

NIEUWSBRIEF JUNI 2017



Bestuurssamenstelling KBO Best en verantwoordelijkheid voor de diverse werkgroepen

Voorzitter	Gaston Slagers Beleidszaken gastonslagers@hotmail.com	751803
Secretaris	Jo Goossens Ledenadministratie, coördinator clubs secretariaatkbobest@gmail.com Mauritslaan 10, 5684 LE Best	378960
Penningmeester	Caren Herps, penningmeesterkbo.best@gmail.com	06-25036954
Bestuurslid	Henk van den Heuvel PR en Voorlichting henkvandenheuvel@onsmail.nl	06-42991953
Bestuurslid	Koos de Laat Reizen en excursies jdelaat1@kpnmail.nl	06-52337163
Bestuurslid	Angela Schoonen Coördinator individuele belangenbehartiging schoonen.angela@gmail.com	372561
Bestuurslid	Gerard Govers Coördinator evenementen en ledenbijeenkomsten ggovers@onsbrabantnet.nl	371055
Bestuurslid	Frank Montulet. Coördinator collectieve belangenbehartiging frankmontulet@gmail.com	06-10954560

Men kan zich dagelijks als KBO-lid melden via bovenstaand adres of via een formulier op www.kbobest.nl
KBO-leden kunnen per maand opzeggen.

Rekeningnr. KBO Best NL11 RABO 010.70.85.917
Website: www.kbobest.nl

Materiaal als teksten en foto's voor de nieuwsbrief en de website van KBO Best uitsluitend digitaal aanleveren via: redactiekbobest@gmail.com

De digitale sneltrein dendert voort, maar...



Steeds meer senioren maken gebruik van het internet. Dat is goed nieuws want onze samenleving digitaliseert in een rap tempo. Uit onderzoek blijkt dat er toch ook zorgen blijven over de digitale aansluiting van senioren. Dit ondanks dat senioren een inhaalslag gemaakt hebben. Hoewel hun digitale vaardigheden veel beter zijn geworden, geeft bijna driekwart van de senioren met internet aan grote problemen te verwachten om de internetontwikkelingen bij te

benen of heeft die problemen nu al. Als diensten alleen nog maar via internet en e-mail aangeboden worden komt 47 % van de senioren met internet in serieuze problemen. Dit komt nog eens bovenop de 1,2 miljoen internetloze senioren uit eerder onderzoek.

Mijn grote zorg is dat zowel overheid als veel dienstverlenende instanties er bijna vanzelfsprekend vanuit gaan dat alle burgers digitale dienstverlening ook kunnen en willen beheersen. Dat klopt gewoonweg niet en onderzoek bewijst dit. Daarom pleit ik voor het, gelijktijdig aan de digitalisering, blijven aanbieden van alternatieven plus een goed functionerend vangnet. Het moet mogelijk blijven om gewoon te bellen of langs te komen met een vraag. Ook in onze gemeente moet er rekening worden gehouden met de wensen, behoeften en mogelijkheden van een grote en diverse groep senioren. Samen moeten we er voor waken dat niemand zich uitgesloten voelt.

Jullie voorzitter, Gaston Slagers

Ria en Jan van de Kerkhof vijftig jaar getrouwd



Vijftig jaar is een hele tijd. Dat vinden ook Ria van der Linden en Jan van de Kerkhof. Maar omdat zij al die jaren getrouwd waren, leek het korter. Als je met dit bezige echtpaar praat, blijkt daaruit dat het een tijd van ups en downs geweest is. Maar vooral een drukke tijd. Stil zitten is er

voor die twee niet bij. Zo is Jan nog steeds actief voor de Voedselbank. Binnen de KBO hebben ze al een kleine twintig jaar bergen werk verzet. Jan als bestuurslid, drukker van onze nieuwsbrief, hoofdbode en bode en tegenwoordig ook nog als fotograaf, om maar eens wat te noemen. Ria helpt Jan in alles en maakt bovendien deel uit van de Golden Girls die bij KBO-bijeenkomsten voor de bediening zorgen.

