Wél! WELZIJN DE KEMPEN Een hart voor mensen in de Kempen

Nieuws van Wél!zijn De Kempen

Mededelingen voor onze relaties

Eikenburg 2 5521 HZ Eersel | 0497 514746 |
info@welzijndekempen.nl www.welzijndekempen.nl
facebook.com/welzijndekempen

November 2018

Beste mensen,

De donkere dagen en Sinterklaas staan weer voor de deur. Winterjassen en handschoenen worden opgezocht en de tijd van snert ,stamppot en warme chocomel is weer aangebroken. Het is ook de tijd waarin van alles moet. Het lijkt net alsof iedereen voor kerst en nieuwjaar alles nog gedaan wil hebben en dat er na 31 december niks meer te doen is, maar ook dat heeft zijn charmes.
Hierbij ontvangt u de laatste Nieuwsbrief in deze vorm. We hebben namelijk besloten om vanaf december ons nieuws voortaan op onze website te plaatsen met de mogelijkheid om op een artikel door te klikken. Wekelijks worden op onze website en facebook mededelingen geplaatst. Eén keer per maand zullen we dan alle mensen die ingeschreven stonden voor het ontvangen van een nieuwsbrief berichten met de hoogtepunten van de afgelopen maand. We beogen hiermee dat nieuws ook echt nieuws is en u rustig achter uw pc, laptop of telefoon zelf kunt bepalen welke artikelen u Wél! of niet wilt lezen.
Ik wens u veel leesplezier toe,

Arno Heesters
Directeur Wél!zijn De Kempen

Drukbezochte lezing 'Het Brein Omarmen' over Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH).

Op 23 oktober j.l. vond de derde NAH lezing in de Kempen plaats.
De titel van de lezing; 'Het Brein Omarmen' verwees naar de gevolgen voor de getroffene én zijn of haar omgeving. Maar de titel verwees ook naar de behoefte van mensen met NAH en hun naasten aan meer begrip en bekendheid voor hun situatie. De lezing werd gehouden in het auditorium van de Rabobank in Bladel en trok 175 bezoekers. Iedereen werd persoonlijk ontvangen door de cabaretiers van Fris en Fruitig die ook een feestelijke afsluiting voor hun rekening namen.
Zo werd een serieus thema begeleid door de nodige vrolijkheid.
Sprekers waren Sylvia Las, neuropsycholoog van Las Psychologie en Jeannette Kamps van het Expertisecentrum Familiezorg
Sylvia Las vertelde over de gevolgen van NAH op lichamelijk gebied en op het gebied van het denken (cognitie) en van gedrag en emoties.
Jeannette Kamps vertelde over de impact die NAH heeft op de getroffenen en zijn/ haar naasten.

Zowel de lezers als wij kunnen ons voorstellen dat er na de lezing nog vragen

waren. Ook kan de PowerPoint van de lezingen opgevraagd worden. Neem in beide gevallen contact op met Esther de Raad via edraad@welzijndekempen.nl

Overigens niet onbelangrijk om te weten: ENKELE CIJFERS

- Jaarlijks krijgen zo'n 46.000 mensen een beroerte of CVA
- Niet-aangeboren hersenletsel is de belangrijkste doodsoorzaak bij kinderen en jongeren
- Elk jaar lopen circa 140.000 mensen hersenletsel op van wie er 10.000 dit niet overleven
- Van de 130.000 hersenletselpatiënten per jaar die overleven zijn er 19.000 kinderen en jongeren van 0 tot 24 jaar
- Elk jaar komen er ongeveer 40.000 mensen bij die forse blijvende beperkingen overhouden aan hersenletsel
- In Nederland wonen ongeveer 650.000 mensen die beperkingen ervaren als gevolg van hersenletsel

Voor wie niet aanwezig was, ook volgend jaar zal er een NAH lezing georganiseerd worden.
De NAH lezing werd georganiseerd door de NAH Zelfhulpgroep "Saomen Sterk" in Bladel, of zoals Sylvia Las hen noemt; de "Power Groep", met bescheiden ondersteuning van Wel!zijn de Kempen.

Alzheimercafé Valkenswaard

De bijeenkomst gaat over het thema '**Dementie en ondersteuning thuis'.**
In de zorg voor je naaste met dementie doe je veel zelf. Maar er kan een tijd komen dat je het niet meer redt. Welke hulp is er beschikbaar als je naaste zolang mogelijk zelfstandig wil blijven wonen? Bij wie kun je terecht met je vragen en hoe regel je hulp thuis? Gastspreker van vanavond is een Zorgtrajectbegeleider. Zij vertelt wat haar functie inhoudt en hoe ze ondersteuning kan bieden in de thuissituatie. En zij geeft antwoord op vragen vanuit de zaal.



