

Mededelingen voor onze relaties

Eikenburg 2 5521 HZ Eersel | 0497 514746 | info@gowwelzijnswerk.nl | www.gowwelzijnswerk.nl

Augustus 2017

Beste mensen,

Hierbij ontvangt u de nieuwsbrief van augustus. Ondanks de vakantieperiode hebben we toch weer een heleboel nieuwtjes en wetenswaardigheden.

Ik wens u veel leesplezier toe.

Arno Heesters,
Directeur GOW Welzijnswerk

Ideeënbus

Af en toe komen er bij ons ideeën, en suggesties binnen waarmee we onze dienstverlening naar u kunnen verbeteren. Hierbij nodigen we u uit om deze ook in te dienen. Aan het einde van het jaar ontvangt de persoon die het meest originele idee ingediend heeft een leuke attentie.



Wilt u deze nieuwsbrief ook graag ontvangen, meldt u dan aan bij info@gowwelzijnswerk.nl. Heeft u geen mogelijkheid om de nieuwsbrief digitaal te ontvangen, dan sturen wij u deze per post toe. Graag onder vermelding van uw naam en adresgegevens.

Dagactiviteiten inloop Koperwiek Eersel

Iedere vrijdag is er in de Koperwiek een inloop-activiteit. Vrijwilligers verzorgen een prettige ontvangst en bieden een programma aan voor een zinvolle invulling van de dag. Men kan ook blijven lunchen.

Alle ouderen uit Eersel zijn welkom, er is geen indicatie nodig.

Ben je GOW-vrijwilliger van Vrijwillige Thuiszorg of maatjesproject? Misschien is de activiteit ook wel geschikt voor jouw cliënt! Loop gerust eens binnen op vrijdag voor meer info of om de sfeer te proeven. Men is aanwezig van 10.00 – 15.30 uur.

Wat kan het GOW Welzijnswerk voor jonge mantelzorgers betekenen?

Het GOW Welzijnswerk organiseert maandelijkse activiteiten waar ontspanning, lotgenotencontact en het bieden van een uitlaatklep centraal staan, bijvoorbeeld een speurtocht of een kookworkshop. Daarnaast verzorgen we voorlichting op scholen, aan vrijwilligers, professionals en andere belanghebbenden.

Wil jij ook graag wat betekenen voor deze jonge mensen?

Neem dan contact op met Dianne Coolen dvgisbergen@gowwelzijnswerk.nl of info@gowwelzijnswerk.nl. Het kan ook telefonisch met telefoonnummer 0497-514746.

Training voor mantelzorgers Waalre “aan het roer”

Mantelzorg geven en tegelijkertijd goed voor jezelf zorgen, want goed voor een ander zorgen begint bij zorg voor jezelf.

Over de training

Met ‘goed voor jezelf zorgen’ is iets aan de hand. Hoe doe je dat eigenlijk?

De meeste mensen denken aan op tijd naar bed gaan, goed eten en af en toe rust nemen bijvoorbeeld door een hobby uit te oefenen. Allemaal waar.

Maar waar de meeste mensen geen idee van hebben is dat er veel effectievere en efficiëntere manieren zijn om dat ‘goed zorgen’ te doen. Die manieren behelzen kleine, vaak heel simpele acties die direct resultaat opleveren op het gebied van energie, rust, steun en contact.

Maar de mantelzorgers weten niet dat ze het niet weten.

Want als mantelzorgers gevraagd wordt waar ze behoefte aan hebben, wordt stevast genoemd 'praktische hulp'.

Mensen kunnen leren dat zij veel meer invloed hebben op de situatie dan ze denken. Er is ander gedrag nodig. Dit gedrag is heel goed te leren en het betreft het trainen van inzicht en vaardigheden die empowerment tot doel hebben.

Maria Grijpma en Inge de Jager geven deze training naar aanleiding van hun boek Klein geluk voor de mantelzorger. De training is in samenwerking met gemeente Waalre en GOW Welzijnswerk tot stand gekomen.

De informatiemiddag is op dinsdag 26 september van 14.00 – 15.30 uur in het Hazzo in Waalre. De trainingsdagen zijn op 10 en 24 oktober en op 14 november van 13.00 – 16.00 uur ook in het Hazzo.