Ria en Jan kwamen elkaar tegen bij een Instuif in het Jeugdcentrum. Nu zouden we zeggen: een dansavond in de Prinsenhof. Jan komt uit Oud-Woensel en Ria stamt uit de Leeuwerikstraat in Best. Vijf jaar hadden ze verkering. In 1967 op 30 juni trouwden ze. Jan heeft vroeger diverse banen gehad, maar die bij Philips Medical Systems, CeBe Son en de Legerplaats Oirschot wil hij wel vernoemd zien. Ria werkte destijds als schoenstikster bij de Bata, maar werd pal na haar trouwen ontslagen vanwege een reorganisatie. Zes jaar later vroegen ze haar terug en heeft ze er nog vijftien jaar gewerkt. Ze is gestopt toen hun enige zoon in een kritieke fase van de ziekte verkeerde, waaraan hij al op jonge leeftijd is overleden. Ze hebben nu een dochter en twee kleinkinderen (die overigens al groot zijn).

Een officieel feest gaat het per dertig juni niet worden, want Jan en Ria hebben besloten er in besloten kring een paar dagen tussenuit te trekken. Maar een welgemeende gelukwens is hier wel op zijn plaats.

Willem van Beerendonk

Foto: Ria en Jan van de Kerkhof

BestSmile, als het beter moet!



BestSmile.nl

Tandheelkunde - Implantologie

Oirschotseweg 70, 5684 NK Best
Tel: 0499 - 39 29 20 www.bestsmile.nl

Van
Kemenade
maakt het u gemakkelijk



Shell tankstation van Kemenade
Meer dan alleen benzine!

SHOP & GO

Raadhuisstraat 247, Best
Tel. 0499 33 43 43

Autowassen



Hetty de Bok: nieuwe club coördinator

Bij KBO Best ga ik als nieuwe coördinator voor de activiteitenclubs aan de slag. Het nieuwe seizoen lijkt mij een goed moment om officieel te beginnen. En zoals bij alle begin is het gebruikelijk dat je je voorstelt: wel nu mijn naam is Hetty de Bok, sinds september 2016 officieel gepensioneerd. Na de zomervakantie ga ik proberen om een goede coördinator te zijn voor de clubs.

Ik wil na de zomervakantie alle contactpersonen van de diverse clubs benaderen voor een gesprekje en ook ben ik voornemens om in het najaar overal een kijkje te komen nemen om persoonlijk kennis te maken. Ik zie het als mijn taak om er voor iedereen te zijn die een vraag, een idee, een gedachte of een wens heeft. Het kan dan gaan over een bestaande activiteit of een idee voor iets nieuws of iets wat wordt gewenst. Garanderen kan ik niets, maar ik wil wel mijn uiterste best doen om alle belangen zo goed mogelijk te behartigen.

Bij de bestaande clubs zal het, naar ik vermoed, hoofdzakelijk gaan over praktische vragen. Nieuwe activiteiten opstarten is een ander verhaal maar als er leuke ideeën zijn, kunnen we altijd een serieuze poging doen, om er mee te beginnen. Hebt u ideeën, wensen of mist u iets in ons aanbod dan kunt u mij in eerste instantie altijd mailen, ook als er dames/heren zijn die zin hebben om hun eigen nieuwe idee (of het idee van een ander) mee uit te werken en/of op te starten: u kun mij altijd via de mail benaderen. Na een ontvangen mail neem ik zeker contact met u op. Voor alles is er om te beginnen: een lezende coördinator. Mijn emailadres is: hetty2510@gmail.com.

Graag tot later, Hetty de Bok

Van domme pech naar inzicht en zelfdiscipline

Frans van Beerendonk, onze oud-voorzitter, neemt deel aan het TOM-project waarin een aantal ouderen onder begeleiding “leren” wat bewuster met hun mobiliteit om te gaan. Ze krijgen daarbij advies, hulpmiddelen en indien nodig ook speciale voedingsmiddelen. We spraken Frans nu het project een paar maanden loopt.