De bijeenkomst is op dinsdag 27 november 2019 in het Alzheimer Café Valkenswaard-Waalre (Café-zaal de Dommelstroom) Bergstraat 32 in Dommelen
Het programma begint om 19.30 uur en eindigt om 21.00 uur. De zaal is open vanaf 19.00 uur en de toegang is gratis.
Meer informatie: Maria van Engelen, mvengelen@welzijndekempen.nl

Ben jij een jonge mantelzorger ?

Jonge mantelzorgers zijn jongeren tot 24 jaar die opgroeien met een familielid, bijvoorbeeld moeder, broer of oma, die in de directe omgeving van het gezin woont en die intensieve zorg nodig heeft.
Er kan sprake zijn van een lichamelijke of psychische ziekte, een lichamelijke handicap, verslavingsproblematiek of een verstandelijke beperking. Meestal gaat het om thuiswonende kinderen die fysiek samenwonen met het zieke gezinslid. Jonge mantelzorgers zorgen voor hun naaste door praktische of emotionele steun te geven, maken zich vaak zorgen over de zorgsituatie en komen daardoor zelf aandacht en zorg te kort.

Activiteiten

In de gemeentes Bergeijk, Eersel, Bladel, Reusel-De Mierden en Waalre organiseert Welzijn de Kempen maandelijkse activiteiten waar ontspanning, lotgenotencontact en het bieden van een uitlaatklep centraal staan. Bijvoorbeeld door activiteiten te organiseren als bowlen, pizza's maken, creatieve en sportieve zaken. Het is voornamelijk bedoeld om een ontspannen avond te bieden, naast de mogelijkheid om ervaringen met elkaar te delen.



Ben jij jonge mantelzorger en lijkt het je leuk om deel te nemen aan maandelijkse activiteiten?

Dan ben je van harte welkom.
Voor meer informatie of aanmelding kunt je terecht bij Dianne Coolen-van Gisbergen, e-mail dcoolen@welzijndekempen.nl, telefoon: 0497-514746

Nieuwe gespreksgroepen

voor mensen met Reuma, Fibromyalgie(chronische vermoeidheid) en de gevolgen van hersenletsel (NAH).

Deze gespreksgroepen bieden de mogelijkheid om met lotgenoten ervaringen uit te wisselen. Hoe moet je verder te gaan met de gevolgen van Reuma/ of Fibromyalgie, de pijn, stijfheid, vermoeidheid en slaapstoornissen wat een grote impact kan hebben in jou leven. Graag komen wij met jou in contact.
We nodigen je dan ook van harte uit voor een kopje koffie, om in gesprek te gaan met mensen die jou echt begrijpen.



Interesse ? Bedenk: **Delen is helen!**

Voor deelname aan de gespreksgroep voor reuma kun je je aanmelden bij stichting Wél Welzijnswerk, Eikenburg 2, 5521 HZ Eersel, tel. 0497-514746, of via de mail imegens@welzijndekempen.nl. De deelname is gratis.

De kennismakingsochtend voor de gespreksgroep NAH is op Woensdag 21 november 2018 van 10:15 uur tot 11:45 uur in De Muzenval, Dijk 7, 5521 AW in Eersel.

Verder informatie over beide gesprekgroepen is te vinden op de website https://welzijndekempen.nl/zelfhulpgroepen

Eerste Repair Café Wintelre vliegend van start.

OP 31 oktober opende het Repair Café in Wintelre haar deuren in de Rosdoek. De activiteit werd meteen druk bezocht. Zo kwamen er in het eerste anderhalf uur al 6 klanten.

Onder het genot van een kopje koffie werden de meegebrachte spullen gerepareerd.

De komende maanden wordt er maandelijks een Repair Café gehouden, maar dit geldt nog als proefperiode. "Als blijk dat er geen behoefte is dan stoppen we ermee" aldus Adrie Franken. Maar dat lijkt niet te gebeuren gezien de opkomst

en enthousiasme al op de eerste dag . Op de agenda van ’t blaaike is te zien wanneer het Repair Café is geopend.



Bij het Repair Café kun je reparaties laten uitvoeren aan: huishoudelijke apparatuur, audio apparatuur, gereedschap, speelgoed (incl. speelgoedfietsjes, steppen e.d.), meubels, gebruiksgoederen, diverse voorwerpen maar ook het herstel van kleding en gordijnen.