Aanmelden kan via info@gowwelzijnswerk.nl

De informatiemiddag is gratis. De kosten voor de training zijn in totaal € 37,50. Het lesboek Klein geluk voor de mantelzorger is hierbij inbegrepen.

Met Klein geluk voor de mantelzorger (2016) schreven Maria Grijpma en Inge Jager een onmisbare gids om goed voor jezelf te zorgen als mantelzorger. Dat is precies wat nu nodig is, in deze tijden waarin de zorg in zwaar weer verkeert en maar liefst 33% van de volwassen bevolking (4 miljoen mensen) in Nederland mantelzorgtaken uitvoert. Met deze praktische en inspirerende gids worden mantelzorgers uitgenodigd om gebruik te maken van alle mogelijkheden die voor hen beschikbaar zijn.

Maria Grijpma en Inge Jager hebben beiden jarenlange ervaring in de gezondheidszorg, onder andere als coach en trainer. Ook hebben ze beiden ervaring als mantelzorger. Zij weten als geen ander dat je het als mantelzorger niet volhoudt als je niet goed voor jezelf zorgt. Samen schreven ze eerder al het Handboek voor klein geluk waarvan meer dan tienduizend exemplaren werden verkocht. Hun workshops en een complete training 'Aan het roer!' zijn inspirerend.

Meer informatie over de training: Maria van Engelen mvengelen@gowwelzijnswerk.nl

Facebookpagina voor en door jonge mantelzorgers

Je kunt ook via facebook op de hoogte blijven van de ontwikkelingen op het gebied van jonge mantelzorgers in de Kempen.

Ga naar facebook en zoek pagina 'Jonge mantelzorgers GOW Welzijnswerk' en blijf op de hoogte. Stel ook vragen en ga in gesprek, de pagina wordt beheerd door de jongeren zelf. Liken en delen dus.

Sociale kaart Eersel

Zoekt u informatie over vrijwilligers- of zorgorganisaties in de gemeente Eersel?

Kijk dan op de digitale sociale kaart: <http://socialekaarteersel.nl/>

Hier vindt u informatie en kunt u per dorp zien wat er aan diensten aangeboden wordt.

Heeft u vragen of opmerkingen of aanvulling op de Sociale kaart Eersel, mail dan even naar Maria van Engelen:

mvengelen@gowwelzijnswerk.nl

Leuke en leerzame activiteiten in de Huyskamer van het Aquinohuis in Bergeijk

Onder de titel 'SAMEN GRIJS en WIJS' organiseren GOW Welzijnswerk en Rode Kruis in de Huyskamer, Dr. Rauppstraat 52, 5571 CH in Bergeijk op de woensdagmiddagen een aantal bijeenkomsten. Er wordt informatie gegeven over gezondheid, zorg voor jezelf en elkaar en algemene zaken over veilig thuis wonen.

U bent van harte welkom op woensdagmiddag 16 augustus van 13.30 uur tot 14.30 uur.

De bijeenkomst gaat over teken en andere beestjes.

U krijgt o.a. feiten en fabels te horen over teken. U bent welkom vanaf 13.00 uur. Koffie en thee staan voor u klaar.

De volgende bijeenkomst is op woensdagmiddag 6 september samen met Bibliotheek De Kempen. Met behulp van herinneringskoffers samen lezen, verhalen vertellen, voorlezen en praten over vroeger.

De andere middagen zijn op 20 september, 11 en 18 oktober 2017

Meer informatie is te verkrijgen bij Dianne Coolen, GOW Welzijnswerk
dvgisbergen@gowwelzijnswerk.nl,
Telefoon 0497-514746
De Huyskamer, Aquinohuis, Dr. Rauppstraat
52, 571 CH Bergeijk 0497-84 54 34

Alzheimer café de Kempen

Donderdag 14 september
Locatie: De Eikenburg, Eikenburg 10, Eersel.
Aanvang: 19.30 uur zaal open om 19.00 uur.
Toegang is gratis, evenals koffie en thee

Over verschillende vormen van dementie



alzheimer café

Alzheimer is de bekendste vorm van dementie, maar er bestaan wel meer dan 50 vormen van dementie. Vanavond bespreken we de meeste voorkomende vormen en hun kenmerken. Heeft iemand met dementie altijd geheugenproblemen? Is de ziekte erfelijk? Welke invloed heeft de ziekte op iemands persoonlijkheid, emoties en gedrag? Onze gastspreker staat open voor al uw vragen over dementie.

