

-Het Koppelteken-

Digitale nieuwsbrief van Welzijn Ouderen Grave

Editie 2024 / nummer 35 - 08 maart 2024

Het was geweldig! Woordje van de voorzitter

Afgelopen 24 februari vierden we het 5-jarig bestaan van Welzijn Ouderen Grave. We organiseerden samen met onze samenwerkingspartners een succesvol 55+ Festival in Catharinahof. Er waren diverse stands met informatie en een centrale ontmoetingsplek. Het festival stond in het teken van 'Ontspannen, ontdekken, ontmoeten'.



Een team van ongeveer 35 personen, bestaande uit vrijwilligers van Welzijn Ouderen Grave en standhouders van partijen waar de stichting mee samenwerkt, leidde alles in goede banen. Hulde aan hen en een 'dankjewel'. Er kwamen dik 300 bezoekers op het 55+ Festival af. Een mooie opkomst. Wat mij opviel was dat het publiek heel oprecht geïnteresseerd was in de aangeboden informatie en diensten. Er werden gericht vragen gesteld. We hebben mooie reacties mogen ontvangen en waardering hoe wij ons werk uitvoeren. Een compliment aan ons allen!

In de avond hadden we een gezellige vrijwilligersbijeenkomst in De Brouwketel in Escharen. Met optredens van de Thompson Bridge Band en zanger Davide. Prachtig!

Deze succesvolle dag was niet mogelijk geweest zonder de inzet van het organisatieteam. Zij waren maanden bezig om alles voor te bereiden. Ik wil hen speciaal vermelden: Anne-Rieke Jans, Patrick Theunissen, Marga van Heesch, Nel Beijer, Jetty Janssen en Anja van Kempen. Dit team zorgde dat alles geslaagd was! Super bedankt voor jullie inzet!

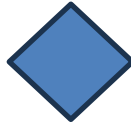
Roland Eijbersen
Voorzitter van Welzijn Ouderen Grave



Zomaar een reactie... ontvangen tijdens het 55+ Festival

"Ik wil jullie complimenteren met het werk wat jullie voor de ouderen uitvoeren.

Jullie doen dat heel netjes en met grote zorg. Dat wilde ik even zeggen."



(1) Impressie van het 55+ Festival op 24 februari



De ingang van de Theaterzaal van Catharinahof. Feestelijke ballonnen en een nieuwe banner.

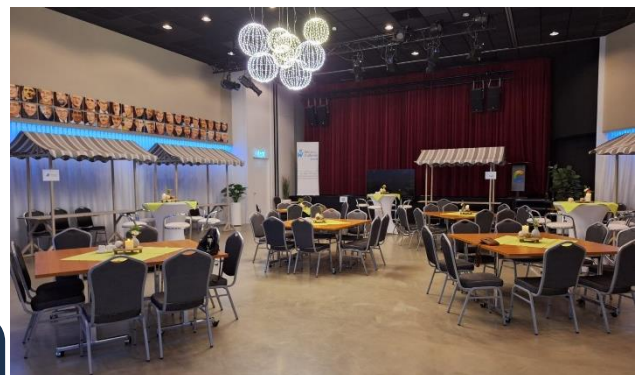


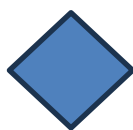
De kraam van Welzijn Ouderen Grave is ingericht en klaar voor de bezoekers.



Pim Verbeeten (fietswinkel Grave) had mooie modellen fietsen meegenomen.

De avond van tevoren is alles klaargezet in de zaal.





(2) Impressie van de vrijwilligersbijeenkomst op 24 februari



De zaal zat gezellig vol en het personeel van 'De Brouwketel' had een heerlijk lopend buffet klaargemaakt.



Marion Hulsebosch, de 'kersverse' voorzitter van Welzijn Ouderen Land van Cuijk, sprak de aanwezigen toe en wees op het belang van dit soort vrijwilligerswerk.