Omdat voor een aantal dingen al reparatievoorzieningen in Wintelre zijn is het Repair Café niet bestemd voor fietsen, tuinmachines, auto’s en andere vervoermiddelen.

Parkinson De Kempen



In 2016 is de Stichting Parkinson de Kempen opgericht met als doel de parkinsonpatiënten en hun mantelzorgers in de Kempen bij elkaar te brengen. Op vijf tot zeven avonden geven deskundigen lezingen over de diverse ziekteverschijnselen, de gevolgen van de ziekte en hoe men daar mee om kan gaan. Dat alles onder het genot van een kopje koffie of thee.
Het bestuur van de stichting bestaat uit drie personen die ongeveer zes keer per jaar vergaderen om de inhoud van de bijeenkomsten te vast te stellen.

Het bestuur is naarstig op zoek naar een secretaris die de vergaderingen notuleert en het e-mailverkeer behandelt.
Heeft u enige affectie met de zorg en een beetje vrije tijd om deze functie te kunnen vervullen dan kunt u contact met ons opnemen via parkinsondekempen@outlook.com of telefonisch naar Pieter Maas tel. 0653.611.626.

Zondags Uitje in Kerkebogten

Zondags Uitje is een bijzonder ontmoetingspunt op een bijzondere plek voor bijzondere mensen. Vanwege winterse omstandigheden vinden de bijeenkomsten in de maanden november tot maart plaats in de refter van Kerkebogten, Gebint 70, Eersel. Telkens op de laatste zondag van de maand.

Zorgt u in uw omgeving voor iemand met een vorm van dementie en zoekt u naar een leuke activiteit op zondag, waar u samen op de vaak stille zondagen naar toe kunt gaan, dan is Zondags Uitje zeker iets voor u.
Het is een gemoedelijke plek met een gezellige sfeer die een invulling biedt voor de vaak stille zondag. Mensen met dementie en hun naasten ontmoeten hier anderen die in dezelfde situatie zitten. Die hebben aan een half woord genoeg om elkaar te begrijpen. Onder het genot van een kopje koffie of thee kunnen ervaringen gedeeld worden. Mogelijk kan men samen iets ondernemen en wellicht ontstaan er nieuwe en waardevolle contacten.

Onze enthousiaste gastvrouwen hebben een luisterend oor en goede ideeën om samen plezierig bezig te zijn.

Zondags Uitje in de refter van Kerkebogten is op zondag 25 november van 10.30 tot 12.30 uur. De toegang is gratis, consumpties zijn voor eigen rekening. U hoeft zich niet aan te melden, kom gerust langs.

Waalre in Beweging

Ook in Waalre is er een ontmoetingspunt op zondag. Te weten elke tweede zondag van de maand in café “de Wolderse Wever” aan de Markt in Waalre van 11.00-13.30 uur.
Met medewerking van Max Fysio is er tussen 12.00-12.30 uur een half uurtje ingepland met lichte oefeningen die voor iedereen geschikt zijn. Bezoekers kunnen vrijblijvend mee doen.
De eerstvolgende bijeenkomst van Waalre in Beweging is op zondag 9 december.
Voor meer informatie: Maria van Engelen, mvengelen@welzijndekempen.nl

Zorgen thuis en aandacht voor thuis sterven

Dit is een herhaling van onderstaande uitnodiging:
Er zijn nog enkele plaatsen over. Dus heb je belangstelling: meld je snel aan via: info@welzijndekempen.nl

Een minisymposium, georganiseerd door GEWOON THUIS, Vrijwillige Terminale Thuiszorg en
Vrijwillige Thuiszorg op donderdag 29 november 2018.
Voor vrijwilligers en geïnteresseerde beroepskrachten

Programma

- 18.30 uur: Inloop en ontvangst met koffie en thee
- 19.00 uur: Welkom door Arno Heesters, directeur Wél!zijn de Kempen
- 19.10 uur De rol van vrijwilligers in de terminale zorg bij mensen thuis. Een interview met Marije Brüll, Coördinator Netwerk Palliatieve Zorg ZOB en MariaHeesterbeek namens Gewoon Thuis, vrijwillige terminale thuiszorg bij Wél!
- 19.25 uur: Eefje Heesterbeek, coördinator vrijwillige thuiszorg bij Wél!, over de werkwijze vandeze dienst. Aansluitend een korte toelichting op de workshops en de inspiratiemuur
- 19.45 uur: Start workshops, graag uw voorkeur van te voren aangeven

Workshop 1 Stilstaan bij de beleving van zorg, ziekte en eindigheid,
door Jan Weeda en Lieve Janssens, van Nieuwtij
Toelichting:
Aan de hand van een film/documentaire staan we stil bij onze eigen beleving van ziekte, zorg en de eindigheid van het leven. Bewust van je eigen beelden kijk je vriendelijk naar de ander en jezelf in een situatie die niet gewild is, maar wel een gegeven.