U bent van harte welkom.

Gratis administratief (financieel) spreekuur

U kunt voor hulp bij o.a. het invullen van formulieren en het op orde brengen van uw thuisadministratie bij GOW Welzijnswerk terecht. Vrijwilligers komen dan bij u thuis de hulp bieden. Maar wist u ook dat onze vrijwilligers maandelijks een inloopspreekuur houden. Er zijn vaak vele oorzaken aan te wijzen waarom mensen de grip op de administratie kwijtraken. Het kan ontstaan door ziekte, ouderdom of bijvoorbeeld het verlies van een partner of werk.

Heeft u een vraag of een brief die u niet begrijpt, loop dan vrijblijvend binnen op onderstaande tijden:

- Dinsdagmorgen 22 augustus van 10.00 tot 11.00 uur in de Bibliotheek Markt 4 Bladel
- Dinsdagmiddag 22 augustus van 16.30 tot 17.30 uur in de Bibliotheek Kerkplein 5 in Reusel,.

- Donderdagmorgen 24 augustus van 10 tot 11 uur in het Aquinohuis, Dr. Rauppstraat 52 in Bergeijk
- Donderdagmiddag 24 augustus van 16.30 tot 17.30 uur in de Bibliotheek Dijk 7, Eersel,.

Taalcafé in Bergeijk gaat weer van start

Onze vakantie is voorbij!

U bent weer van harte welkom bij ons om de Nederlandse taal te oefenen. De activiteiten zijn elke woensdagmiddag van 14.00 tot 15.30 uur in het Aquinohuis, Dr. Rauppstraat 52 in Bergeijk

De vrijwilligers zijn aanwezig om in kleine groepjes koffie/thee te drinken, de krant te lezen of een praatje te maken. Kinderen zijn ook van harte welkom.

Graag tot woensdagmiddag 16 augustus

DigiTaalhuis gemeente Bergeijk

Op 6 september start officieel het DigiTaalhuis. Het is tot stand gekomen door een samenwerking van GOW Welzijnswerk, Bibliotheek De Kempen, het Stercollege, Stichting Lezen en Schrijven en de deelnemende Kempengemeenten, te weten Bergeijk, Bladel, Eersel en Reusel-De Mierden.

Op 6 september tekenen al deze partijen ook een convenant. Het doel daarvan is dat in de toekomst elke gemeente zijn eigen DigiTaalhuis gaat krijgen.

In het DidiTaalhuis kunnen mensen terecht die moeite hebben met lezen, schrijven, internetten en rekenen. Onder de paraplu van DigiTaalhuis worden tal van cursussen en activiteiten georganiseerd. Er is er twee maal per week een spreekuur om mensen met een hulpvraag te helpen. Dat kan b.v. met een cursus, met doorverwijzen naar de juiste ondersteuning of met persoonlijke begeleiding door een Taalmaatje.

Het programma van 6 september ziet er als volgt uit:

13.30 uur: Verhalen vertellen en voorlezen met de herinneringskoffers van de bibliotheek. Kom luisteren naar verhalen over vroeger en nu

14.30 uur: Beeldend voorlezen 'Boer Boris' uitgenodigd zijn de kinderen van Rensis zorg en Taal café. Iedereen is welkom

15.00 uur: Feestelijke demonstratie van de Liedjeskast tijdens het Taal café. Kom kijken, luisteren en meezingen

16.00 uur: Feestelijke opening van het Digi-Taalhuis. Beter leren lezen, schrijven en internetten voor iedereen en ondertekening van het convenant.

Iedereen is van harte welkom!

Vrijwilligers gezocht voor het DigiTaalhuis in Bergeijk

Voor het hierboven beschreven DigiTaalhuis zijn wij op zoek naar vrijwilligers.

Wij zoeken vrijwilligers die een paar uren per week beschikbaar zijn om spreekuur te houden. Daarbij geef je advies, je kunt doorverwijzen, je kunt samen met de klant een taalmetertest invullen en het juiste traject kiezen voor deze klant.

