

THUISBLIJVER

NUMMER 4 | DECEMBER 2018

**Plezierig thuis
blijven wonen in
Midden-Drenthe**

**Uit-
gelezen?
Geef 'm
door!**

Met o.a:

Reuring in Spectrum

**Nieuwe vervoersmiddelen
nieuwe gevaren?**

*Naar een geletterd en
digisterk Midden-Drenthe*

**Actium en Cosis
slaan handen
ineen in Smilde**


**WELZIJN WONEN ZORG=
VOORUITDENKEN**

LANG ZULT U WONEN!

Voor u ligt alweer de vierde editie van de Thuisblijver. Een tijdschrift met inspirerende verhalen v n en  ver inwoners van Midden-Drenthe. En hoe zij invulling geven aan langer plezierig thuis wonen. De provincie Drenthe is onlangs gestart met de campagne ‘Lang zult u wonen’. De campagne is bedoeld om inwoners bewust te maken van hoe ze hun huis kunnen aanpassen aan hun woonbehoefte. Ook als ze ouder worden of met een beperking te maken krijgen.

VERZILVERLENING

We zijn er best een beetje trots op dat we in Midden-Drenthe inmiddels de Verzilverlening kennen. Een lening waarbij de overwaarde van het koophuis gebruikt kan worden om aanpassingen in huis te doen. U leest hier verderop meer over.

Maar om langer plezierig thuis te kunnen blijven wonen is natuurlijk meer nodig dan een aangepast huis. Bijvoorbeeld dat u zich kunt redden in onze steeds digitaler wordende samenleving. En is er een ontmoetingsplek in de buurt waar u naartoe kunt voor een praatje of een kopje koffie? In deze Thuisblijver leest u een aantal mooie verhalen over hoe we dat soort zaken in Midden-Drenthe met elkaar geregeld hebben.

GEMEENTERAADSVERKIEZINGEN

In het voorjaar zijn er gemeenteraadsverkiezingen geweest. Dat betekent dat we een nieuwe gemeenteraad hebben gekregen. We hebben een aantal van die nieuwe raadsleden gevraagd op welke manier zij bezig zijn met vooruitdenken over langer plezierig thuis wonen.

GEZOND LEVEN MARKT

Aan het begin van de zomer hebben we in Westerbork een Gezond Leven Markt georganiseerd. Een markt met alles op het gebied van langer thuis wonen en een gezonde leefstijl. We hebben hele mooie inspirerende gesprekken met de bezoekers gevoerd. Een impressie van de markt treft u in deze Thuisblijver aan.

Namens alle partners van het Welzijn Wonen en Zorg samenwerkingsverband, wens ik u veel leesplezier en veel inspiratie!

Dennis Bouwman, wethouder



INHOUD



Reuring in Spectrum 3



Raadsleden over zelfstandig wonen 6



Actium en Cosis slaan handen ineen in Smilde 8



Leefstijlcoach Tips voor de decembermaand 11



Gezond Leven Markt 12



Nieuwe vervoersmiddelen, Nieuwe gevaren? 14



Geldzaken 16



Gewoon in de wijk 18



Hoe ga je om met een vermoeden van dementie? 20



Naar een geletterd en digisterk Midden-Drenthe 23

Het Wijkteam: goede samenwerking en hulp op maat 26

Reuring in Spectrum

Bij de entree merk je meteen dat je niet een stoffig bejaardenhuis binnenstapt, maar een sfeervol, gezellig woongebouw met een hotelachtige sfeer. Bezoekers krijgen een warm welkom van de gastheer of gastvrouw. Spectrum (voorheen De Wester Es) is van veel markten thuis. Je ziet het ook, hier is van alles te doen.

Op een zonnige ochtend in oktober tref ik in het restaurant een aantal dames die hier met regelmaat aanschuiven. Op dit moment komen ze om een hapje te eten, maar ook voor de koffie of activiteiten zijn zij hier vaak te vinden. Het is gezellig druk in het restaurant. Veel bewoners van Spectrum schuiven hier dagelijks aan. Met Aaltje Baumans (teamleider Welzijn in Spectrum) spreken we af om na het eten verder te praten met de dames. Ondertussen genieten ze van hun maaltijd en wij van een heerlijke lunch.

De dames Hoogeven, Vonk en van de Meeberg nemen echt even de tijd voor ons.

Reuring

We nemen plaats in de banken en fauteuils in de hal. De dames Hoogeven, Vonk en van de Meeberg nemen echt even de tijd voor ons. Mevrouw Hoogeven huurt sinds april dit jaar een appartement in Spectrum. Het was even wennen, maar achteraf ging het best vlot. “Ik was hier nog maar een dag toen ik al werd aangesproken op de gang. Vroeger hadden wij een slagerij in Hooghalen, daardoor heb ik best wat bekenden en aanspraak hier.”



Mevrouw Vonk woont sinds 2002 in het Markehuus, een appartementencomplex bij Spectrum. “Het nieuwe gebouw was wel even wennen, maar het ziet er echt prachtig uit. Ik merk vooral dat het drukker geworden is. Er is de hele dag reuring en dat brengt vanzelf gezelligheid met zich mee. Je moet het zelf ook wel een beetje leuk houden, een lolletje hoort erbij. Ik houd van muziek, dus ik ben hier regelmatig te vinden als er iets te doen is.”

Mevrouw van de Meeberg woont pas twee maanden in Spectrum. Vanuit het westen van het land is zij hier naartoe verhuisd om dichterbij haar familie te zijn. “Ik ben hier geweldig opgevangen en vind het erg

leuk om onder de mensen te zijn, al moet ik wel een beetje wennen aan de Drentse taal”, zegt ze lachend. “In de korte tijd dat ik hier ben, heb ik al best veel ondernomen. Bloemschikken, verschillende optredens, sjoelen en ik schuif regelmatig aan voor een kop koffie of het diner in het restaurant. Ik was altijd al graag onder de mensen, maar als je nog niemand kent, is het wel fijn dat de medewerkers en vrijwilligers je erbij betrekken, dan ga je er toch wat gemakkelijker naar toe.” Mevrouw van de Meeberg doet nog een spreekwoordelijke duit in het zakje: “Het leven is net een pijp kaneel, iedereen zuigt eraan en krijgt zijn deel.”

Warme en huiselijke sfeer

Wanneer ik Aaltje Baumans vraag waar ze trots op is in haar werk, komt als eerste de gastvrijheid en de ‘dorpse’ toegankelijkheid van Spectrum ter sprake. “Het is een nieuw gebouw, maar het heeft een warme en huiselijke sfeer. Iedereen voelt zich hier welkom en dat is ook wat we van familie en bezoekers horen. Bewoners van de omliggende appartementencomplexen en mensen uit de buurt lopen regelmatig even binnen voor een kopje koffie, een maaltijd of een activiteit. Ik vind het fijn dat we ook voor de buurt van toegevoegde waarde kunnen zijn.”

Aaltje is erg blij met alle vrijwilligers. “Ik ben trots op de trouwe inzet van de vele vrijwilligers. Zij begeleiden en ondersteunen, waardoor wij de activiteiten voor veel mensen mogelijk kunnen maken. Wij hebben gevarieerde activiteiten, een prachtig beweegprogramma en een elektrische bus die mensen van en naar Spectrum brengt. Verder zijn wij heel content met onze dagbesteding. Deze is niet alleen voor onze eigen bewoners, maar ook voor cliënten van buitenaf met een Wmo-indicatie. Er is veel behoefte aan, men voelt zich veilig en gehoord.”

