

-Het Koppelteken-

Digitale nieuwsbrief van Welzijn Ouderen Grave

Editie 2024 / nummer 41 - 08 oktober 2024

Kleine moeite, groot gebaar

Woordje van de voorzitter

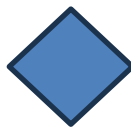
Het is weer hoog tijd voor een nieuwe editie van onze nieuwsbrief 'Het Koppelteken'. Want er is het nodige te melden. Ik zou zeggen: pak een lekkere kop koffie of thee en lees er maar eens rustig doorheen.

We leven in een jachtige tijd. Veel mensen zijn 'druk', volle agenda's, er is zoveel nog te doen... ook ik maak me er schuldig aan als ik eerlijk ben. We zitten daarnaast constant op onze mobiel om de Whatsapp en de e-mail te checken. Recent was in het nieuws dat het aantal mensen met een 'burn-out' alleen maar toeneemt. Dat is niet zo gek.

Laatst had ik onverwachts een leuk gesprekje met een oudere. Heel spontaan en ik nam er bewust de tijd voor. Om met aandacht te luisteren naar het verhaal. Ik merkte dat het mijn gesprekspartner goed deed. Toen ik verder naar huis liep dacht ik bij mezelf: "van mijn kant was het een kleine moeite, maar zij waardeerde het gesprek, net als ik." Doordat ik de tijd nam om te luisteren, had deze oudere even aanspraak.

Door al die drukte heb je de kans veel te missen. Die kleine en spontane momentjes doen er ook toe. Want heel misschien kom je onverwacht iemand tegen en kun je een leuk gesprek hebben. Een klein gebaar met soms grote betekenis voor de ander.

Roland Eijbersen
Voorzitter van Welzijn Ouderen Grave



Ben Cramer zingt bij 'Zondagmiddag Muziek Matinee'

Op 6 oktober was er weer een editie van het Zondagmiddag Muziek Matinee. Tweehonderd ouderen genoten in de Theaterzaal van Catharinahof van een muzikaal optreden van Ben Cramer en Nick Jefferson die 'The Senior Show' opvoerden.



Beide artiesten hebben speciaal voor de oudere doelgroep een muziekshow opgezet. Bekende liedjes van vroeger werden opgevoerd, die nog steeds sterke herinneringen oproepen. De zaal genoot van het optreden en deed actief mee.

Ook dichteres Margot Nijkamp was van de partij en vertolkte bij het onderdeel 'sprekende woorden' prachtige teksten met als thema 'nostalgie'.

Roland Eijbersen, voorzitter van Welzijn Ouderen Grave, was de presentator van dit evenement en praatte het programma aan het elkaar. Eijbersen: "We hebben met deze zesde editie weer een mooi programma kunnen aanbieden aan onze ouderen. Ontmoeting, muziek en gezelligheid kwamen samen bij deze editie. Dank ook aan alle vrijwilligers die ons hebben geholpen. Het was een feest!"

De organisatie van het Matinee lag in handen van Welzijn Ouderen Grave die daarbij geholpen werd door Senioren KBO Grave en de Wijkraad Grave-West.





Op stap met 'Happy Ouder'

Op 20 september gingen we op stap met 'Happy Ouder'. Het was een stralende middag. Met 17 personen hebben we het Stadsmuseum Grave bezocht en onder leiding van een gids wandelden wij een route door de binnenstad. De gids kon amusant en informatief vertellen over de rijke geschiedenis van het stadje Grave. Als afsluiter hadden we een drankje bij de 'Poort van Cleve'.

Dit eerste uitstapje van Happy Ouder was een pilot. We kregen positieve reacties en willen dit zeker vanaf volgend jaar gaan herhalen met uitstapjes in de regio. Op deze wijze kun je mensen op een andere manier leren kennen en ontspannen op pad gaan.



Nieuwe locatie voor Welzijn Ouderen Grave

Op zaterdag 28 september is tijdens een bijeenkomst van Welzijn Ouderen Grave de nieuwe locatie van het inlooppunt en kantoor van deze lokale organisatie onthuld. De stichting, die zich inzet voor ouderen en hun mantelzorgers in Grave, Escharen, Gassel en Velp, organiseerde voor de eigen vrijwilligers de jaarlijkse vrijwilligersbijeenkomst. Het geheel vond plaats in het Filmcafé Grave en hier kwamen 70 personen op af.

Tijdens het welkomstwoord onthulde voorzitter Roland Eijbersen de nieuwe locatie: de organisatie gaat binnenkort verhuizen naar Rogstraat 35 in Grave, het pand waar tot voor kort winkel Dessous zich bevond. Het streven is om vanaf 22 oktober op de nieuwe locatie operationeel te zijn en begin november wordt een feestelijk openingsmoment georganiseerd.