*Boven: het organisatie team van 24 februari.
Links: de voorzitter spreekt het organisatie team toe en bedankt hen voor de inzet.*



'Magische Lezing' op 17 april: Nooit te oud om te leren



Al jaren verzorgt Gerard du Buf als Magisch Spreker lezingen voor verschillende doelgroepen. Zijn Magische Lezing 'Nooit te oud om te leren' is gericht op 55+'ers, mensen met het vrije leven voor zich! De combinatie van NLP Trainer (Neurolinguïstisch Programmeren), Goochelaar en Gerards persoonlijke anekdotes zorgen voor een lezing die iedereen kan inspireren.

Gerard: *"Ook wanneer je de vijftig voorbij bent, kun je jezelf blijven*

uitdagen. Om gelukkiger te worden! Wij willen allemaal van het leven genieten.

 **Magisch Spreker**
Leren Lachen Verwonderen

Ook wanneer we een dagje ouder worden. Toch lukt dat lang niet altijd, helaas. Ik geef je tips om ook van deze periode alle vruchten te plukken. Je leeft niet in het verleden - maar vandaag."

Deze lezing zal bezoekers verwonderen, maar ook tips en trucs geven om als je wat ouder bent, maximaal levensgeluk te blijven zien. Hoe ouder, hoe leuker we worden!

Op woensdagavond 17 april komt Gerard du Buf naar Grave en neemt u mee in een ontzettend leuke lezing over ouder én gelukkiger worden, waarbij u uzelf zult verwonderen. De lezing vindt plaats in wijkgebouw 'De Esterade' in Grave en start om 19 uur. Inloop met een koffie/thee vanaf 18.30 uur. In de pauze krijgt u een drankje aangeboden. Eindtijd is voorzien op 21.00 uur.

Toegang voor deze lezing is gratis. Iedereen van 55 jaar en ouder is welkom!

Aanmelden is gewenst i.v.m. beperkte aantal plekken en kan t/m 10 april.

Lijkt u deze lezing interessant?

Meld u dan nu aan door contact op te nemen met Welzijn Ouderen Grave.

Van dinsdag t/m vrijdag zijn wij telefonisch bereikbaar op 0486-729004 of kom langs op de Rogstraat 22 te Grave.

Een e-mail sturen kan ook: info@welzijnouderengrave.nl

Hulp voor ouderen bij aangifte **INKOMSTENBELASTING**

Heeft u hulp nodig bij het indienen van de aangifte inkomstenbelasting?

Vanaf 1 maart t/m 31 mei kunt u weer gebruik maken van de hulp van Welzijn Ouderen Grave om de aangifte inkomstenbelasting 2023 samen met u in te vullen.

Welzijn Ouderen Grave beschikt over een team van ervaren deskundigen die op basis van vertrouwen en vriendelijkheid u ondersteunen bij het digitaal indienen van deze aangifte.

Ook werken wij daarbij samen met Senioren KBO Grave.

U komt in aanmerking voor onze hulp

als u voldoet aan alle onderstaande voorwaarden:

- ✓ U bent minimaal 55 jaar oud.
- ✓ U woont in Grave, Escharen, Velp of Gassel.
- ✓ U kunt niet zelfstandig uw aangifte invullen of uw netwerk (familie of vrienden etc.) kan u daar niet bij helpen.
- ✓ Uw bruto jaarinkomen (AOW en pensioen in box 1) is:
alleenstaand lager dan 42.241 Euro of samenwonenden lager dan 54.350 Euro.
- ✓ U heeft geen complexe zaken in uw aangifte, zoals een eigen zaak of bijzondere bezittingen
- ✓ Vermogen mag niet meer zijn dan de belastingvrijstelling: voor alleenstaande 57.000 Euro en voor samenwonenden 114.000 Euro.



Voldoet u aan alle bovenstaande voorwaarden? Dan kunt u contact opnemen met Welzijn Ouderen Grave. Van dinsdag t/m vrijdag zijn wij telefonisch bereikbaar op 0486-729004 of kom langs op de Rogstraat 22 in Grave. Een e-mail sturen kan ook: info@welzijnouderengrave.nl

Wij maken vervolgens graag een afspraak met u en een vrijwilliger komt op de afgestemde datum en tijd bij u aan huis.

Wij vragen een kleine vergoeding: geordend met voorwerk door de oudere: 12 Euro.