Ondertussen schuift de schoondochter van mevrouw van de Meeberg aan. Wanneer zij haar niet in haar appartement aantreft, is er eigenlijk maar één plek waar ze te vinden is. Beneden, daar waar mensen zijn. De schoondochter is blij dat moeder zo dichtbij is komen wonen en is goed



te spreken over Spectrum en de wijze waarop haar schoonmoeder is opgevangen. “Ze wordt overal bij betrokken. Dat is erg fijn en geeft ons als familie een gerust gevoel. Dat ze zich zo vermaakt bij de verschillende activiteiten doet je goed.”

Op de fiets door Dwingeloo

Wanneer we het gesprek afronden, lopen we langs een tv-scherm met een stoel en daarvoor een paar trappers. Je kunt hier fietsen door de straten van een stad of dorp.

“Ze wordt overal bij betrokken dat is erg fijn”

Mevrouw Hoogeveen wil wel eens proberen hoe dat gaat. Na het kiezen van één van de vele plaatsen uit de lijst fietsen we even later met mevrouw Hoogeveen mee door Dwingeloo, waar haar ouders vroeger woonden. Voor hetzelfde geld hadden we

Een tv-scherm met een stoel en daarvoor een paar trappers. Je kunt hier fietsen door de straten van een stad of dorp.

door Rome kunnen fietsen of één van de andere plaatsen op de lijst. Het duurt niet lang voor we een paar lifters op de route meenemen, die net als wij genieten van de omgeving van Dwingeloo. De fietstocht komt tot een eind en is voor herhaling vatbaar, aldus mevrouw Hoogeveen.

Bij de Buren

Met het concept ‘Bij de Buren’ treedt Spectrum naar buiten. “We nodigen de buurt met dit concept uit om deel te nemen aan alle activiteiten en faciliteiten die deze woonzorglocatie biedt”, vertelt Aaltje Baumans. Iedereen is er welkom. Spectrum organiseert veel activiteiten en heeft een ‘dorpse’ toegankelijkheid. Op de website www.bijdeburen.nu vindt u allerlei informatie over het concept, zoals het activiteitenprogramma en het (dag)menu in het restaurant.

Wees welkom!

Wilt u zelf eens kijken wat Spectrum allemaal te bieden heeft? U bent van harte welkom!

Voor de lezers die iets verder van Spectrum wonen; de bus stopt voor de deur. En wanneer u binnen de bebouwde kom van Beilen woont, kunt u gebruik maken van de elektrische bus van Spectrum. Houd ons vooral in de gaten en graag tot binnenkort. Meer informatie over wonen en zorg vindt u op: www.zorggroepdrenthe.nl.



Niels Maagd,
Gemeentebelangen Smilde
Beilen Westerbork

“Veel eerbied voor grijze haren betekent ouders zo min mogelijk zorgen baren! Hiervoor zetten wij alles in en zorgen voor gelukkig langer thuis wonen in de breedste zin.”

Rudy Weima en
Liesbeth Visser-de Waard,
Groen Links

“Een goede buur(t) is beter dan een verre vriend, is nog steeds van toepassing. Vooral bij zo lang mogelijk thuis blijven wonen. We moeten daar met z'n allen dus aan blijven werken.”

Gemeenteraadsleden Midden-Drenthe over langer plezierig thuis wonen

Henk de Weerd, VVD

“Wij willen dat iedereen de zorg krijgt die bij hem of haar past. Veel mensen willen zo lang mogelijk zelfstandig wonen en leven, in hun eigen omgeving en met de ondersteuning die ze daarbij nodig hebben. Juist daarom is het belangrijk dat de gemeente zorg dichterbij mensen aanbiedt. Daarom steunen wij initiatieven voor zorg op kleine schaal.”

Ria Beukema-Bouman,
CDA

“Plezierig wonen kan ik alleen als ik zelf de regie heb. Een slimme oudere heeft zich al jong op de toekomst voorbereid.”

Henk Heideveld, ChristenUnie

“Ouderen betekenen veel voor onze samenleving. Ze hebben bijgedragen aan het functioneren van de samenleving zoals die nu is. Daarom verdienen ouderen aandacht en steun, juist in deze tijd. Veel ouderen functioneren prima en weten lang hun weg zelfstandig of met zelf georganiseerde hulp of netwerken te vinden. Wij hebben oog voor ouderen en zetten ons hiervoor in.”

Harma van der Roest,
D66

“Wie zich voorbereidt op de toekomst, bereidt zich voor om niet vergeten te worden.”

In maart van dit jaar kreeg Midden-Drenthe een nieuwe gemeenteraad. Hoe kijken de raadsleden aan tegen langer zelfstandig thuis wonen. Kijken zij zelf al vooruit naar hoe zij in de toekomst willen wonen? En wat kan je zelf doen en hoe kunnen we elkaar helpen?

Joop Kramer, PvdA

“Thuis kunnen blijven wonen met soms (wat kleine) ondersteuning is zo enorm belangrijk. De vertrouwde omgeving houden, waar je in je eigen tempo je dagelijkse dingen kan doen. Want moeten verhuizen – zeker op leeftijd – is weer een stapje terug en dus vergeet je de opluchting dat iemand toch op de eigen plek kan blijven nooit weer. Mooi dat we dat in Midden-Drenthe samen steeds vaker voor elkaar kunnen krijgen. Daar blijven we onverminderd voor gaan!”

Hetty Meijering – Kerssies,
Gemeentebelangen Midden-Drenthe

“Een lieve familie en fijne vrienden en buren om je heen. Die voor je klaar staan om je te helpen om onder andere boodschappen te halen, klusjes in en rond huis, verzorging en samen eten.”



Gea Veldmeijer (programmaleider wonen, zorg & leefbaarheid bij Actium) en Daphne Oortwijn (persoonlijk begeleidster bij Cosis Thuisondersteuning Midden-Drenthe)

Actium en Cosis slaan handen ineen in Smilde

Op weg naar zelfstandig wonen!



De tijden veranderen. Waar het vroeger vanzelfsprekend was dat mensen zo lang als ze wensten beschermd konden wonen, is dit nu niet meer het geval. Veel mensen wonen al lange tijd beschermd, terwijl ze wellicht met minder hulp net zo goed of beter af zouden zijn. Maar hoe doe je dat dan? De samenwerking tussen woningcorporatie Actium en zorgorganisatie Cosis in Smilde is hiervan een mooi voorbeeld.

In het hart van het dorp Smilde, op kleine afstand van alle voorzieningen en het bos, staat 't Beurtschip. Een modern wooncentrum met 84 appartementen voor senioren en 24 zorgappartementen voor dementerenden. Sinds februari 2017 stelt woningcorporatie Actium hier een 5-tal appartementen beschikbaar voor cliënten die begeleid worden door Cosis. Gea Veldmeijer (programmaleider wonen, zorg & leefbaarheid bij Actium) licht toe: “Actium wil een thuis bieden aan haar huurders, nu én in de toekomst. Met oog voor ieder mens. Dit willen we ook doen voor mensen die wat kwetsbaarder zijn.

Voor hen ontwikkelen we vormen van wonen en zorg. Rond woonvoorziening De Bolster in Smilde verhuren we al enkele woningen aan Cosis.” Daphne Oortwijn (persoonlijk begeleidster bij Cosis Thuisondersteuning Midden-Drenthe): “De mensen die hier wonen, krijgen begeleiding van Thuisondersteuning Midden-Drenthe. De bewoner kan zo nodig een beroep doen op woonlocatie de Bolster als achterwacht. De appartementen in 't Beurtschip zijn een mooie tussenvorm voor cliënten die minder begeleiding nodig hebben, maar voor wie de stap naar zelfstandig wonen nog te groot is.”