Eijbersen: "De verhuurder van onze huidige locatie heeft andere plannen met het pand en het staat inmiddels te koop. Wij moesten daarom snel op zoek naar een alternatieve locatie. Als organisatie willen we zo laagdrempelig werken voor ouderen en hun mantelzorgers. We hebben vier dagdelen in de week dat ons inlooppunt en kantoor geopend is als plek voor ontmoeting, waar ouderen informatie kunnen opvragen en om te werken. Vanaf januari tot en met augustus telden wij 291 bezoekers en 669 inkomende telefoontjes. Mensen weten ons te vinden. We zijn als bestuur heel tevreden dat we zo snel een nieuwe plek in de binnenstad hebben kunnen vinden. Van daaruit zullen we ons werk voor de ouderen voortzetten."

Tijdens de vrijwilligersbijeenkomst bekeken de vrijwilligers de film Thelma. De 93-jarige Thelma Post wordt bedrogen door een telefoonzwendelaar die zich voordoeft als haar kleinzoon. Ze begint aan een avontuur om terug te krijgen wat van haar is afgenomen.



Welzijn Ouderen Grave is nog altijd op zoek naar nieuwe vrijwilligers. Met name voor welzijn bezoeken is de nood hoog. Maar ook als mensen zich op projectmatige basis willen inzetten, kan dat. Dan kunt u zich melden via telefoonnummer 0486-729004 of secretariaat@welzijnouderengrave.nl Na aanmelding wordt er een kennismakingsgesprek gepland.

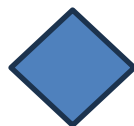


Op dit moment wordt er hard gewerkt om de lingeriewinkel van Dessous om te toveren tot het nieuwe inlooppunt en kantoor van Welzijn Ouderen Grave.

Dessous is inmiddels verhuisd naar de Hoofschestraat.

Welkomstwoord door de voorzitter om alle vrijwilligers van Welzijn Ouderen Grave te bedanken voor hun inzet in het afgelopen jaar. ->





Een middag- en avondprogramma, speciaal voor Mantelzorgers - bij gelegenheid van 'Dag van de Mantelzorg'

Elk jaar, op 10 november, is het de Dag van de Mantelzorg. Een belangrijke dag waarin we landelijk stilstaan bij de inzet van mantelzorgers. Zij zijn onmisbaar en hun betrokkenheid is van grote waarde. Bij het Mantelzorg- & Vrijwilligersplein staat deze dag bij ons hoog op de agenda.

Andere jaren hebben we een attentie aan mantelzorgers uitgedeeld. Dit jaar gooien we het over een andere leuke boeg met als doel om mantelzorgers met elkaar te verbinden, maar ook dat ze tijdelijk hun zorgen even kunnen vergeten. Daarom organiseren we op vrijdag 15 november aanstaande een middag- en avondprogramma met onder andere een voorstelling met 'De meisjes van de radio'. Een energiek en vrolijk duo met aanvullend als ster van de show: de radio! Het is een interactieve voorstelling vol muziek: "Een feest der herkenning met liedjes en radiogeluiden van wat langer geleden maar herkenbaar voor iedereen (bron: demeisjesvanderadio.nl)."



Tijden & locatie

De middag- en avondvoorstelling zijn beide in het Gemeenschapshuis De Pit in Overloon (14 Oktoberplein 2). Het middagprogramma begint om 13.30 uur en duurt tot 17.00 uur. Het avondprogramma begint om 18.30 uur en eindigt om 22.00 uur.

U bent van harte welkom!

Bent u mantelzorger en woonachtig in de gemeente Land van Cuijk? Dan hopen wij u te mogen verwelkomen op vrijdag 15 november in Overloon. Via de website kan u zich aanmelden (verplicht): /

<https://mantelzorgenvrijwilligersplein.nl/activiteiten/dagvandemantelzorg/>

Na aanmelding ontvangt u een bevestiging via de e-mail. Circa 1 week voor het evenement ontvangt u een entreeticket. Aanmelden kan t/m zondag 3 november '24 (vol=vol). Er zitten geen kosten verbonden aan deze activiteit.

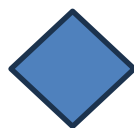
Kunt u niet komen?

Dan is het ook mogelijk om u aan te melden voor de digitale voorstelling: dit is niet live. Achteraf krijgt u een link met daarin een opname van de voorstelling om het terug te kijken op ieder ander gewenst moment.

