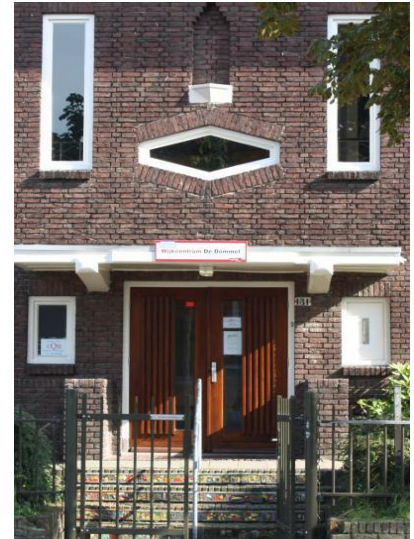


**Jaargang 6  
Nummer 4  
Editie Oktober 2016**



## **Stichting Overlegorganisatie voor Ouderen in Eindhoven**

**Voorwoord** (door Eef Klaassens, a.i. voorzitter)

### Senioren en mobiliteit

OVO houdt zich met heel veel bezig. Bij voorbeeld mobiliteit. Natuurlijk is het heel belangrijk dat we zo lang mogelijk mobiel blijven.

We zijn als kind bijna allemaal onze benen gaan gebruiken. Toen kwam de step, dat ging hard! Daarna de fiets en dat is een vervoermiddel waar we heel lang gebruik van kunnen maken. Soms worden we wat onzeker, zijn we bang te vallen. Is dan een driewieler iets?

De benen worden wat zwakker en we hebben altijd wind tegen. Gaan we elektrisch? Pas op, veel ouderen onderschatten de snelheid van zo'n fiets. Ons reactievermogen is niet meer wat het was, we kunnen in een gevaarlijke situatie terecht komen. Uitkijken geblazen.

Dit stukje schrijf ik terwijl ik op vakantie ben aan zee. Daar zie je me toch leuke voorbeelden van mobiliteit. Natuurlijk de bolderkar, de gewone fiets, de elektrisch (gaan veel te hard op de duinpaden) en de vierpersoons fiets. Het toppunt zag ik hier op het duinpad: een golfwagentje! Lijkt me niks voor in de stad, trouwens ook niet op dat duinpad.

Laat OVO zich inzetten voor serieus vervoer in de stad. Voor wie het kan op eigen kracht en anders met steun van het Openbaar Vervoer en alle andere vormen van comfortabel verplaatsen.

We doen ons best!

Eef Klaassens-Postema

Bennekelstraat 131  
5654 DD Eindhoven  
T: 040 – 257 38 32  
E: [info@ovoeindhoven.nl](mailto:info@ovoeindhoven.nl)

### **IN DIT NUMMER**

Voorwoord door Eef Klaassens,  
a.i. voorzitter bestuur OVO

Voor WMO voorzieningen kunt u  
bij WIJEindhoven terecht

Ondersteuning bij contact met  
WIJEindhoven

Digitalisering

Senioren Gestel: Infomarkt Sport  
en Gezondheid

Fontys: Help mee in onderzoek  
naar ouderonderwijs!

Column door Mark van  
Roosmalen

Liever Thuis Beurs van 24 t/m 26  
november 2016

## Voor WMO voorzieningen kunt u terecht bij WIJEindhoven

Vanwege een beperking, chronische ziekte of ouderdom is het denkbaar dat u of iemand die u kent bepaalde zaken niet meer alleen kan. U heeft hulpmiddelen of ondersteuning nodig. We willen er graag voor zorgen dat mensen zo lang mogelijk thuis kunnen blijven wonen. Daarom kunt u zorg en/of ondersteuning aanvragen op basis van de Wet maatschappelijke ondersteuning (WMO). U kunt op basis van deze wet ook bijvoorbeeld beschermd wonen aanvragen, dagbesteding of een kortdurend verblijf in een zorginstelling.

Wilt u de mogelijkheden bespreken, neem dan contact op met een medewerker van WIJEindhoven, bereikbaar via (040) 238 8998 of per mail: [info@WIJEindhoven.nl](mailto:info@WIJEindhoven.nl).

### Een aantal voorzieningen op een rijtje:

#### Hulp bij huishouden

Bijvoorbeeld schoonmaakwerkzaamheden, boodschappen doen, wassen, eten koken en het organiseren van het huishouden.

#### Woonvoorzieningen

Aanpassingen in uw woning als een traplift, toiletstoel, badplank of tillift. Ook het verbreden van deuren en verwijderen van drempels vallen onder 'voorziening voor wonen'.

Is het medisch noodzakelijk dat u verhuist naar een aangepaste woning? Dan kunt u in aanmerking komen voor een vergoeding voor de verhuiskosten.