Koppeling wonen en zorg

Cosis huurt het appartement in 't Beurtschip van Actium. De bewoner koopt zorg in bij Cosis. De wijkconsulent van Actium kijkt samen met Cosis welke cliënt het beste past binnen de pilot en het meest geschikt is om er te komen wonen.

“Bewoners mogen hier maximaal twee jaar wonen. Daarna is het de bedoeling dat ze doorstromen naar



Cosis

Cosis helpt kwetsbare mensen met een verstandelijke en/of psychische beperking grip te krijgen op het leven. Samen maken we kleine stappen. Dit doen we in Groningen en Drenthe. Voor korte of langere tijd. Midden in de samenleving, dichtbij de mensen die we helpen.

Actium

16.000 huishoudens hebben op dit moment een thuis in onze woningen. Voor sommige huurders is een betaalbare woning alléén niet voldoende. Zij hebben extra ondersteuning nodig. Ook voor hen zijn wij er. We gaan met ze in gesprek en bieden bijvoorbeeld bijzondere woonvormen aan, of zoeken de samenwerking met maatschappelijke partners.

bijvoorbeeld zelfstandig wonen met ambulante begeleiding. Daarnaast hanteren we een leeftijdsgrens vanaf 45 jaar, anders ontbreekt de aansluiting met de mensen die hier wonen. En mocht de zorg stoppen, dan is de woning ook niet langer beschikbaar voor de bewoner. Wonen en zorg zijn op deze manier aan elkaar gekoppeld”, vertelt Gea.

Zelf koken

Tiny Flokstra was de eerste bewoner die gebruik heeft gemaakt van de mogelijkheid om te wonen in 't Beurtschip. En dat pakte goed uit voor haar. Tiny had moeite om haar huishouden goed te organiseren en haar huis met tuin was te groot voor haar alleen. “Gerard, mijn begeleider, zei toen dat hij een mooi plekje voor me had in 't Beurtschip. We zijn gaan kijken en ik vond het prachtig!”, vertelt Tiny enthousiast. In februari 2017 is ze dan ook verhuisd. Samen met haar begeleider werkte Tiny aan haar vaardigheden om in de toekomst zelfstandig te kunnen wonen. “Ik maakte altijd gebruik van maaltijden van de Bolster. We oefenden met koken en nu kan ik het zelf”, vertelt Tiny. Daphne licht toe: “Bij Cosis werken we met het gedachtegoed van Woonstart. We kijken naar alles wat we op het vlak van begeleiding

en training kunnen doen om cliënten te ondersteunen. En in het geval van Tiny te begeleiden we haar naar zelfstandig wonen. Het zelf leren koken, was bij haar één van deze doelen, evenals bijvoorbeeld de organisatie van haar huishouden en het op orde krijgen van de financiën.” Samen zijn ze hiermee aan de slag gegaan en dat heeft er toe geleid dat Tiny in september van dit jaar de volgende stap heeft gezegd. Ze is verhuisd naar een ander appartement van Actium in 't Beurtschip. Dit appartement huurt Tiny zelf en ze ontvangt daarbij ambulante ondersteuning vanuit Thuisondersteuning Midden-Drenthe van Cosis.

Sociale contacten

Gea: “Het heeft onze voorkeur dat mensen na deze tussenstap gaan wonen in de wijk, maar bij Tiny is ervoor gekozen om zelfstandig in het complex te gaan wonen.” Voor Tiny had dit het voordeel dat ze haar sociale contacten die ze hier inmiddels had opgebouwd, kon behouden. Tiny: “Mijn buurman waar ik eerst naast woonde, komt nog steeds bij mij langs. En op donderdag ga ik altijd naar het handwerken hier. Ik ben zo blij met mijn appartement. Ik hoop dat ik hier nooit meer weg hoef!”

Ik hoop dat ik hier nooit meer weg hoef!” Tiny



foto blz. 9 en 10:
Tiny Flokstra

Positief

Onlangs evalueerden de organisaties de samenwerking. Zowel Actium als Cosis zijn positief. Gea: “We kijken of we een dergelijke samenwerking ook in andere gemeenten kunnen opstarten. Dus wie weet, krijgt deze pilot een mooi vervolg.” Daphne: “Het mooie van deze vorm van wonen en zorg, is dat we met elkaar kijken naar wat de cliënt nodig heeft. We werken vraaggestuurd, dus vanuit de behoefte van de cliënt en we ondersteunen vanuit Cosis bij het herstelproces.”

De Leefstijlcoach adviseert

Tips voor de decembermaand



December. Voor de één een maand om naar uit te kijken, voor de ander een maand om als een berg tegenop te zien. Al ver van tevoren worden we om de oren geslagen met folders die vol staan met eten. Het aanbod is enorm, zeker in december. Het één wordt nog lekkerder en mooier gepresenteerd dan het andere. Zo liggen de pepernoten al vanaf eind augustus in de winkel en al op 6 december maken ze plaats voor al het Kerstlekkers.

Bent u gevoelig voor al die eetmomenten en verleidingen en wilt u dit graag anders? Pas dan deze tips toe.

Eten, eten en nog eens eten...

Maak kleinere porties en zet niet steeds eten op tafel. Want zien eten, doet eten. Doe dit liever op vaste momenten. Besteed vooral veel aandacht aan het lekker klaarmaken van groente en minder aan zoete producten. Kies als tussendoortje bijvoorbeeld voor een handjevol ongezoeten noten in plaats van chips of borrelnootjes. Hierdoor krijgt u goede vetten binnen en geen overdaad aan zout. En ook niet onbelangrijk; zorg dat u genoeg vocht binnenkrijgt. Ook tijdens de feestdagen heeft u ruim anderhalve liter vocht per

dag nodig om alles in uw lichaam beter te laten werken. Dit kan water zijn, bouillon, thee (zonder suiker), etc. Pas op met 'gewone' frisdranken en drink met mate vruchtensap. Hier zit namelijk veel suiker in.

Beweeg zoveel mogelijk

Een eind wandelen na het eten is goed voor uw spijsvertering, bloeddruk en bloedsuiker. Dit kan ervoor zorgen dat u zich na de feestdagen niet zo moe voelt en een minder onrustig en opgeblazen gevoel hebt. Houdt u van dansen en heeft u daar de gelegenheid voor? Dansen is een prima manier om te bewegen en heeft dezelfde gezondheidsvoordelen.

Eenzaamheid

Voor veel mensen is december geen gezellige maand en wordt eenzaamheid soms extra gevoeld. Alleen zijn is niet ongezond, eenzaam zijn wel. Zoek waar het kan mensen op. Doe vrijwilligerswerk of plaats een oproepje in bijvoorbeeld een verenigingsblad om samen met anderen iets te doen. U zult er versteld van staan hoeveel mensen met dezelfde gevoelens rondlopen.

Organiseer bijvoorbeeld een gezellige film- of knutselmiddag bij u thuis. Ook het ouderenfonds organiseert ieder jaar diverse ontmoetingsmogelijkheden in de decembermaand. Meer informatie vindt u op www.ouderenfonds.nl. Heeft u vragen of ideeën over ontmoetingsactiviteiten? Welzijnswerk Midden-Drenthe denkt ook graag met u mee.

Nat en glad decemberweer

December is niet alleen een maand van lichtjes en etentjes, maar soms ook van natte en gladde wegen. Voorkom dus kneuzingen en in ergere gevallen breuken. Gaat u eropuit? Zorg voor goede schoenen zonder gladde zolen. Fiets, wandel en rijd rustig. Is het echt geen weer om naar buiten te gaan? Dan kunt u altijd uw boodschappen bestellen en thuis laten brengen. Informeer bij uw supermarkt naar de mogelijkheden. En wordt het een witte Kerst, schroom dan niet om de burens om hulp te vragen bij het sneeuwruimen. Ze vinden dit vast geen bezwaar.

