

# -Het Koppelteken-

## Digitale nieuwsbrief van Welzijn Ouderen Grave

Editie 2024 / nummer 42 - 15 november 2024

---

### AI ?

#### Woordje van de voorzitter

De term 'AI' hoor je steeds vaker. Het staat voor artificiële intelligentie oftewel kunstmatige intelligentie. Het is een verzamelnaam voor algoritmes/methoden die taken uitvoeren waarvan werd gedacht dat daar menselijke intelligentie voor nodig is. Op mijn werk doet het langzaam ook zijn intrede. Onze medewerkers kunnen gebruiken van Copilot op hun laptop, één van de vele AI applicaties. Ik heb Copilot gevraagd om een korte inleiding te schrijven. Hierbij:



#### **Beste lezers,**

**Welkom bij de nieuwste editie van onze nieuwsbrief! We hopen dat het goed met u gaat en dat u geniet van de mooie momenten in het leven. In deze uitgave hebben we weer een aantal boeiende artikelen, leuke weetjes en handige tips voor u verzameld. Of u nu op zoek bent naar inspiratie, ontspanning of gewoon een glimlach op uw gezicht, we hebben voor ieder wat wils.**

**Deze maand is het volop 'herfst'. De dagen worden korter en de avonden langer, een perfect moment om te genieten van een goed boek, een warme kop thee en de gezelligheid van vrienden en familie. We delen heerlijke berichten, tips voor een gezonde levensstijl en verhalen die u zullen inspireren. Pak een kopje koffie of thee, ga lekker zitten en geniet van het lezen. We hopen dat deze nieuwsbrief u vreugde en inspiratie brengt.**

Overigens, bij de volgende editie schrijf ik gewoon zelf weer het openingswoord!

Roland Eijbersen  
Voorzitter van Welzijn Ouderen Grave



### **Verhuizen naar ons nieuwe adres**



De afgelopen weken heeft de verhuizing naar het nieuwe adres plaatsgevonden. Alle kantoorspullen, meubilair, schermen en mappen gingen over naar Rogstraat 35.

- Het Koppelteken - Nieuwsbrief van Welzijn Ouderen

Een aantal vrijwilligers hebben ons daarbij uitstekend geholpen en wij zijn hen daar heel dankbaar voor. Ook op het gebied van ICT en telefonie moesten zaken worden overgezet. We zijn nog niet helemaal gereed met alles, maar inmiddels wel 'open' op het nieuwe adres.

We hebben de eerste reacties in ontvangst mogen nemen en die zijn lovend en positief: een mooie en ruime locatie om te ontmoeten en te werken. Op ons nieuwe adres is inmiddels de bestickering op de ramen ook aangebracht.

Als bestuur zijn we heel trots dat we zo snel een nieuwe ruimte hebben kunnen vinden.

Op 6 november hebben we de laatste inspectie van het oude adres gehad met de voormalige verhuurder. Ons oude adres hebben we leeg en schoon opgeleverd, er waren geen aandachtspunten meer. Wij hebben onze oude verhuurder bedankt voor het onderdak dat hij ons de afgelopen jaren bood.

Als Welzijn Ouderen Grave gaan we vol goede moed verder op een nieuwe locatie.

Het nieuwe adres van ons inlooppunt / kantoor is:

**Rogstraat 35  
5361 GP Grave**



### **Ons inlooppunt:**

***Tijdens openingstijden (dinsdag t/m vrijdag tussen 09.30-12.30 uur) bent u welkom voor een praatje, een kopje koffie/thee, u kunt bij ons terecht voor een hulpvraag of als u meer informatie wilt.***

***Onze vrijwilligers staan voor u klaar!***





## **Terugblik: "Tis aalt wa" bij KBO Velp**

Velp - Op woensdagmiddag 30 oktober vond de jaarlijkse ontspanningsmiddag van KBO Velp plaats. Ook niet-leden van 55+ uit de omgeving waren van harte welkom. En dat was aan de opkomst te merken. De organisatie had het maar wat druk met extra stoelen aanschuiven!

### **Middagvullend programma**

De aanwezige senioren werden op een middagvullend programma getraakteerd. Drie dames (Tis aalt wa) uit Sint-Oedenrode (Rooi) verzorgden een gevarieerde show met mooie zang, afgewisseld met korte voordrachten op rijm en komische "buutjes". De melodieën van de liedjes waren van alle tijden, de teksten helemaal zelfgemaakt. In onvervalst Brabants werden á capella en zelfs 3-stemmig allerlei herkenbare onderwerpen besproken en bezongen.