Workshop 2 Klein Geluk,
door Maria Grijpma, schrijfster, coach en trainer; dat goed voor jezelf zorgen noodzakelijk is, om het zorgen voor een ander goed vol te houden

Toelichting:
Deze workshop wil mensen bewust maken dat goed voor jezelf zorgen noodzakelijk is, om de zorg voor een ander vol te houden. Zo ben je je eigen beste vriend en raak je niet overbelast. De patiënt kan veilig ziek zijn en je geeft het goede voorbeeld aan mantelzorgers.
Toegankelijke informatie over geluk en geluk beleving; er worden een paar recepten uitgeprobeerd uit het boek 'Klein geluk voor de mantelzorger' en 'Handboek voor klein geluk'. Er is ruimte om vragen stellen en tips te geven aan elkaar: hoe zorg je goed voor jezelf in de hectiek van alle dagen en nachten? Hoe word je minder moe?

Workshop 3 Het levenseinde bespreekbaar maken,
door Leonie Vogels, van Stichting Stem
Toelichting:
De stichting Stem wil het gesprek over het levenseinde meer bespreekbaar maken.
Leonie zal vertellen waarom het nadenken over je eigen sterfelijkheid zo belangrijk is. Je realiseren dat er ooit een eind aan je leven komt, betekent meer betekenisvol leven. Leonie bespreekt een aantal sterfstijlen. Weten welke stijl jij hebt is nuttig en ontdekken welke stijl jouw cliënt heeft is ook heel nuttig voor het optimaliseren van het contact met jouw cliënt.

- 20.45 uur: Gelegenheid om uw kaartje voor de inspiratiemuur op te hangen
- 21.00 uur: Plenaire afsluiting met aansluitend gelegenheid tot napraten onder het genot van een drankje

Bij inlevering van het evaluatieformulier ontvangt u een goodiebag

Tijd en Plaats:
Donderdag 29 november 18.30 – 21.15 uur
Dorpshuis De Smis, Smitseind 33a, 5525 AN Duizel

Aanmelding kan tot 26 november, via info@welzijndekempen.nl
U kunt deelnemen aan 1 workshop, graag uw 1e en 2e keuze kenbaar maken bij aanmelding.

Stichting 2109

Stichting 2109 gaat voor- en staat voor (h)erkenning voor mensen met dementie

Iedereen krijgt vroeg of laat te maken met iemand die dementie heeft. Eén van de bekende vormen van dementie is de ziekte van Alzheimer. Stichting 2109 staat voor 21 september en die datum is uitgeroepen tot Wereld Alzheimer Dag, vandaar die naam.

Stichting 2109 streeft er naar dat het taboo op dementie tot het verleden gaat behoren.
Om dit te realiseren is een speldje met een uniek en gepatenteerd beeldmerk ontworpen. Als mensen met dementie dit dragen dan kan de omgeving deze mensen herkennen. Mensen met dementie blijven zo zichtbaar voor de samenleving. Die kan dan beter aansluiten bij de belevingswereld van dementerenden en kan er direct voor deze mensen worden gezorgd als dat gewenst of noodzakelijk is.

Ieder speldje is voorzien van een unieke persoonlijke code die aan de achterzijde is gegraveerd. De code is gekoppeld is aan het noodnummer dat op de voorkant staat. Op het moment dat de drager van het speldje verdwaald is, kan er hulp worden ingeschakeld door het noodnummer te bellen. De code aan de achterzijde van het speldje zorgt ervoor dat de juiste contactpersonen direct kunnen worden ingeschakeld. Hierdoor kan de spelddrager snel en veilig naar huis terugkeren.

Het speldje zorgt voor herkenbaarheid en veiligheid van dementerenden.

Meer informatie is te verkrijgen bij Stichting 2109 via www.2109.nl, via e-mail info@2109.nl of telefonisch bij de nummers 06-51946084 of 06-30059249

Ontmoetingscentrum 't Stökske viert haar 10-jarig jubileum.