Maar het belangrijkste: vergeet vooral niet om zoveel mogelijk te genieten. Want ook dat is gezondheid!

Een kijkje op de Gezond Leven Markt



Op zaterdag 14 juli konden bezoekers onder andere ervaren hoe het is om oud(er) te worden, een gezonde smoothie in elkaar fietsen, een lesje yoga uitproberen, een ritje in de Plusbus maken of tot rust komen in de relaxte mindfulness stoel. Want we organiseerden de Gezond Leven Markt in Westerbork. Heeft u het gemist of kon u er niet bij zijn? Gelukkig hebben we dan hier nog een kleine sfeerimpressie van de dag.



Nieuwe vervoersmiddelen, Nieuwe gevaren?

Een inwoner uit Wijster ruikt thuis al enige tijd een brandlucht, maar kan in huis niets bijzonders vinden. Even later ziet hij dat er vlammen uit de schuur komen. De brandweer wordt gebeld en weet de brand gelukkig snel te blussen. De schade blijft beperkt; een geblakerde fiets en wat gesmolten materialen. Al snel is de bron van de brand gevonden. In de schuur staat een elektrische fiets gestald met de lithium-ion accu in één van de fietstassen. Hier moet de brand zijn ontstaan, want één van de accucellen is gebarsten of ontploft. De brand blijft beperkt tot de fiets, omdat de fietstas van brandvertragend materiaal is en er een houten plankje in de tas zit dat als een soort brandschot fungeert.

Wist u dat 16% van de Nederlanders een elektrische fiets heeft? Deze fiets zorgt voor een duwtje in de rug. Door middel van de trapondersteuning is fietsen ontspannend. Het is dan ook niet voor niets een populair vervoersmiddel onder mensen die langer zelfstandig willen blijven wonen.



Denk altijd aan uw eigen veiligheid.

De gassen die vrijkomen bij de ontbranding van een lithium-ion batterij zijn giftig. Adem deze dus niet in. Bel altijd 112 bij gevaar!

“Dit verhaal is niet echt gebeurd, maar de brandweer komt dit soort situaties steeds vaker tegen”, aldus Carry Seidel (medewerker Risicobeheersing Veiligheidsregio Drenthe). “Het gebruik van een elektrische fiets en andere apparaten met een lithium-ion batterij heeft gevolgen voor de brandveiligheid in en om uw huis. Met een paar eenvoudige maatregelen kunt u zelf zo’n brand voorkomen.”

Hoe veroorzaakt een lithium-ion batterij een brand?

Een lithium-ion batterij is een middel om energie in op te slaan en om chemische energie om te zetten in elektrische energie. Deze accu's onderscheiden zich door een hoge energiedichtheid en herlaadbaarheid. In steeds meer toepassingen komt u deze batterijen tegen, zoals telefoons, powerbanks, elektrische fietsen, scooters, maar ook bij bijvoorbeeld koptelefoons en elektrische tandenborstels. En dat zijn juist producten die we in huis hebben. Het ontbranden van een lithium-ion batterij kan verschillende oorzaken hebben, zoals een harde slag of stoot. Maar ook een interne (laad)fout kan de accu doen ontbranden.

Voorkom brand met deze tips!

- 1 Koop alleen apparaten, batterijen en opladers van gerenommeerde fabrikanten. Van veel producten, die goedkoop in het buitenland worden gekocht, is onduidelijk wat de kwaliteit is.
- 2 Volg de gebruiksaanwijzing van de fabrikant.
- 3 Laat apparaten afkoelen na langdurig of intensief gebruik.
- 4 Haal de stekker uit het stopcontact als de batterij/accu vol is.
- 5 Leg een batterij niet in het directe zonlicht.
- 6 Gebruik alleen de originele oplader die bij het apparaat geleverd wordt.
- 7 Laad een apparaat (of batterij) op in de buurt van een rookmelder en houd toezicht tijdens het laden. 's Nachts opladen raden we sterk af.
- 8 Heeft u uw apparaat of batterij laten vallen? Controleer deze dan op beschadigingen en vervang de beschadigde onderdelen onmiddellijk.

Geldzaken

Op 19 september organiseerde Senioren van nu Midden-Drenthe een informatie-middag over langer thuis wonen. Deze bijeenkomst vond plaats in het nieuwe ontmoetingscentrum van Welzijnswerk aan de Hofstraat in Beilen. Tijdens deze bijeenkomst kwamen allerlei financiële vragen voorbij. Zoals: 'Kan ik geld lenen om mijn woning aan te passen?' en 'Wanneer kom je in aanmerking voor een sociale huurwoning?'. In dit artikel bespreken we de meest gestelde vragen.



THEMA 1

Uw woning aanpassen

Heeft u besloten dat u in uw huidige woning wilt blijven wonen? Ook als u in de toekomst misschien minder goed kunt lopen of traplopen? Dan is het handig om nu alvast uw woning aan te passen. Zo bent u goed voorbereid.

• Ik woon in een huurwoning

Dan kunt u hiervoor contact opnemen met uw woningcorporatie. Woonservice en Actium bieden verschillende mogelijkheden om uw woning aan te passen, zodat u hier prettig kunt blijven wonen. Dit kan een extra trapleuning zijn, een hoger toilet of een beugel in de douche of het toilet.

• Ik woon in een koopwoning

Heeft u niet voldoende middelen om de aanpassingen aan uw woning te financieren? Dan zijn er verschillende mogelijkheden, zoals: De Verzilverlening, een [extra] hypotheek of de Wmo.

De Verzilverlening

De gemeente Midden-Drenthe biedt een lening aan voor het levensloopbestendig maken van uw woning. Deze lening heet De Verzilverlening. U kunt deze lening aanvragen voor bouwkundige en technische aanpassingen in uw woning, zodat u hier langer kunt blijven wonen. Bijvoorbeeld het uitbouwen van uw woning om beneden een badkamer en slaapkamer te maken. De lening begint met een bedrag van € 2.500,- en bedraagt maximaal € 40.000,-. En het voordeel is: u hoeft de rente pas af te lossen bij verkoop van de woning. Het is dus geen maandelijkse verhoging van uw lasten!

Voor wie is de Verzilverlening?

De lening is bedoeld voor senioren die hun woning willen aanpassen om langer thuis te kunnen blijven wonen, maar daar zelf niet de financiële middelen voor hebben. Met de Verzilverlening wordt de overwaarde van het koophuis gebruikt om de aanpassingen te kunnen doen. Aan de lening zijn een aantal voorwaarden verbonden. Zo is het noodzakelijk dat u in de gemeente Midden-Drenthe woont. En staat ingeschreven als hoofdbewoner op het adres waarvoor u de lening wilt aanvragen. Daarnaast gelden een aantal financiële voorwaarden. Meer informatie over De Verzilverlening en het aanvragen van de lening vindt u op www.middendrenthe.nl.

Hypotheek

Een andere mogelijkheid om de aanpassingen aan uw koopwoning te financieren, is met een hypotheek. Bij de aanvraag van een hypotheek speelt leeftijd geen rol meer. De bank kijkt naar uw inkomen en de overwaarde van het huis. Wat er precies mogelijk is, is afhankelijk van uw financiële situatie. Wilt u hier meer over weten? Neem dan contact op met uw bank of financieel adviseur, zij kunnen u precies vertellen wat voor u de mogelijkheden zijn.