### **Rode draad**

De liedjes werden door een vrouwelijke buutreedner aan elkaar geregen met als rode draad haar moeizame relatie met manlief Hannes. Tja, de vraag blijft wie er nu eigenlijk het meest te beklagen was: deze pittige roddeltante of haar volgzame echtgenoot? Er kwamen die middag heel wat gevatte doordenkertjes en verrassende wendingen voorbij. Af en toe leek het wat pikant, maar zoals de dames zelf aangaven, kwam dat omdat mensen in het publiek "misschien dingen anders meenden te horen dan het trio bedoelde".

### **Leerzame middag**

Na afloop waren alle aanwezigen uitgebreid voorgelicht over geboortebeperving, het scheppingsverhaal en het nut van dansles vroeger. Ook werd men bijgepraat en bijgezongen over moderne e-bikes en het voor sommige senioren ingewikkelde gsm- en computergebruik.

In haar slotwoord bedankte KBO Velp voorzitter Ria Dekkers-Opsteegh de dames voor hun boeiende optreden. Ze gaf terecht aan dat het publiek erg genoten had van deze zeer leuke, leerzame middag.

### **En nog meer**

Behalve zo'n jaarlijkse ontspanningsdag organiseert KBO Velp nog meer laagdrempelige activiteiten en uitstapjes. Zo is er wekelijks een koffie-uurtje, een knutselclubje, soms een museumbezoek en jaarlijks een uitgebreide Kerstviering. Aan het noodzakelijk bewegen voor senioren wordt aandacht besteed via gymles, koersballen, fietsen en wandelen.

Daarnaast werkt KBO Velp graag samen met andere verenigingen uit de buurt. Ook combi-lidmaatschappen met andere KBO's zijn mogelijk.

## **Welkom**

KBO Velp is een bloeiende vereniging met meer dan 100 leden, maar nieuwe leden zijn altijd welkom. Want er is "aalt wa" te beleven bij KBO-Velp!

Meer informatie via: 06-10193398.



## ***Bijeenkomst Lokaal Beraad in Escharen***

Een aantal keren per jaar brengen we de organisaties bestaande uit vrijwilligers die zich inzetten voor ouderen en mantelzorgers in Escharen, Gassel, Grave en Velp samen. We delen ontwikkelingen met elkaar, kijken waar we zaken samen kunnen oppakken en gaan op onderwerpen de diepte in.

Op 5 november kwam Aad Overvliet naar Escharen. De gemeente Land van Cuijk heeft haar vrijwilligers en vrijwilligersorganisaties verzekerd via de VNG Vrijwilligersverzekering van Centraal Beheer Achmea. Tijdens de bijeenkomst nam Aad ons mee in de achtergronden van deze verzekering, de werkwijze en gaf aandachtspunten mee. Aad Overvliet is oprichter van het HelpLoket. Zij verkopen geen verzekeringen, maar geven goede en deskundige raad aan stichtingen en verenigingen als het gaat om verzekeringskwesties. Daarnaast heeft het HelpLoket zich de laatste tijd ook ontwikkeld als vraagbaak rondom juridische kwesties. Denk aan statuten en huishoudelijk reglement, vragen over zelf afgesloten verzekeringen, maar ook de nieuwe Wet Bestuur en Toezicht Rechtspersonen.

Aad is deskundig en een goed verteller die het hele onderwerp naar tevredenheid kon uitdiepen. De aanwezige bestuursleden van lokale verenigingen en stichtingen namen alle informatie met belangstelling op.

Deze editie was de laatste bijeenkomst van het Lokaal Beraad in 2024. Ook volgend jaar zullen we weer een aantal bijeenkomsten organiseren.





### WELZIJN OUDEREN GRAVE

is op zoek naar enthousiaste vrijwilligers voor onze service **Graag Gedaan**. Met Graag Gedaan helpen we ouderen met een kleine dienst. Deze activiteiten zijn makkelijk planbaar en kost u slechts beperkte tijd per maand. U beslist zelf welke activiteit het beste bij u past. De twee coördinatoren plannen met u de werkzaamheden in.

Welzijn Ouderen Grave is te bereiken op dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag van 9.30 tot 12.30 uur

via telefoonnummer [0486-729004](tel:0486-729004)  
bezoekadres: [Rogstraat 35, 5361 GP Grave](https://www.welzijnouderengrave.nl)  
of via [info@welzijnouderengrave.nl](mailto:info@welzijnouderengrave.nl)

Diensten die vrijwilligers van Graag Gedaan kunnen leveren aan onze cliënten zijn de volgende:



#### Boodschappenmaatje

Een vrijwilliger helpt de oudere om voortaan samen naar de winkel te gaan of de boodschappen kan halen.