Ongeordend met geen voorwerk door de oudere: 25 euro (waarbij onze vrijwilligers dus de administratie helemaal moeten uitzoeken).



'Protocol vertrouwenspersoon' treedt in werking

Wij hechten als Welzijn Ouderen Grave groot belang aan een veilige organisatie. Want onze vrijwilligers werken met ouderen en mantelzorgers. Soms gaat het om kwetsbare mensen. Misbruik of andere vormen van grensoverschrijdend gedrag, in de vorm van fysiek of geestelijke misbruik, financieel of andere ontoelaatbare handelingen en contacten, zijn ontoelaatbaar.



In de bestuursvergadering van 22 februari jl. heeft het bestuur het Protocol Vertrouwenspersoon goedgekeurd. Dit protocol is toegevoegd aan onze website.

Het bestuur informeert u hierbij dat mevrouw Lia Peters uit Grave voor een periode van twee jaar benoemd is in de rol van vertrouwenspersoon bij Welzijn Ouderen Grave.

Zij is te bereiken via het e-mail adres:
wog.vertrouwenspersoon@gmail.com

Lia is gemandateerd om bij meldingen onafhankelijk een feitenonderzoek uit te voeren en met aanbevelingen te komen. Bij strafbare feiten zal de lijn zijn dat het bestuur altijd overgaat tot aangifte.

- Het Koppelteken - Nieuwsbrief van Welzijn Ouderen

Op onze website is meer informatie te vinden, zie link:

[https://www.welzijnouderengrave.nl/images/pdf/240222%20Protocol%20vertrouwensp
ersoon%20WOG.pdf](https://www.welzijnouderengrave.nl/images/pdf/240222%20Protocol%20vertrouwensp
ersoon%20WOG.pdf)



Mantelzorg overkomt je, maar hoe blijf je zelf in balans?

Op woensdag 3 april aanstaande start de ondersteuningscursus 'De Zorg de baas' in Boxmeer. Het Mantelzorg- en Vrijwilligersplein organiseert deze in samenwerking met MEE. De cursus is geschikt voor mantelzorgers binnen het Land van Cuijk die langdurig zorgen voor een kind, partner, ouder of vriend(in).

Mantelzorg overkomt je en het kan voorkomen dat uiteindelijk de zorg voor een ander op de eerste plaats komt. Ook al verschilt de hoeveelheid zorg per situatie, wanneer het langdurig en intensief is, merk je dat het steeds meer van je vraagt. De aandacht en hulpverlening zijn meestal gericht op diegene die zorg nodig heeft, maar in deze cursus sta jij, de mantelzorg, centraal. Hoe houd je de regie over je eigen leven en kun je de zorg met voldoening blijven volhouden? Tijdens deze cursus leer je hoe je de balans (weer) vindt tussen zorgen voor een ander en voor jezelf.

Tijdens de cursus werken we met een informatieve cursusmap. Ook is er ruimte voor het uitwisselen van ervaringen. De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Gevoelens (h)erkennen en grenzen leren aangeven
- Stress en ontspanning
- Kwaliteiten benutten
- Hulp en steun vragen
- Communicatie en assertiviteit

De cursus bestaat uit vijf bijeenkomsten van 2 uur en één terugkombijeenkomst. Er zijn geen kosten verbonden aan deze cursus. De bijeenkomsten zijn van 10:00 tot 12:00 uur en vinden plaats op De Raetsingel 5 in Boxmeer (hoofdkantoor Sociom).



Aanmelden is verplicht en kan tot woensdag 13 maart 2024. Voor meer informatie kun je terecht bij het Mantelzorg- en Vrijwilligersplein. Bel naar 0485-700500 of stuur een e-mail: mvplein@sociom.nl.

Geld maakt niet gelukkig, zegt het spreekwoord, maar zorgen over geldzaken kunnen er zeker voor zorgen dat jij je minder gelukkig voelt. BiblioPlus organiseert daarom een informatiemiddag rondom geldzaken. Samen met Sociom, de Rabobank en de gemeente Land van Cuijk, geven we je tips & tricks die jou helpen je zekerder te voelen over je financiën. Verwacht een informatieve en gezellige middag met sprekers en een informatiemarkt.