Omdat u niet alles zelf kunt weten

THEMA 2

UW WONING AANPASSEN VANWEGE EEN BEPERKING

Is het nodig dat uw woning wordt aangepast vanwege een beperking? Dan kunt u een beroep doen op de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Een aanvraag doet u via het aanvraagformulier. Dit formulier vindt u op www.middendrenthe.nl. Op dit formulier omschrijft u uw situatie en het probleem waar u tegenaan loopt. Nadat u uw aanvraag heeft ingestuurd, krijgt u binnen 8 weken een reactie van de gemeente.

Heeft u hulp nodig bij het indienen van uw Wmo-aanvraag? Dan kunt u hiervoor bij Welzijnswerk Midden-Drenthe terecht. Bel 088 16 51 200 om een afspraak te maken. Het is goed om u te realiseren dat de Wmo niet gratis is. U betaalt hiervoor een eigen bijdrage. Deze bijdrage is afhankelijk van hoe hoog uw inkomen en vermogen is. Op de website van het CAK www.cak.nl vindt u een handige rekentool. Daarmee kunt u online berekenen hoe hoog uw eigen bijdrage ongeveer zal zijn.



THEMA 3

HULP NODIG IN EN RONDOM UW WONING?

Heeft u kleine klusjes in en rondom uw koopwoning? Dan kunt u gebruik maken van de klussendienst van Welzijnswerk Midden-Drenthe. De klussendienst bestaat uit vrijwilligers die u graag in en om uw huis helpen. Deze service is bestemd voor ouderen en mensen met een beperking. Het maakt niet uit of u in een huurwoning of koopwoning woont.

Wat kan de klussendienst voor mij doen?

- Een kraanleertje vervangen
- Een nieuw snoer aan een schemerlamp zetten
- Het tuinhekje repareren
- Een klemmende deur repareren
- Een schilderij ophangen
- Een fietsband plakken

Wat kost de klussendienst?

De eigen bijdrage is € 4,- voor maximaal twee uur. Voor een klus van meer dan twee uur is de eigen bijdrage € 6,-. De materialen die de klusjesman gebruikt, zijn voor uw eigen rekening. Wilt u meer informatie over de klussendienst? Dan kunt u terecht bij de locatie van Welzijnswerk bij u in de buurt.

Hulp nodig bij uw tuin?

Voor ondersteuning bij het onderhoud van uw tuin kunt u terecht bij een van de hoveniers in de gemeente Midden-Drenthe.

THEMA 4

VERHUIZEN NAAR EEN SENIOR-GESCHIKTE HUURWONING

Wilt u liever verhuizen naar een seniorgeschikte huurwoning? In de gemeente Midden-Drenthe verhuren verschillende partijen seniorenwoningen. Woningcorporaties Actium en Woonservice en zorgorganisaties. Daarnaast zijn er particuliere verhuurders die woningen verhuren.

Hoe huur ik een woning via een woningcorporatie?

De woningcorporaties Actium en Woonservice verhuren in de gemeente Midden-Drenthe seniorenwoningen. Op www.hurenvanactium.nl en www.woonservice.nl vindt u een overzicht van de appartementengebouwen en andere seniorenwoningen die zij verhuren. Om in aanmerking te komen voor een woning, schrijft u zich in als woningzoekende. De woningcorporaties zijn er alleen voor de lage inkomens. Dit betekent dat u alleen in aanmerking komt voor een huurwoning wanneer uw jaarinkomen lager is dan € 41.056,-.

Hoe huur ik een woning via een zorgorganisatie

Zorgorganisaties verhuren ook woningen. Voor sommige woningen komt u ook zonder zorgindicatie in aanmerking. Wilt u meer weten over de mogelijkheden om te huren van een zorgorganisatie? Neem dan contact op met de zorgorganisatie bij u in de buurt.

Ik wil een andere woning kopen. Hoe pak ik dit aan?

U kunt het beste contact opnemen met een makelaar. Een makelaar kan u informeren over het woningaanbod in Midden-Drenthe. Ook helpt de makelaar bij het vinden van een woning die past bij uw woonwensen en budget.

‘Gewoon’ in de wijk

Zelfstandig wonen met een beetje hulp

Wanneer we het hebben over langer thuis wonen, dan gaat het vaak over woningaanpassingen, in beweging blijven en allerlei voorzieningen die langer thuis blijven mogelijk maken. Maar langer thuis is meer. Het gaat ook over mensen die vanwege hun ziekte, lichamelijk of psychisch, wat extra ondersteuning nodig hebben om zelfstandig hun leven te leiden.

Stel er gebeurt iets, waardoor je leven compleet op z'n kop staat. En het lukt je niet om daar mee om te gaan. Je raakt in een depressie, krijgt psychoses en kunt niet meer functioneren. Het overkwam Tjersica ruim 13 jaar geleden. Ze ging in dagbehandeling bij de GGZ in Beilen en belandde uiteindelijk een jaar lang in de GGZ kliniek in Hoogeveen. Inmiddels heeft ze haar eigen huisje in een doodgewone straat en werkt ze een aantal dagdelen.

Depressie

Achttien jaar geleden werd Tjersica moeder van een prachtige dochter. Helaas bleek al vrij snel dat haar kindje ongeneeslijk ziek was en niet

lang zou leven. Door dit verdriet raakte Tjersica in een depressie. Voor de buitenwereld wist ze de schijn goed op te houden, maar van binnen voelde ze zich vreselijk ellendig. Een half jaar na het overlijden van haar dochter werd ze zwanger van haar tweede kindje. Een gezonde zoon. En het geluk leek weer aan haar kant te staan. Maar het verdriet naar haar dochter overheerste. En er was schuldgevoel, omdat ze zoveel liefde voelde voor haar zoon. Liefde die ze haar dochter niet had kunnen geven.

“Toen mijn zoon twee jaar was, ging het echt niet meer. Ik zat in een zware depressie en had psychoses. Als je dat hebt, dan leef je niet in de werkelijkheid. Je zit in een soort van

bubbel. Ik weet ook helemaal niet hoe lang deze periode geduurd heeft. Ik had geen enkel besef van tijd, geen besef van dag en nacht. Ik kon niet voor mezelf zorgen, laat staan voor mijn gezin. Ik lag op de bank of op bed en was compleet van de wereld.” Ze is toen gestart met dagbehandeling bij de GGZ in Beilen. Hoe ze daar terecht is gekomen, weet ze niet meer. “Dat heb ik helemaal niet bewust meegekregen”. Na een tijdje dagbehandeling werd ze opgenomen in de GGZ kliniek in Hoogeveen. “Daar heb ik een jaar gezeten. Het bleek dat ik naast depressies ook schizofrenie heb. Dat betekent dat ik allemaal stemmen hoor. Onaardige, boze stemmen die mij allerlei opdrachten geven. Achteraf heb ik al vanaf mijn

tiende schizofrenie. Toen merkte ik voor het eerst dat ik stemmen in mijn hoofd had. Maar ik stond daar niet bij stil, ik dacht dat iedereen dat had. Pas in Hoogeveen hoorde ik dat je daarmee geboren wordt.”

In de kliniek in Hoogeveen was Tjersica een jaar in behandeling voor haar depressies en schizofrenie. Overdag kreeg ze allerlei therapieën, en deed ze aan sport en creatieve bezigheden. “Een jaar klinkt heel lang, dat is ook zo. Bij mij was dat echt nodig om er bovenop te komen.”