#### Gezelschapsmaatje

Er zijn mensen die contact met anderen missen en/of moeilijk zelfstandig de deur uitkunnen. Dan is een vrijwilliger die regelmatig een bezoekje brengt, samen een kop koffie of thee drinkt of een ommetje maakt toch zeer waardevol.

#### Mantelzorgondersteuning

Tegenwoordig zijn veel ouderen afhankelijk van hun mantelzorgondersteuning. Om ook de mantelzorger te ontlasten, zodat deze er even op uit kan, voor een boodschapje of bezoek aan de kapper. Ook dan kan

een vrijwilliger hem of haar even vervangen.

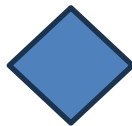
Natuurlijk kan en hoeft de vrijwilliger geen verpleegkundige taken uit te voeren. Zijn/haar aanwezigheid geeft zekerheid aan iedere betrokkene.

#### Automaatje

Soms is vervoer een probleem, bijvoorbeeld als men de arts in het ziekenhuis of tandarts dient te bezoeken. U als vrijwilliger brengt hem/haar naar de plek van bestemming, wacht daar of haalt de cliënt op een afgesproken tijdstip weer op. Natuurlijk ontvangt u van de cliënt een kleine onkostenvergoeding per gereden kilometer.

#### Klusmaatje

Bent u handig met name op het gebied van kleine klusjes, zoals een lampje vervangen, een schilderij ophangen, een stekkertje repareren of heeft u groene vingers om kleine tuinklusen te kunnen klaren? Voor deze dienst ontvangt u van de cliënt een kleine vastgestelde vergoeding op uurbasis.



## 24 november: Sinterklaas bingo bij Zin op Zondag

Op zondag 24 november tussen 14 en 16 uur organiseren we een Sinterklaas bingo bij Zin op Zondag. Dit zal worden gehouden in de Hemelvaartzaal van de St. Elisabethkerk (steeg tussen 'Kerkleuner' en het 'Aapje', deur links na 150 meter).

Het belooft een gezellige middag te worden!





## **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.*



### **• Papieren gemeentegids**

Even leek het erop dat de papieren gemeentegids van het Land van Cuijk zou verdwijnen. De Gelderlander bericht dat de plannen niet doorgaan.

<https://www.gelderlander.nl/land-van-cuijk/toch-geen-streep-door-papieren-gemeentegids~a9ef5c5f/>

### **• Ouderen in reclames stigmatiserend**

Deze keer een soort van 'luisterbericht'. In reclames worden ouderen vaak afgebeeld als kaartspelende koffiedrinkers in saaie tehuizen. Olivier Koning, eigenaar van een reclamebureau gespecialiseerd in ouderen, bespreekt op NPO Radio 1 in de Villa het belang van betere representatie van ouderen in reclames.

<https://www.nporadio1.nl/fragmenten/villa-vdb/9d78e022-6451-4384-8e17-c73af929f444/2024-11-12-ouderen-in-reclames-stigmatiserend-worden-afgeschilderd-als-aftakelende-mensen>



## **Wist u dat?**

■ Begin december zal ons bestuur een overleg hebben met ambtenaren van het Sociaal Domein van de gemeente Land van Cuijk. Wij zullen de lopende zaken bespreken, inzicht geven wat we het afgelopen jaar hebben uitgevoerd als ook vragen die wij hebben voor de gemeente. Onze ervaring is dat dit soort gesprekken zeer waardevol zijn.

■ Bjorn Verbeeten uit Wijchen, die bestuurskunde studeert aan de Avans Hogeschool, gaat in de komende weken een stageopdracht bij Welzijn Ouderen Grave uitvoeren. Hij gaat het bestuur helpen om op het gebied van governance nog professioneler te worden.

- Elk binnenkomend telefoontje en bezoeker aan ons inlooppunt wordt geteld.

Kerngegevens inlooppunt:

Bezoekers t/m oktober: 425 (heel 2023: 531)

Telefoontjes t/m oktober: 817 (heel 2023: 1.092)



**Post & bezoekadres:**

Rogstraat 35  
5361 GP 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](mailto:info@welzijnouderengrave.nl)



[www.welzijnouderengrave.nl](http://www.welzijnouderengrave.nl)

[www.facebook.com/WelzijnOuderenGrave](https://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](mailto:info@welzijnouderengrave.nl)