Meld je gratis aan

Zorg dat je erbij bent en laat ons weten dat je erbij bent. Dit kan aan de balie van één van de bibliotheekvestigingen, via biblioplus.nl/agenda of telefonisch via 0485-312566 (Huis van Cuijk). Iedereen die zich vooraf aanmeldt, krijgt na afloop een leuke goodiebag mee!

Mede mogelijk gemaakt door:



Programma Gelukkig met je geld middag

📅 do 21 mrt | 14.00 - 17.00 uur 📍 Huis van Cuijk

- 14.00 uur Inloop & informatiemarkt
- 14.30 uur Opening en welkom door Wilma Lems van BiblioPlus
- 14.35 uur Veilig Bankieren, door Marianna Verweijen-Hendriks van de Rabobank
- 15.05 uur *Poen, poen, poen, poen*: muzikaal en poëtisch intermezzo, door Ans van Kessel en Mia Dekkers
- 15.20 uur Pauze & Informatiemarkt
- 15.40 uur Toeslagen en aftrekbare zorgkosten, door Aysel Tekyatan, sociaal raadslid bij Sociom
- 16.10 uur *Poen, poen, poen, poen*: muzikaal en poëtisch intermezzo, door Ans van Kessel en Mia Dekkers
- 16.30 uur Uitleg aanbod BiblioPlus: Informatiepunt, cursussen en workshops, door Ellen van de Brand van BiblioPlus
- 16.45 uur Informatiemarkt



Aan het woord! Vrijwilliger Paul Schreurs

In deze rubriek van onze nieuwsbrief zoomen we in op één van de vrijwilligers die voor onze stichting actief is. Deze keer is dat Paul Schreurs.

Hallo allemaal,

Ik ben blij dat ik me even via deze nieuwsbrief aan jullie kan voorstellen.

Mijn naam is Paul Schreurs, ben 67 jaar oud en ben sinds kort binnen de Stichting Welzijn Ouderen Grave de nieuwe collega-vrijwilliger van Toon van den Berg bij Graag Gedaan. Samen leggen wij de contacten met de vrijwilligers van Graag Gedaan op basis van de specifieke vragen/wensen van onze cliënten.

- Het Koppelteken - Nieuwsbrief van Welzijn Ouderen



Meestal ben ik op kantoor van Welzijn Ouderen Grave in de even weken op donderdagochtend en in de oneven weken op de dinsdagochtend. Ik ben dan ook telefonisch bereikbaar.

Tijdens mijn werkzame leven heb ik het merendeel gewerkt in de Acute Zorg, denk daarbij aan de afdeling Spoedeisende Hulp. De laatste 10 jaar heb ik voornamelijk als klachtenbemiddelaar binnen de zorg gewerkt.

Alhoewel ik al sinds 1985 samen met mijn echtgenote in Grave woon, blijven de Limburgse roots (Venlo) toch wel kriebelen, zeker in de periode rond carnaval. Vastelaovend zoals ze dit in Limburg noemen. 😊

Onze drie kinderen zijn echter allen hier opgegroeid en hebben hier net als wij ook kunnen aarden. Inmiddels zijn wij ook een trotse opa en oma van ons eerste kleindochter,en de tweede is alweer op komst! 😊

Mijn hobby's nogal uiteenlopend, zo luister ik graag popmuziek en bezoek ik ook graag concerten. Verder houd ik van ENNIESSEE (wij hebben beiden al jaren een seizoenskaart) fietsen (e-biken), hengeltje uitwerpen, tuinieren, koken, biljarten in het Dorpshuus in Escharen, een beetje schaken, kaarten en bordspelletjes. Verder "klooi" ik beetje op mijn gitaar en ondanks de wekelijkse les die ik volg, zal het niet veel meer worden. Maar geniet ik met volle teugen ervan.

Vrijwilligerswerk is mij niet vreemd ben al meer dan 20 jaar met veel plezier vrijwilliger bij EGS'20, voorheen Estria.

Ik hoop van harte dat ik als vrijwilliger, samen met Toon, mensen kan samenbrengen, kan verbinden en kan behouden. Vrijwilligerswerk is hard nodig, wellicht nu meer dan ooit..... Hopelijk spreken of zien we elkaar binnenkort!