Een vast ritme

Voor Tjersica zijn de dingen die voor de meeste mensen gewoon zijn, heel lastig. “Ik heb heel erg behoefte aan structuur en ritme, maar vind het moeilijk om daar zelf voor te zorgen.” Daarom krijgt ze een keer per week hulp van Cosis. Zo heeft ze een lijstje op de koelkast met werkzaamheden die ze dagelijks en wekelijks moet doen. Zoals afwassen, boodschappen doen, wassen, bed verschonen. “Dat lijstje heb ik echt nodig, anders weet ik niet wat ik moet doen.” Ook in haar weekindeling hanteert ze een vast ritme. Ze werkt, sport met een vriendin en haar zoon komt regelmatig langs. Ze hebben een ontzettend goede band. Af en toe blijft hij ook logeren, maar nooit langer dan een

“... Daar hoeft ik zelf niet om te denken. Dat is voor mij heel prettig. En het zorgt ervoor dat ik mijn leven op de rit houd.”

nachtje. “Dat zijn voor mij te veel prikkels, dat is te druk.” Naast de vaste bezoeken van Cosis, komt iedere twee weken iemand van de GGZ bij haar langs, om te bespreken hoe het gaat. En haar financiën zijn onder gebracht bij een bewindvoerder, daar heeft ze zelf voor gekozen. “Ik kan geen overzicht houden. De bewindvoerder zorgt ervoor dat mijn huur betaald wordt, mijn gas, water, licht en andere zaken. Daar hoeft ik zelf niet om te denken. Dat is voor mij heel prettig. En het zorgt ervoor dat ik mijn leven op de rit houd.”

Ziekte onder controle

De afgelopen jaren heeft Tjersica nog een aantal keren een terugval gehad. Ze werd dan tijdelijk opgenomen in een kliniek. Dat was voor het laatst in 2014. Inmiddels heeft ze haar ziekte redelijk onder controle. “Als het nu niet goed met mij gaat, dan neem ik een time-out. Ik word dan niet opgenomen, maar blijf in mijn eigen huis. Ik stop even met werken, krijg extra gesprekken met de GGZ-psycholoog

en we kijken of mijn medicijnen misschien aangepast moeten worden. Mensen die mij kennen zien het direct aan me als het niet goed gaat. Ik ga dan vreemd uit mijn ogen kijken, alsof er een waas over mijn ogen ligt. En ik ben heel onrustig, nerveus. Ik kan totaal niet stilzitten. Mensen die mij niet kennen merken helemaal niets aan mij. Ik heb gelukkig ook nooit ‘gekke’ dingen gedaan, zoals je weleens hoort.”

Al negen jaar mijn eigen huisje

“Negen jaar geleden kreeg ik deze woning toegewezen van Woonservice. Ik was uitbehandeld bij de GGZ en mocht weer op mezelf gaan wonen. Er was toen een arts bij de GGZ die tegen mij zei: ‘De meesten staan hier na 8 maanden weer op de stoep. Grijp alle hulp die je kunt krijgen.’ Helaas weet ik zijn naam niet meer, anders zou ik hem dolgraag laten weten dat ik hier al negen jaar woon. En dat het heel goed gaat.”



Hoe ga je om met een vermoeden van dementie?

Medewerkers van de gemeente volgden een training

Dagelijks trekt een vaste groep senioren baantjes in zwembad de Peppel of zomers in de Boskamp in Westerbork. “We kennen ze allemaal bij naam en zien hen door de jaren heen veranderen. De één wordt zwakker en vermoeider, de ander vertoont verward gedrag. Het komt voor dat mensen herhaaldelijk op het verkeerde tijdstip naar het zwembad komen of tien keer dezelfde vraag stellen aan de baliemedewerkster. De kans bestaat dat er sprake is van dementie. In zulke gevallen is het goed om te weten hoe je daar het beste mee om kunt gaan.”

Aan het woord is Jelly Heling. Ze werkt al vele jaren in het zwembad en heeft dit jaar de training ‘Goed omgaan met dementie’ gevolgd, net als haar collega’s. “Het is fijn dat we nu allemaal meer weten over dementie. We hebben geleerd wat de symptomen zijn en vooral hoe je het beste kunt reageren als je vermoedt dat iemand dementerend is.”

Vooraf rustig blijven

Niet alleen het zwembadpersoneel heeft de training gevolgd. Ook medewerkers van de buitendienst zijn bijgeschoold. Eén daarvan is Harrie

foto links
Jelly Heling in gesprek tijdens bewegingsuur

foto rechts
Nicolle de Vos (gemeentewinkel) in gesprek met inwoners



Bruggink. Hij houdt zich voornamelijk bezig met werkzaamheden aan het riool. “Toen de gemeente een cursus aanbood over omgaan met dementie, heb ik mij aangemeld. Door mijn werk kom ik bij veel mensen over de vloer. Regelmatig zijn dat ouderen. Soms tref ik mensen die verward

overkomen. Als mensen vervolgens ook in lichte paniek zijn, is het belangrijk om hen gerust te stellen, zeker als er sprake is van dementie. Ik praat op kalme toon en probeer vooral te vertellen wat ik aan het doen ben. Je ziet vaak dat ze dan kalmeren.”





Meer openheid over dementie

Nicolle de Vos (medewerker bij de Gemeentewinkel) is ook getraind in omgaan met dementie. “Ik krijg dagelijks veel verschillende mensen aan de balie. Zo sprak ik laatst een echtpaar. Mevrouw deed het woord omdat meneer dat vanwege dementie niet meer kon. Ik vond het prettig dat mevrouw dat ook openlijk benoemde. Hierdoor kon ik, ondanks dat ik wel iets bijzonders aan zijn oogopslag had gezien, op de juiste manier reageren. Soms heb ik iemand aan de telefoon die verward overkomt en meerdere malen dezelfde vraag stelt. Het lastige is dan dat je het moet doen met wat je hoort. Je kunt iemand niet in de ogen kijken en op basis van wat je hoort én ziet een helder beeld vormen. Door de training ben ik nog meer gespitst op gedrag dat kan duiden op dementie.”

Ervaringsverhalen

Tijdens de training onder het gemeentepersoneel werden diverse ervaringen uitgewisseld. Harrie herinnert zich een voorval waarvan hij later beseftte dat er mogelijk sprake was van beginnende dementie. “Ik

was aan het werk als verkeersregelaar. In verband met een evenement moesten we de weg afzetten. Bij de afzetting kwam een auto aanrijden die niet meteen een andere route koos. De bestuurder van de auto sprak me enigszins geïrriteerd aan. Hij wilde langs de afzetting rijden want, zo zei hij, hij nam altijd dezelfde weg naar de supermarkt. Hij vroeg mij hoe hij nu moest rijden. Ik verbaasde me over die vraag omdat de supermarkt dichtbij de afzetting was. Nu weet ik nog beter dat de weg kwijt zijn of niet om kunnen gaan met situaties waarbij vaste patronen doorbroken worden, signalen kunnen zijn van beginnende dementie. Rustig en vriendelijk blijven én meedenken met de persoon is dan het beste wat je kunt doen.”



Dementievriendelijke gemeente

Sinds het voorjaar van 2018 mag de gemeente Midden-Drenthe zich ‘dementievriendelijke gemeente’ noemen. In de loop van 2019 gaat de gemeente ook trainingen ‘omgaan met dementie’ aan inwoners aanbieden. Samen met de organisaties die nu ook al actief zijn op dat gebied bekijkt de gemeente wanneer en op welke manier dit georganiseerd gaat worden.

Signaleerfunctie

Zowel Nicolle als Harrie en Jelly, vinden dat ze ook een signaleerfunctie hebben. Op de vraag wat ze doen als er een vermoeden bestaat dat er meer aan de hand is dan vergeetachtigheid, antwoordt Jelly: “In zo’n geval

nemen we contact op met de familie om onze zorgen uit te spreken. Er komt een moment dat het niet meer vertrouwd is om een dementerend persoon te laten zwemmen in het diepe bad. We vragen de familie bijvoorbeeld om mee te zwemmen tijdens het bewegingsuur.”