Mantelzorg- &
Vrijwilligersplein

onderdeel
van Sociom





Terugkijken op 'Wereld Alzheimer Dag'

Het thema was dit jaar: Bewegen met Jongeren. In samenwerking met Welzijn Ouderen Grave, heeft de Alzheimer Werkgroep Grave enthousiast invulling gegeven aan het thema. Naast Welzijn Ouderen Grave hebben ook Catharinahof en Het Stoofhuis deelgenomen in het kader van Wereld Alzheimer Dag.

Voorafgaand aan de gymlessen is er op de basisscholen De Sprankel en den Ester een gastles verzorgd door de verpleegkundige casemanager Mirjam Peeters. In deze les heeft ze het voorleesboek "Oma's hoofd is versleten" voorgelezen waarna de kinderen mee konden praten over Alzheimer.

Het enthousiasme van kinderen en ouderen tijdens het gymen was hartverwarmend.

We hadden lessen die druk en in een beperkte ruimte plaatsvonden tot goed geordende, of met bescheiden en aftastende deelname.

Met name de allerkleinsten van de kinderopvang waren vertederend en brachten een hartverwarmende sfeer voor de bewoners van Het Stoofhuis en Catharinahof.

Met de kinderen in de lagere school leeftijd was het samen bewegen en het napraten over het voorleesboek een waardevolle en leuke invulling van de dag.





Wat lees ik nu? Zomaar wat berichten van het internet

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.



• Knarrenhof

In de Generaal de Bonskazerne zal een zogenaamde 'knarrenhof' worden gerealiseerd. Dit is een woonvorm waarbij bewoners elkaar helpen. Hierdoor is het mogelijk veilig & zelfstandig te blijven wonen zonder mantelzorg.

<https://www.arenalokaal.nl/nieuws/grave/49321/generaal-de-bonskazerne-in-grave-krijgt-een-knarrenhof>

• Hoe waarderen we het ouderenbeleid van de gemeente?

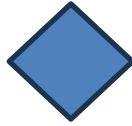
Uit een enquête van Vereniging Eigen Huis blijkt dat het ouderenbeleid van de gemeente Land van Cuijk van de 50-plussers in de gemeente een 6+ krijgt. Daarbij gaat het om de adviezen en de ondersteuning die de gemeente Land van Cuijk geeft om thuis oud te kunnen worden.

<https://www.gelderlander.nl/land-van-cuijk/50-plussers-geven-ouderenbeleid-land-van-cuijk-een-6~a3f75dee/>

• Vogels herkennen

De NOS bericht over een onderzoek van Natuurmonumenten dat 55'-ers veel voorkomende planten en vogels beter kunnen herkennen dan jongeren.

<https://nos.nl/artikel/2538528-jongeren-herkennen-veelvoorkomende-planten-en-vogels-minder-goed-dan-ouderen>



Wist u dat?

■ Binnen het bestuur is secretaris Anja van Kempen benoemd tot 'hoofd verhuizing'. Zij zal de verhuizing van het inlooppunten/kantoor naar de Rogstraat 35 coördineren en de vrijwilligers/bedrijven die ingezet worden, aansturen. Op 1 oktober vond de sleuteloverdracht plaats. Op 17 en 18 oktober is het kantoor aan de Rogstraat 22 gesloten. Op 22 oktober hopen we op het nieuwe adres open te gaan.



■ De volgende edities van 'Zin op Zondag' zijn op 13 oktober, 27 oktober, 10 november en 24 november (Sinterklaas bingo). Locatie: Foyer van de St. Elisabethkerk. Start: 14u.

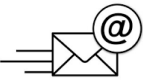


Post & bezoekadres:

Rogstraat 22
5361 GR Grave



Openingstijden kantoor/ inlooppunt: van dinsdag t/m vrijdag van 9.30 uur tot 12.30 uur.
U kunt binnenlopen voor een vraag, het aanmelden voor een activiteit of een kopje koffie.
Tijdens onze openingstijden zijn wij ook telefonisch bereikbaar via: 0486-72 90 04.



info@welzijnouderengrave.nl



www.welzijnouderengrave.nl
www.facebook.com/WelzijnOuderenGrave

Bestuur:

Roland Eijbersen (voorzitter), Anja van Kempen (secretaris), René Peters (penningmeester), Jetty Janssen (aandachtsveld VOA's en MBVO) en Rien Krol (aandachtsveld ICT).

Deze digitale nieuwsbrief is samengesteld onder redactie van het bestuur.

Wilt u zich aan- of afmelden voor deze nieuwsbrief?

Stuur dan een e-mail naar info@welzijnouderengrave.nl