Ooproep: wie wil een gebruikte scootmobiel en/of traplift aankopen?

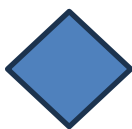
Een inwoner uit Grave heeft contact met ons opgenomen om via ons netwerk een gebruikte scootmobiel en een traplift aan te bieden.

Het is een degelijke en veilige scootmobiel bestaande uit 4 wielen en is in zeer goede staat (slechts 2,5 jaar oud). Er staat 700 kilometer op de teller. Het gaat om een Life en Mobility, type Mezzo. Nieuwprijs zou deze 3.950 euro kosten.

Daarnaast de informatie over de traplift:

Oto traplift, goed onderhouden, 3 jaar oud. Nieuwprijs 6.150 euro. Nu 1.000 euro. Zelf demonteren!

Heeft u interesse? Neem dan contact met ons op via info@welzijnouderengrave.nl
Wij brengen geïnteresseerden dan in contact met de aanbieder.



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.



- Leeftijdsdiscriminatie of noodzaak? Een discussie over rijvaardigheid bij ouderen bij het TV-programma Op1. In 2023 werden er 1.500 75-plussers van de weg gehaald omdat ze gevaarlijk rijden. Zij staan voor een keuze: het rijbewijs inleveren of een duur rijvaardigheidsonderzoek doen. En dat is leeftijdsdiscriminatie, vinden de ouderen en hun advocaten. Op1 bespreekt het met advocaat Bert Kabel, oud-verkeersofficier van justitie Koos Spee en met Joop Leemans, wiens rijbewijs ten onrechte werd ingetrokken.

<https://op1npo.nl/2024/02/21/bert-kabel-koos-spee-en-joop-leemans-over-rijvaardigheid-van-ouderen/>

- De Tweede Kamer heeft de voorgenomen bezuiniging op de ouderen- en

gehandicaptenzorg geschrapt. Het gaat hier om een bedrag van €193 miljoen op het Wlz-kader voor 2024.

<https://www.actiz.nl/kamer-draait-laatste-wlz-bezuinigingen-terug>



Wist u dat?

■ Ondanks alle drukke werkzaamheden heeft het bestuur ook nog tijd genomen om te werken aan de jaarrekening 2023 en begroting voor 2025. De jaarrekening 2023 laat een klein overschot zien. Dit zullen wij terugstorten naar de gemeente Land van Cuijk. Voor 2025 zetten we in op themabijeenkomsten. Via een aparte heidag zal het bestuur de stukken formaliseren en delen met de daarvoor bestemde gremia.

■ De groep vrijwilligers van de Belastinghulp heeft in februari met elkaar overleg gevoerd. Via advertenties in de Arena Lokaal, De Graeff en onze nieuwsbrief wordt bij ouderen onder de aandacht gebracht dat we deze faciliteit als Welzijn Ouderen Grave (onder voorwaarden) aanbieden.

■ In de maand januari telden wij 44 bezoekers en 70 telefoontjes in ons inlooppunt in de Rogstraat in Grave.

■ Langzaamaan zal het nieuwe logo van Welzijn Ouderen Grave steeds meer te zien zijn in onze communicatie uitingen. Dit logo is verbonden met de andere collega stichtingen binnen de gemeente.



■ **AANKONDIGING:** In samenwerking met Veilig Verkeer Nederland (VVN) biedt Welzijn Ouderen Grave een opfriscursus voor de scootmobiel aan. Deze cursus bestaat uit één middagdeel, met theorie en een praktijkgedeelte. Heel leerzaam! Er is plek voor 16 deelnemers. Deelname is gratis. Op donderdag 25 april tussen 13 en 16 uur vindt deze bijeenkomst plaats in de Theaterzaal van Catharinahof. Heeft u belangstelling hiervoor? Meldt u zich dan zo snel mogelijk aan bij Welzijn Ouderen Grave. Het is wel de bedoeling dat men bij opgave deelneemt en aanwezig is.

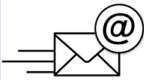


Post & bezoekadres:

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