Toename dementie

Medici voorspellen dat Nederland over een aantal jaren aanzienlijk meer mensen met dementie telt dan nu. “Ik ben geschrokken van die uitspraak”, zegt Nicolle. “Tijdens de training kregen we een filmpje te zien van iemand in een grote stad die midden op straat stil bleef staan en niet meer wist wat te doen. Ik vind het goed dat er binnen het gemeentehuis maar ook in de hele maatschappij meer aandacht is voor deze vaak ongreepbare ziekte. Niet alleen voor de dementerende persoon, maar ook voor de mensen die om hen heen staan.”



Naar een geletterd en digisterk Midden-Drenthe “We willen het taboe rondom laaggeletterdheid doorbreken”

Een bijsluiter lezen, een formulier invullen voor de zorgtoeslag of geld opnemen bij een pinautomaat. Alledaagse handelingen waar de meeste mensen niet over nadenken, maar die een grote uitdaging zijn als je laaggeletterd bent. Zeker in de huidige digitale samenleving, die een steeds groter beroep doet op de zelfredzaamheid van mensen. Gaf je vroeger een verhuizing door aan de gemeentebalie? Tegenwoordig doe je dat via een webformulier op de gemeentesite.



“Je kunt nog wel aan de gemeentebalie terecht”, zegt Marchien Brinksma (taalambassadeur in de gemeente Midden-Drenthe). “Maar daarvoor moet je online een afspraak maken. En ook dát is lastig als je moeite hebt met lezen en schrijven.” Marchien is inmiddels geletterd, maar weet nog goed tegen welke problemen ze vroeger aanliep. “In de auto raakte ik bij het zien van gele omleidingsborden volledig in paniek. Ik probeerde dan maar zo ver mogelijk te komen. Op die manier ben ik een keer vanaf de verkeerde kant een eenrichtingsstraat in gereden. Ook m’n post opende ik op een gegeven moment niet meer; ik begreep het toch niet.”

Niet zelfstandig meedoen

Marchiens verhaal is bijzonder, maar zeker niet uitzonderlijk als je weet

dat Nederland 2,5 miljoen laaggeletterden telt. Midden-Drenthe ligt met een percentage van 13% rond het landelijk gemiddelde. “Dit betekent dat 3.800 inwoners moeite hebben met lezen en schrijven en/of rekenen”, vertelt Wilma Stuit, taalhuiscoördinator in Midden-Drenthe. Want ook dat laatste aspect valt onder laaggeletterdheid. “Als je deze basisvaardigheden niet goed beheerst, is het werken met de computer ook lastig. En dat maakt het vandaag de dag een behoorlijke uitdaging om zelfstandig mee te kunnen doen.”

Krachten bundelen

In 2015 sloegen Welzijnswerk Midden-Drenthe, de gemeente, de bibliotheek en de Stichting Lezen en Schrijven de handen ineen, in de strijd tegen laaggeletterdheid. Samen startten

“Uiteindelijk behaalde ik mijn diploma zonder te lezen en schrijven”

zij het project ‘Naar een geletterd en digistiek Midden-Drenthe.’ Dit begint volgens Wilma met het creëren van bewustwording: “Er rust nog steeds een groot taboe op het onderwerp laaggeletterdheid, met name als het gaat om mensen van Nederlandse afkomst. Het is begrijpelijk als buitenlandse mensen het Nederlands niet voldoende beheersen, maar voor Nederlanders vinden we dit minder voor de hand liggend.”

Kleuren in plaats van lezen

Marchien vertelt hoe zij in deze situatie belandde: “Lezen en schrijven heb ik altijd lastig gevonden. Ik ben erfelijk belast; één van mijn ouders is analfabeet. In de eerste klas kon ik niet meekomen op het gemiddelde niveau. Als de rest ging lezen of schrijven, mocht ik kleuren of de plantjes water geven. Op een gegeven moment ging ik naar het speciaal basisonderwijs, voor kinderen met leer- en opvoedproblemen. Die laatste groep haalde veel kattenkwaad uit en dat vond ik heel interessant. Met als gevolg dat ik vaak op de gang stond en veel lesstof miste. Op het voortgezet onderwijs ging dat zo door. Uiteindelijk kreeg ik het voor elkaar dat ik mondeling examen mocht doen en zo heb ik -zonder te hoeven lezen en schrijven - mijn diploma gehaald.”

Lastig te herkennen

Wilma: “Mensen zijn inventief in het verbloemen van hun taalprobleem. ‘Ik ben mijn bril vergeten’ is een heel legitieme verklaring om hulp te vragen bij het invullen van een formulier. Dat maakt laaggeletterdheid lastig te herkennen.” “Ik had ook gewoon een baan als receptioniste,” vult Marchien aan. “Toen ik tien jaar geleden besloot om mijn leidinggevende te vertellen over mijn lees- en schrijfprobleem, viel hij bijna van zijn stoel. Hij had nooit iets gemerkt!” Toch zijn er volgens Wilma wel degelijk signalen die kunnen duiden op laaggeletterdheid. “Denk bijvoorbeeld aan iemand die regelmatig te laat komt of aan ouders



die informatie uit de nieuwsbrief nooit (goed) meekrijgen. Maar ook als we de signalen herkennen, blijft het lastig om iemand ermee te confronteren. Dat geldt niet alleen voor familie en vrienden, ook onder hulpverleners heerst een grote handelingsverlegenheid.”

Het Taalhuis

Het project ‘Naar een geletterd en digistiek Midden-Drenthe’ probeert deze patronen doorbreken. Een belangrijk onderdeel van het project is het ‘Taalhuis,’ dat gevestigd is in de bibliotheken in Beilen, Smilde en Westerbork. “Hier bieden we taal- en computerlessen aan gegeven door getrainde taalvrijwilligers”, vertelt Wilma. “Tijdens de inloopuren is iedereen welkom die meer informatie wil over deze cursussen. Van vrijwilligers en deelnemers tot professionals en werkgevers!”

foto blz. 24
Marchien
Bruinsma (links)
en Wilma Stuit
(rechts)

Het begin is er!

Sinds de opening van het Taalhuis in 2017 trainde Wilma 50 taalvrijwilligers, die op hun beurt al 55 deelnemers begeleiden. Marchien is nog elke dag blij dat ze heeft afgerekend met haar laaggeletterdheid: “Ik sta nu veel meer in de maatschappij.” Door haar verhaal te delen probeert ze anderen te motiveren om hetzelfde te doen. Het project werpt langzaam maar zeker zijn vruchten af. “Er komt steeds meer bewustwording rondom het thema. We kunnen nog niet achterover leunen, maar het begin is er!” lacht Wilma.

Het Wijkteam: goede samenwerking en hulp op maat

“We zijn er blanco ingestapt, maar we hebben inmiddels ervaren dat het ons heel veel oplevert.” Aan het woord zijn Ria van Goor en Jacquélien Kuipers (praktijkondersteuners van de huisartsenpraktijk Smilde) over hun deelname aan het wijkteam Smilde.

Zo’n anderhalf jaar geleden startten in Midden-Drenthe drie wijkteams in Smilde, Beilen en Westerbork. Specialisten van verschillende welzijns- en zorginstellingen, huisartsen en de gemeente komen maandelijks bij elkaar om casussen te bespreken en kennis uit te wisselen. De wijkteams zijn opgestart met het doel om de samenwerking te verbeteren en op die manier - dichtbij huis - passende ondersteuning aan inwoners te kunnen bieden. “En dat doel is zeker gehaald”, aldus Jacquélien en Ria.