#### Vervoersvoorzieningen

Hieronder vallen diensten als de aanpassingen in uw eigen auto, taxivervoer of Taxbus. De Taxbus is groepsvervoer voor mensen die niet in staat zijn gebruik te maken van het openbaar vervoer. De chauffeur haalt u bij de deur op en helpt u in- en uitstappen. Uw rolstoel of scootmobiel kan met u mee.

#### Verplaatsmiddelen

Bijvoorbeeld een driewiel fiets, buggy, wandelwagen, handbewogen of een elektrische rolstoel. Hebt u maximaal zes maanden een rolstoel nodig? Dan kunt u die lenen bij een thuiszorgwinkel.

Heeft u een verklaring van uw arts of therapeut voor langer dan zes maanden? [Vraag dan uw rolstoel digitaal aan bij de gemeente.](#)

#### Ondersteuning en begeleiding thuis

Denk hierbij aan ondersteuning bij praktische zaken, zoals boodschappen doen, postafhandeling, apparaten bedienen, medicatie innemen. Maar ook ondersteuning bij het leren zelf de regie te houden: maken van dag- of weekplanning, daginvulling en ondersteuning bij het regelen van en praten over een ingrijpende gebeurtenis, zoals een verhuizing of een behandeling.

#### Persoonlijke verzorging vanuit de WMO

Deze zorg is er zodat mensen langer zelfstandig thuis kunnen blijven wonen. Het gaat in dat geval om begeleiding/ondersteuning bij gewone handelingen in het dagelijkse leven. Zoals hulp bij het in en uit bed komen, aan- en uitkleden, bewegen, zitten/opstaan, wassen/douchen, toiletbezoek, eten/drinken, medicijnen innemen, ontspanning en sociaal contact.

LET OP! Er is ook persoonlijke verzorging en verpleging die voorkomt uit geneeskundige/medische zorg. De zorg dus om 'beter te worden'. Deze zorg wordt sinds 2015 vergoed door uw zorgverzekeraar.

## Ondersteuning bij contact met WIJEindhoven



Heeft u een vraag aan of een afspraak met WIJEindhoven? En kan een familielid of vriend u hier niet in bijstaan? Dan kan een onafhankelijk ondersteuner samen met u het gesprek met WIJEindhoven aangaan. Als u met een hulpvraag bij WIJEindhoven aanklopt, hebt u namelijk recht op cliëntondersteuning, onafhankelijk en zonder kosten voor u.

De generalisten van het WIJteam in uw wijk zijn er om ervoor te zorgen dat u de ondersteuning krijgt die het best bij u past. Natuurlijk mag een familielid of bekende op wie u vertrouwt aanwezig zijn bij een gesprek met WIJEindhoven. Of u helpen bij het invullen van formulieren. Het kan ook zijn dat u zich sterker voelt staan met een onafhankelijk persoon naast u, iemand die op een bepaald gebied veel kennis in huis heeft.

Een overzicht van onafhankelijke cliëntondersteuners vindt u in de folder, die we als bijlage bij deze nieuwsbrief aan u toegestuurd hebben. U vindt de folder ook op de website van OVO via [www.ovoeindhoven.nl](http://www.ovoeindhoven.nl), onder 'OVO Nieuws'.

U kunt direct contact opnemen met de onafhankelijke cliëntondersteuner van uw keuze. De folder is samengesteld door de Cliëntenraad Sociale Zaken, de SW-raad GRWRE/Ergon en de Participatiecommissie Welzijn, Wonen en Zorg.

Meer informatie:

Voor vragen over onafhankelijke cliëntondersteuning neemt u contact op met WIJEindhoven T 040 – 238 89 98 of E [info@WIJEindhoven.nl](mailto:info@WIJEindhoven.nl)

Of via OVO: T 040-2573832 of E [info@ovoeindhoven.nl](mailto:info@ovoeindhoven.nl) en [www.ovoeindhoven.nl](http://www.ovoeindhoven.nl)

## Digitalisering

De wereld digitaliseert. Steeds meer organisaties digitaliseren hun dienstverlening. En dat geldt ook voor de Overheid en de Belastingdienst. Een prima ontwikkeling. Echter, veel ouderen zijn niet of nog niet thuis op de computer en op het internet. Herkent u dit zelf of in uw omgeving? Heeft u of iemand uit uw omgeving behoefte aan ondersteuning bij het gebruik van een tablet, laptop of smartphone? Zou u een training of cursus willen volgen om (beter) te leren omgaan met een tablet, laptop of smartphone? En waar zou u of iemand uit uw omgeving deze training of cursus dan willen volgen? OVO is benieuwd naar uw ervaring en behoefte. Laat het ons weten via T 040-2573832 of E [info@ovoeindhoven.nl](mailto:info@ovoeindhoven.nl).