Op 27 november 2008 was de opening van seniorencafé 't Stökske een feit. Vanaf dat moment wisten steeds meer vaste gasten en belangstellenden deze locatie in de Kerkebogten te vinden. Nu, 10 jaar later, wordt er volop gebiljart, kaartjes gelegd, gesjoeld, kaarten gemaakt, vergaderd, maar vooral veel met elkaar gebabbeld onder het genot van een kopje koffie of thee.
Dankzij de inzet van diverse vrijwilligers kent 't Stökske ruime openingstijden.

Heeft u ook zin om deel uit te maken van deze groep vrijwilligers, bel dan naar Maria Heesterbeek, telefoon 0497-514746 of mail naar mariaheesterbeekstg.bos@gmail.com.

In de feestweek van **maandag 26 november t/m zondag 2 december** verrassen wij iedereen met een leuke attentie! Hopelijk mogen wij u als vaste gast of als belangstellende ook verwelkomen.

U vindt 't Stökske op Gebint 69, 5521 WG in Eersel.

Terug blik Bijeenkomst Platform Informele Zorg Bladel

OP 1 november stelde Davy Janssen, wethouder in Bladel, zich voor aan het Platform Informele Zorg Bladel. Het was een druk bezochte avond, met vijfentwintig deelnemers van negentien uiteenlopende organisaties uit de gemeente Bladel. Er waren o.a. vertegenwoordigers van het Rode Kruis, Stichting Leergeld, de ziekenbezoekgroep, Stichting het Kompas, het informatiepunt Zorg Casteren en de Zorgcoöperatie Hoogeloon.

Naast de kennismaking met de wethouders stond het thema "mantelzorg" centraal. Een nieuw gemeentelijk beleid hiervoor is in de maak en beleidsambtenaar Anouk Bakx presenteerde de hoofdlijnen. Ideeën en suggesties waren van harte welkom. Na de pauze praatte men op dit thema door en wisselden deelnemers



uit welke activiteiten zij uitvoeren waarmee men mogelijk mantelzorgers ondersteunt. Die ondersteuning kan ook indirect zijn. De voorlopige conclusies van deze avond was dat er veel initiatieven van vrijwilligers zijn waarmee mantelzorgers ook zijn geholpen. Voorbeelden daarvan zijn huiskamerprojecten, klussendiensten, hulp bij formulieren enzovoort. Het vinden van mantelzorgers die hiermee geholpen zijn, lijkt lastiger. Mantelzorgers moeten van elkaars activiteiten op de hoogte zijn. Weet hebben van elkaars activiteiten helpt mantelzorgers ook te attenderen op de mogelijkheden die er voor hen zijn.
De PowerPoint presentatie van deze avond is te vinden op de website IZbaldel.nl.
Voor meer informatie over het Platform Informele Zorg neemt u contact op met Esther de Raad van Wél.

Vrijwilligers gezocht voor DigiTaalhuis in Aquinohuis in Bergeijk

In het DigiTaalhuis kunnen mensen terecht die moeite hebben met lezen, schrijven, gebruik van internet en rekenen.
Onder de paraplu van Digitaalhuis worden allerlei cursussen en activiteiten georganiseerd. Er is ook een spreekuur om mensen met een hulpvraag op weg te helpen. Dat kan b.v. met een cursus, met doorverwijzen naar de juiste ondersteuning of met persoonlijke begeleiding door een Taalmaatje, individueel of in groepsverband.

Omdat het aantal vragen toeneemt zijn wij dringend op zoek naar vrijwilligers.

Wat zoeken wij?

Vrijwilligers die een aantal uren per week beschikbaar zijn om advies te geven en samen met de hulpvrager het juiste traject te kiezen.

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. Dit kan in een klein groepje of individueel zijn.

Wat vragen wij?

Wij zoeken personen die goed kunnen luisteren, een goed gesprek kunnen voeren, over computervaardigheden beschikken. Daarnaast moeten ze goed kunnen samenwerken en overleggen.

Wat bieden wij:

Je krijgt passende scholing en training, je wordt gecoacht en krijgt begeleiding.

Belangstelling en/of aanmelden:

Aanmelden kan bij Wél! bij Maria Heesterbeek,
mheesterbeek@welzijndekempen.nl
De aansturing en begeleiding vindt plaats vanuit Bibliotheek De Kempen én Wél!zijn de Kempen.

Vertrouwenspersoon van Wél!zijn De Kempen is Rozita van Schadewijk tel: 06-55364404 / mail: rozita@psyom.nl