotherapeut kan ook adviseren voor een juiste (loop)houding en het opbouwen van de mobiliteit. Ook geeft een ergotherapeut scootmobiel, (driewiel) fiets-, rolstoel- of rollatortraining. Daarnaast kunt u bij de ergotherapeut terecht voor valpreventie training, hierbij wordt er gekeken hoe u zich veilig kunt verplaatsen zonder te vallen.

Voorbeeld vragen waarmee de ergotherapeut u kan helpen;

- ❖ Ik wil me graag veilig verplaatsen met de rollator, maar ik weet niet goed hoe ik deze moet gebruiken?
- ❖ Hoe doe ik veilig boodschappen met mijn scootmobiel en hoe manoeuvreren ik in de winkel tussen de gangpaden?
- ❖ Ik ben een keer gevallen met de fiets, maar ik wil graag blijven fietsen zonder angst op mijn (elektrische) fiets, hoe lukt mij dat weer?
- ❖ Hoe gebruik ik mijn rolstoel en kan ik dan ook met het openbaar vervoer reizen?
- ❖ Ik val regelmatig en/of ben mijn evenwicht kwijt, hoe kan ik dit voorkomen?
- ❖ Ik ben opzoek naar een hulpmiddel dat past bij mijn situatie, welke moet ik hebben?

Ergotherapie zit in de basisverzekering.
Per kalenderjaar krijgt u 10 uur ergotherapie.



Lindsey van Breemen



Melanie Verstraten



Rachelle Denkers

Ergotherapie Barendrecht



De ergotherapeut komt bij u thuis voor een intakegesprek, waarbij uw problemen, wensen en behoefte aan bod komen. Samen met uw ergotherapeut bepaalt u welke doelen voor u belangrijk zijn. Op die manier worden de behandelingen aangepast aan uw persoonlijke wensen en eisen. Zo zorgen wij ervoor dat u op een voor u belangrijke manier positief kunt blijven bewegen.

Voorbeeld van een scootmobiel training:

Wanneer u een nieuwe scootmobiel heeft en u bent er nog niet vertrouwd mee helpt de ergotherapeut u met oefenen zodat u veilig op pad kunt gaan. De ergotherapeut kijkt met u welke routes voor u belangrijk zijn en gaat deze met u oefenen. Gaat u bijvoorbeeld graag op bezoek bij vrienden, bij familie of naar de supermarkt, zullen we eerst gaan oefenen met het buiten rijden, verkeersveiligheid en het nemen van drempels en stoepjes. Wanneer u hier vertrouwen in heeft gaat u samen met de ergotherapeut verder oefenen met het rijden tussen de paden in de winkels. De ergotherapeut let goed op uw veiligheid tijdens het oefenen, zodat u na de behandelingen volledig vertrouwd bent en een veilig gevoel heeft. Wij kiezen er voor om in uw vertrouwde omgeving te oefenen, op die manier heeft u de routes die u zelf wilt gaan rijden al geoefend en kent u de struikelpunten.



Heeft u een andere vraag of twijfelt u of uw vraag bij ergotherapie past?

Neem gerust contact met ons op, wij helpen u graag!

Deze Ontmoetingsgids blijven ontvangen maar liever digitaal?

Geef uw mailadres door via info@kijkopwelzijn.nl.

iets gemist?

Mist u nog iets in deze vijfde Ontmoetingsgids? Een organisatie of vereniging die er de volgende keer echt in moet? Stuur gerust een mail naar: info@kijkopwelzijn.nl.

Vanaf 2022 kunt u de gids afhalen op onderstaande locaties

Kantoor KijkopWelzijn | Binnenlandse Baan 30
Laurens Borgstede | Marjoleinlaan 43
De Huiskamer | Onderlangs 11
Sporthal de Waterpoort | Middeldijkerplein 9
Gemeentehuis Barendrecht | Binnenhof 1
Bibliotheek AanZet het Kruispunt | Middenbaan 111
Bibliotheek AanZet 't Plein | Middeldijkerplein 248
Laurens De Elf Ranken | Middeldijkerplein 28
Aafje Thuiszorg | Middeldijkerplein 6
Zorggroep de Toekomst | Dorpsstraat 146
Buurtkamer Vrijenburg | Vrijenburglaan 61
Ergotherapie Barendrecht | Konijnenburg 3

KijkopWelzijn