**ZATERDAG 15 OKT. 2016**

**10.30 tot 16.00**

SPORT en GEZONDHEID

SPORTHAL GENDERBEEMD

Sterkenburg 616 Eindhoven

**Info markt en marktplein** met zitjes

Alles over gezond zijn en blijven door:

Goede voeding

Zelf sporten

Actief zijn/blijven

Diverse **DEMONSTRATIES** o.a.:

- Line dance groep Bronco riders
- Volksdansen
- Voetbal, Old Stars 60+
- Denksporten PVGE, enz.

Opening door Burgemeester/wethouder

Gratis, Vrijwillige bijdrage wordt op prijs gesteld.

## Aanvullende informatie van de organisatoren van deze activiteit

Als stichting Senioren Overleg Gestel onderschrijven wij het beleid van onze overheid (gemeente) dat senioren zo lang mogelijk zelfstandig moeten blijven wonen. Naast de vele kleinere activiteiten is er dit jaar voor gekozen een speciale dag te organiseren met als thema Sport, goede voeding, actief zijn/blijven. Op zaterdag 15 oktober wordt de sporthal voor een deel omgetoverd tot een gezellige markt met plein, waar in de marktkraampjes informatie wordt gegeven door o.a.: GGD, Vitalis Fysiotherapie, KBO, PVGE, ZuidZorg. Ook kan men bloeddruk, vetgehalte e.d. laten meten. Op het plein met zitjes kunnen mensen elkaar ontmoeten en genieten van een drankje of gezond hapje.

In het tweede deel van de hal worden doorlopend meerdere sporten gedemonstreerd en kan iedereen zelf actief meedoen. Naast voetbal, koersbal, volksdans en linedance kan men ook deelnemen aan hot-yoga en Nordic Walking. Tevens wordt hier door meerdere sprekers nader ingegaan op zaken als valpreventie en fysiotherapie. Ook zijn er enkele workshops denksporten. De bezoekers ontvangen bij binnenkomst een genummerde kaart en aan hen wordt gevraagd aan het nummer dat correspondeert met de kraam een cijfer (van 1 tot 10) toe te kennen dat de waarde van de informatie van die kraam volgens hem/haar is.

In sporthal Genderbeemd zijn senioren van 10.00 uur tot 16.00 uur welkom, waarbij de opening om 10.30 uur wordt verricht door onze nieuwe burgemeester of een van de wethouders.

De entree voor deze dag is gratis, maar wel wordt bij het verlaten een vrijwillige bijdrage op prijs gesteld.

## Help studenten door samen diensten en producten te ontwikkelen



### Help mee in onderzoek naar ouderenonderwijs

Zou u graag nog verder willen leren? U persoonlijk willen ontwikkelen of u willen verdiepen in specifieke onderwerpen? Zou u mee willen praten over de manier waarop Fontys Hogescholen hier invulling aan zou kunnen geven?

Op de Fontysopleiding Toegepaste Gerontologie werken studenten samen met oudere mensen en andere belanghebbenden om diensten te ontwikkelen en te realiseren die aansluiten bij vragen van oudere mensen of vraagstukken die horen bij een ouder wordende samenleving. Dat proces van samenwerken heet co-creatie. In het kader van mijn afstudeeronderzoek wil ik samen met u op zoek gaan naar de vraag of er behoefte is aan ouderenonderwijs en waar dat aan zou moeten voldoen. Waarbij ik mij in mijn onderzoek richt op ouderenonderwijs op HBO niveau met onder andere thema's als veroudering en het organiseren van diensten.

Lijkt het u leuk om mij te helpen bij het uitvoeren van mijn onderzoek en kritisch mee te denken over de invulling van toepassingsgericht HBO onderwijs voor ouderen? Schrijf u dan snel in, **uiterlijk 21 oktober 2016**.

De groepsgesprekken vinden plaats in Eindhoven op:

- **Dinsdag 22 november van 13.30 uur tot 15.30 uur**
- **Dinsdag 29 november van 13.30 uur tot 15.30 uur**

U kunt zich inschrijven door uw contactgegevens per e-mail te sturen naar [y.kooijmans@fontys.nl](mailto:y.kooijmans@fontys.nl). Heeft u een vraag over mijn onderzoek, deelname aan de groepsgesprekken of wilt u meer informatie? Neem dan contact op met mij via 06-51931501 of bovenstaand e-mailadres.