De spreekuren staan gepland voor maandagavond en woensdagmiddag

Daarnaast zoeken we ook vrijwilligers die Taalmaatje willen zijn. Dat wil zeggen dat je na de keuze voor het juiste traject iemand gaat begeleiden in het leerproces.

We verwachten dat je goed luisteren, een goed gesprek kunnen voeren, over computervaardigheden beschikt en goed kunnen samenwerken en overleggen

Wij bieden passende scholing en training, denk aan 4 dagdelen en je wordt gecoacht en krijgt begeleiding.

Belangstelling en/of aanmelden:

Kan bij GOW Welzijnswerk Maria Heesterbeek, mheesterbeek@gowwelzijnswerk.nl

Op aanvraag is er een uitgebreid profiel beschikbaar. In september gaan de gesprekken plaatsvinden en wordt er een informatiebijeenkomst georganiseerd. De aansturing en begeleiding vindt plaats vanuit GOW Welzijnswerk en Bibliotheek De Kempen.

Zelfhulpgroepen in de Kempen

De gemeenten Reusel-De Mierden, Eersel, Bergeijk en Oirschot hebben besloten om een financiële impuls te geven om zelfhulpgroepen

in de betreffende gemeenten te gaan organiseren.

Zelfhulpgroepen hebben effect op meerdere vlakken. Ze beïnvloeden de gezondheid van de deelnemers, zowel fysiek als geestelijk of sociaal. Zo verhogen ze de kansen van deelnemers om hun plaats in de samenleving weer in te nemen. Daarnaast maken zelfhulpgroepen hun leden sterker in bijvoorbeeld hun relatie tegenover hun arts of de overheid. Dankzij zelfhulpgroepen besparen de sociale voorzieningen ook veel geld. Dat komt enerzijds door de vele vrijwilligers die bepaalde taken van de reguliere gezondheidszorg overnemen, anderzijds hebben leden van een zelfhulpgroep minder behoefte aan zorg en ze voelen zich beter in hun vel. Zelfhulpgroepen hebben een invloed op de hele samenleving. Je kunt zelfhulpgroepen niet beleidsmatig sturen, want zij bestaan vanwege de persoonlijke deelname.

Een juiste professionele ondersteuning waarmee initiatieven ondersteund worden tijdens de start en waarop draaiende zelfhulpgroepen terug kunnen vallen zal veel voordeel opleveren;

Met het opzetten van een netwerk wordt ook geïnvesteerd in een steunpunt waarmee gemeenten de sociale kaart op het gebied van zelfhulp rond krijgen. Hiermee worden zelfhulpgroepen beter zichtbaar en dus makkelijker te vinden voor burgers en professionals. In de gemeente Bergeijk zijn we al geruime tijd bezig met zelfhulpgroepen zoals partners van mensen met dementie of Alzheimerproblematiek, de (v)echtscheidingsgroep, bipolair stoornis en Moedige moeders. Ook zijn er in Bergeijk zelfhulpgroepen in oprichting zoals de tinnitus/oorsuizen groep en Niet aangeboren hersenletsel (NAH).

De coördinatie van de zelfhulpgroepen wordt uitgevoerd door Marion Bloks.

In een van de volgende nieuwsbrieven zal zij zich nader aan u voorstellen.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Marion Bloks via het GOW Welzijnswerk, telefoonnummer 0497-514746 of via mbloks@gowwelzijnswerk.nl

Week van de dementie

Donderdag 21 september wordt Wereld Alzheimerdag gevierd. Ook wij staan hierbij stil.

In ons werkgebied zal in samenwerking met gemeenten en andere partijen op diverse manieren aandacht besteed worden aan dementie.

Dit heeft geresulteerd in het opzetten van de Week van de Dementie.

We publiceren in onze nieuwsbrief regelmatig berichten rond dementie en we dragen het idee uit te groeien naar een dementievriendelijke samenleving.

Het gaat te ver om hier alle programma activiteiten te noemen, maar houdt de lokale weekbladen in de gaten voor activiteiten in uw dorp of gemeente.

De Week van de Dementie is van maandag 18 september tot 24 september.

Beheer van de Koperwiek in Eersel

Woningstichting de Zaligheden (WSZ) en GOW Welzijnswerk hebben een samenwerkingsovereenkomst gesloten over het beheer van de ontmoetingsruimte in De Koperwiek in Eersel.