Andere specialisten

Het wijkteam Smilde komt maandelijks bij elkaar in ‘t Beurtschip. Geregeld worden ook andere specialisten uitgenodigd om hun kennis te delen. Ria: “Tijdens onze laatste bijeenkomst heeft bijvoorbeeld een fysiotherapeut voorlichting gegeven over valpreventie.”



Het wijkteam Westerbork vergadert iedere maand in het Olde Gemientehoes

Casussen kunnen door alle leden van het wijkteam worden ingebracht. “Als wij een casus inbrengen bespreken we dat altijd eerst met de patiënt waar het om gaat”, vertelt Ria. “We hopen natuurlijk dat de patiënt geen bezwaar heeft, want het bespreken in wijkteam levert heel vaak mooie oplossingen op.”

Activiteiten

Ze vervolgt enthousiast: “Wij hadden bijvoorbeeld een tijdje geleden een bewoner van het appartementencomplex voor ouderen ‘de Wieken’, die aangaf dat er geen activiteiten

meer voor de bewoners werden georganiseerd. Dat werd altijd gedaan door een vrijwilliger, maar die kon dat door omstandigheden niet langer doen. Daardoor kwamen sommige bewoners hun huis niet meer uit en zij dreigden te vereenzamen. Wij hebben dit besproken in het wijkteam en Welzijnswerk verzorgt nu een activiteitenprogramma.”

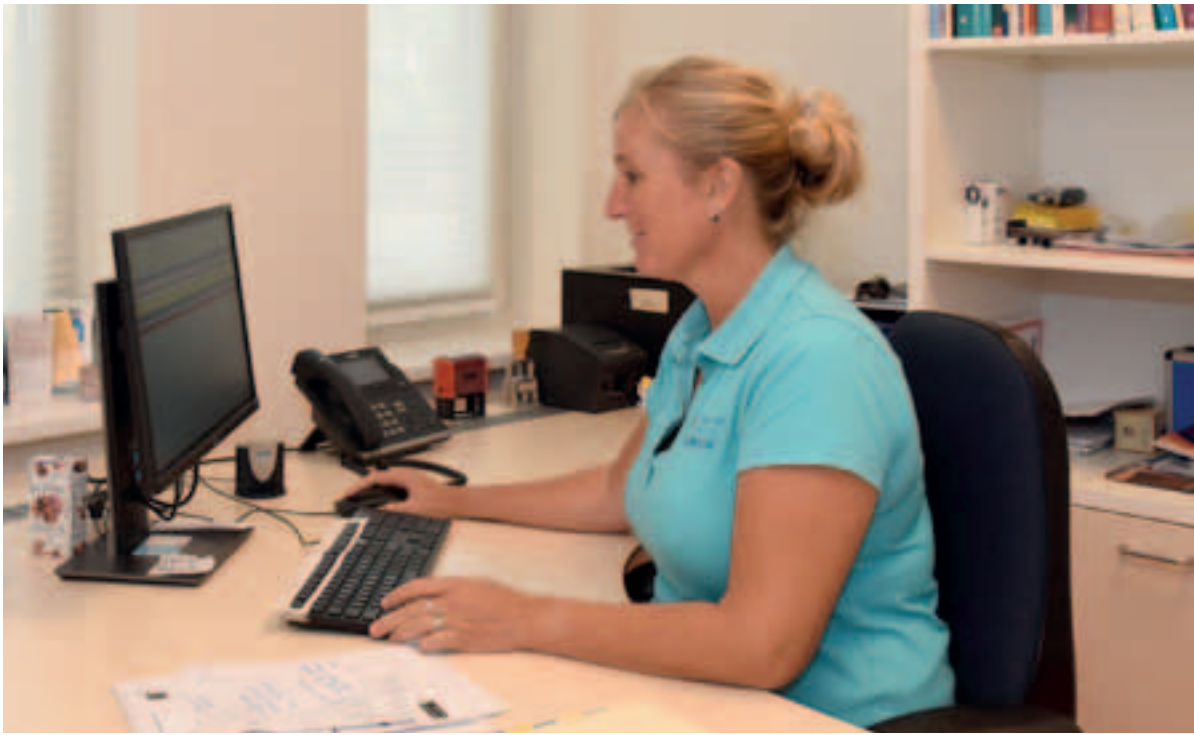
Jacqueline vult aan: “We merken dat we door het wijkteam vooral veel meer samenwerken met de onafhankelijke cliëntondersteuner van Welzijnswerk en de gemeente. En dat is in onze dagelijkse praktijk erg prettig.”

Korte lijntjes

Het wijkteam doet dus meer dan het bespreken en oplossen van casussen. Doordat de leden elkaar beter leren kennen en de lijntjes korter worden, kunnen de verschillende zorgaanbieders elkaar inschakelen als dat nodig is. En doordat de leden met elkaar alert zijn, is er veel meer zicht op waar welke problematiek speelt. Waar in het verleden vaak meerdere zorgverleners bij mensen ‘over de vloer’ kwamen, die ook nog eens dezelfde hulp boden, is dat nu vaak maar één zorgverlener.

Contacten

“Maar het komt ook voor dat er juist geen zorgverleners bij mensen thuiskomen, terwijl dat wel nodig is”, vertelt Jacquélien. “Ook dan helpen onze contacten binnen het wijkteam. Wij zien regelmatig, zeker bij oudere mensen, dat ze het vervelend vinden om hulp te vragen. ‘Ik kan toch zelf mijn huis nog wel schoon houden’, zeggen ze dan. Terwijl wij zien dat dat niet het geval is. Als wij dan aangeven dat wij het graag voor ze regelen, dan accepteren ze vaak toch hulp. Wij kunnen dat dan snel in gang zetten, doordat de thuiszorgorganisatie ook in het wijkteam zitten. Of de Wmo-consulent van de gemeente komt ergens op huisbezoek en merkt dat er misschien wel wat zorg nodig is, maar mensen willen niet dat er zorgverleners langskomen. Dan is er soms nog wel een ingang via ons als huisartsenpraktijk mogelijk, omdat mensen wel bij ons bekend zijn.”



Passende hulp

Ria besluit: “Onze patiënten komen eigenlijk niet in aanraking met het wijkteam, maar doordat we intensief samenwerking binnen het wijkteam, kunnen we betere zorg leveren. En we breiden de samenwerking ook uit: we zijn bezig met een beveiligd communicatienetwerk, waarin we kunnen vastleggen wat we doen. Op

Foto boven
Ria: “Als we een casus inbrengen bespreken we dat altijd eerst met de patiënt.”

Foto onder
Jacquélien aan het werk in de praktijk in Smilde

die manier kunnen we nog sneller informatie uitwisselen en nog beter passende hulp bieden.”

Deze periodiek is een uitgave van:



Een samenwerkingsverband van de volgende organisaties.



Tekst en redactie:

Annelies Bakelaar
Yvonne Bos - De Vries
Miriam Fokkema
Nadine van der Horn
Egon Karssens
Carmen Kromosono
Sandra Mulder
Tineke Oldengarm
Mieke Sol
Carry Seidel
Judith ter Veer
Diana Wesseling

Fotografie:

Anneke Bloema
Harm Woldhek

Opmaak en vormgeving:

AlbertsKleve BNO

Heeft u vragen of wilt u graag meer informatie?

Neem dan contact op met:

Welzijnswerk Midden-Drenthe 088 16 51 200

Gemeente Midden-Drenthe 0593 53 92 22