Vriendelijke groet, Yolanda Kooijmans

## VERLIEFD

Hij is 75 en vijf jaar geleden stierf zijn vrouw. Zijn kinderen vinden dat hij het goed doet en langzaam ebt hun bezorgdheid weg. Hun vader redt zich wel. Hij mist zijn vrouw verschrikkelijk maar gaat niet bij de pakken neerzitten. Hij is gezond, blijft in zijn huis wonen en neemt de tijd om te wennen aan het verlies. De mensen richten hun aandacht weer op de actualiteit om hen heen en sneller dan hij zich voor kan stellen gaat het leven inderdaad weer door. Bij zijn kinderen en enkele goede vrienden kan hij zijn hart luchten.

Dan wordt hij, vijf jaar later, verliefd op een jong ding van 68. Het is hem gegund. Dat zeggen mensen dan, 'ik gun het hem echt!' Kennelijk is dat niet vanzelfsprekend.

De twee doen het kalm aan maar na een half jaar is het nog steeds niet over. Dan zet hij een stap. Ze gaan samen drie weken op vakantie naar Egypte. Niks groepsreis, maar met z'n tweetjes.

Voor het eerst is hij zo lang samen met haar. Hij is zenuwachtig. Denkt er op het laatst nog aan de varen in de badkuip te zetten en vertrekt met zijn Cleopatra naar de piramiden.

48 Uur later druipt het water door de voorgevel van zijn huis naar buiten. De goudvissen zwemmen in de huiskamer achter het dubbel glas. De burens bellen politie en brandweer. Die trekken de stop uit het huis.

"Nee," zegt de verzekeringsman tegen de toegesnelde familie, "die vloerbedekkingen, bankstel, gebladderde plafonds en beschimmelde kleding betalen we niet als uw vader de badkraan open heeft laten staan. Eigen schuld."

Ze zijn terug uit Egypte. Weten van niets. De kinderen wilden hun idyllische vakantie niet bederven. Van alle kanten krijgt hij ingefluisterd dat hij moet zeggen dat zijn vriendinnetje zo stom is geweest die badkraan open te laten staan, dat h`a`ar verzekering dan de kosten betaalt.

Hij hoort het aan, glimlacht een beetje verdrietig, recht de rug en weigert zijn lief aansprakelijk te stellen voor wat hij zelf aangericht heeft. Iedereen verklaart hem voor gek, maar zij kijkt hem stralend aan. Met zo'n man ga je nog een paar leuke jaartjes tegemoet. Dat bankstel vond ze toch al niks. En die varen komt er wel weer bovenop.

### Comfortabel en slim wonen, ontdek het in Eindhoven!

Drie dagen lang zullen duizenden bezoekers zich laten informeren en inspireren over de slimste, handigste en makkelijkste producten en diensten die het woongemak en leefcomfort verhogen. Van 24 t/m 26 november 2016 vindt namelijk de liever thuis! beurs plaats in het Beursgebouw te Eindhoven.

Op liever thuis! vindt u van alles over lekker eten en gezond leven, heerlijk slapen en comfortabel zitten en het veilig en slimmer maken van uw woning. Ook maakt u kennis met een groot aantal ondersteunende diensten die zaken als de administratie, het huishouden of de boodschappen doen een stuk makkelijker maken. Naast alle informatie en adviezen die u krijgt van de exposanten, kunt u ook van alles doen en valt er veel te beleven op de liever thuis! beurs. Zo kunt u scootmobiels en elektrische fietsen testen en zijn er diverse leuke workshops en activiteiten waaraan u gratis kunt deelnemen. Reden genoeg dus om de liever thuis! beurs te bezoeken.

#### Gratis toegang

Wij kunnen u hierbij de mogelijkheid bieden om gratis een bezoek te brengen aan de liever thuis! beurs. Daarvoor kunt u gratis toegangskarten verkrijgen via OVO 040-2573832 of vraag online een gratis kaartje aan via: [www.lieverthuis.info/gratis-toegang](http://www.lieverthuis.info/gratis-toegang)

#### Extra evenement LEEF!

Dit jaar wordt voor het eerst ook het evenement LEEF! georganiseerd naast liever thuis! U kunt met één toegangsbewijs beide evenementen bezoeken. LEEF! is een lifestyle evenement waarop u producten en diensten kunt ontdekken op het gebied van wonen, vrije tijd, gezondheid en relaties. Denk bijvoorbeeld aan gezonde voeding, mode en traprenovatie maar ook kunt u kennis maken met slimme producten zoals een robomop.

Informatie: donderdag 24 t/m zaterdag 26 november 2016  
Beursgebouw Eindhoven, Lardinoisstraat 8, Eindhoven

Openingstijden: de beurs is dagelijks geopend van 10:00 - 17:00 uur

Kijk voor meer informatie op: [www.lieverthuis.info](http://www.lieverthuis.info)

**liever thuis! helpt u op weg naar een comfortabel en plezierig thuis: voor nu én later!**