De Koperwiek

De Koperwiek is een wooncomplex van WSZ gelegen aan de Gebroeders Hoeksstraat/Stevensstraat in Eersel. Het gebouw bestaat uit 34 appartementen, voornamelijk bedoeld voor senioren en minder valide personen. Daarnaast zijn in en om het complex ruimtes verhuurd aan zorginstellingen (RSZK en Lunet zorg) en beschikt het over een grote ontmoetingsruimte.

Het beheer van deze ontmoetingsruimte was de laatste jaren in handen van Stichting Beheer Ontmoetingscentra voor Senioren Eersel (Stichting BOS). Eind juni is Stichting BOS met het beheer van de ontmoetingsruimte in De Koperwiek gestopt.

GOW Welzijnswerk

WSZ is verheugd dat GOW Welzijnswerk vanaf september de zorg wil gaan dragen voor het dagelijks beheer van de ontmoetingsruimte. 'De eerste gesprekken daarover waren direct positief,' aldus Werner Timmermans, Hoofd Woondiensten van WSZ die

namens de woningstichting de onderhandelingen heeft gevoerd. 'We wilden als woningstichting graag dat de ruimte een welzijnsfunctie zou behouden. Er zijn diverse Eerselse verenigingen en instanties die van de ruimte gebruik maken. Zo wordt er intensief van het aanwezige biljart gebruik gemaakt, vinden er regelmatig dagbestedingsactiviteiten plaats voor kwetsbare ouderen en worden er Tai-Chi lessen gegeven.'



De handtekeningen onder deze overeenkomst werden dinsdag 1 augustus getekend door Chris Theuws, directeur-bestuurder van WSZ, en Arno Heesters, directeur van GOW Welzijnswerk

Bewoners De Koperwiek

Doel van de woningstichting was dat de bestaande activiteiten niet de dupe mochten worden van het vertrek van Stichting BOS. 'Daarnaast wilden we dat de bewoners van De Koperwiek een belangrijkere rol in het gebruik en beheer van de ontmoetingsruimte zouden krijgen. Het woongenot van onze huurders achten wij immers van groot belang', aldus Timmermans.

'En dat was precies onze intentie', aldus Arno Heesters, directeur van GOW Welzijnswerk. 'Samen met bewoners, vrijwilligers die de laatste jaren al bij de ontmoetingsruimte betrokken zijn geweest én nieuwe vrijwilligers willen we er een succes van maken.' GOW Welzijnswerk zal daarbij een faciliterende rol vervullen. 'Voor ons is het een interessante uitdaging', gaat Heesters verder. 'Wij kenden de ontmoetingsruimte al omdat we er op de vrijdagen gebruik van maken voor dagbestedingsactiviteiten. Daarnaast huurden we de ruimte één keer per maand voor ons Iristref-

punt, onze regionale ontmoetingsgroep voor blinden en slechtzienden.'

Ondernemend en Verbindend

Door de coördinatie van het beheer van de ontmoetingsruimte op zich te nemen, zorgt GOW Welzijnswerk ervoor dat de ruimte open blijft voor deze welzijnsactiviteiten. Dat is een groot goed. Maar belangrijker is het dat door de ideeën van GOW Welzijnswerk en de bewoners er ook nieuwe initiatieven komen. De ontmoetingsruimte zal daardoor intensiever

gebruikt gaan worden en een belangrijke ontmoetingsplek worden. Niet alleen voor de bewoners van De Koperwiek, maar ook voor anderen. En dat is precies zoals de ruimte door de woningstichting is bedoeld. WSZ is dan ook blij dat GOW Welzijnswerk de uitdaging aan wil gaan. "Ondernemend en Verbindend" is ons motto', sluit Arno Heesters af. 'We hebben er dan ook alle vertrouwen in dat we er met z'n allen een succes van gaan maken.'

Kopij voor de nieuwe nieuwsbrief
s.v.p. voor 1 september aanleveren.

De volgende nieuwsbrief verschijnt omstreeks
15 september aanstaande.

Vertrouwenspersoon van het GOW Welzijnswerk is Rozita van Schadewijk tel: 06-55364404 / mail: rozita@psyom.nl