Frans van Beerendonk: “Als je door een domme actie van jezelf in de kreukels komt te liggen, kan het lang duren voor je er weer bovenop bent. Wel een half jaar ben ik er zoet mee geweest, met die gekneusde ribben. En dat allemaal omdat ik toen iets in mijn handen had, dat ik niet wilde laten vallen. En toen viel ik zelf. Met alle gevolgen van dien.”

“Door dat akkefietje, was ik optimaal gemotiveerd om mee te doen. En in die korte tijd heb ik er al heel wat van opgestoken. Niet dat ik nu zoveel fitter geworden ben, maar wel denk ik van tevoren meer na, hoe mijn balans te bewaren. Bijvoorbeeld niet op één been iets proberen te pakken. Altijd met beide benen op de grond. Ik liep altijd een beetje voorover. Nu loop ik iets meer achterover, want dat is veel stabiel. Zo leer ik me dingen aan, waardoor ik nu minder risico loop om te vallen.” “Eerst dacht ik: Is zo’n cursus nou iets voor mij? Dat is toch voor auw mensen? Maar nu zie ik hoeveel dingen ik eigenlijk verkeerd doe. En hoeveel dingen bij mij thuis het valrisico verhogen: rondslingerende spullen. losliggende kleedjes, slecht licht op weg naar de badkamer, enzovoorts, enzovoorts. Door al die dingen lig je veel eerder op je snufferd. Hoe vaak maak je niet mee, dat iets nog nét goed gaat. Geluk gehad, zeg je dan. Maar ooit zal het toeslaan, wanneer je je manier van doen niet verandert. Wat ik dus vooral leer in deze cursus is: mezelf discipline opleggen.”

Dat inzicht is bij Frans gekomen door de uitleg die ze hebben gekregen van de fysiotherapeut. Altijd letten op je balans. Altijd greep houden met de grond. Ze hebben een fors boek gekregen met veel goede tips en invuloefeningen. Ook is er een zelftest valrisico. Vier trainingen hebben ze de afgelopen weken gedaan om te ervaren dat je er baat bij hebt. Oefeningen voor het bekken, de enkels, gewrichten en voor sterkere benen. “Die oefeningen moeten we ook thuis doen. Zo zijn we bezig onze beenspieren sterker te maken, om minder snel te vallen.” De post heeft bij iedereen een bewegingsmonitor thuisbezorgd. “Wat hij precies registreert weet ik niet. Hij wordt uitgelezen bij Philips. En op het eind krijgen we de individuele resultaten terug: hoe je scoort ten opzichte van het gemiddelde. Ik neem aan dat ze ook kunnen zien of je tijdens het project vorderingen heb gemaakt.”

Ook hebben de cursisten van de zuivelfabrikant die aan het project meedoet een gratis voedingssupplement gekregen. “Niet iedereen

kreeg dat. Het was op basis van een vragenlijst, die we hebben moeten invullen. Als je bijvoorbeeld vaker duizelig bent, kan dat iets te maken hebben met je voeding. Of met je medicijnen. Mensen die een dieet volgen omdat ze te zwaar zijn, vallen soms ook meer af dan goed voor hen is.”

En dan zijn er ook nog gesprekken met een studente van Summumcollege, een opleiding voor mensen die in de zorg willen gaan werken, “Zij leren door die gesprekken hoe oudere mensen denken, wat hen bezighoudt. Zij leren zich in een heel andere wereld te verdiepen. Hoe ouder je wordt, hoe meer je alleen staat. Tegelijk krijgen wij door wat hun bezig houdt en waar zij tegenaan lopen. Zij komen ook met hun vragen bij ons. Heel leerzaam naar beide kanten.” Maar het kan ook heel geanimeerd en gezellig zijn. Een andere TOM-deelnemer zei het zo: “Mijn stagiaire is even op vakantie, maar ik mis haar nu al...”

Frans volgt het TOM-project in een groepje van tien man. Er zijn vier van die groepjes. “We kennen elkaar en zo raak je meer betrokken. Maar we krijgen ook veel persoonlijke aandacht van de therapeuten.” Al met al is Frans erg te spreken over dit project. Hij verwoordt nog eens duidelijk wat het hem brengt: “Bewuster met dingen omgaan. Op een andere manier naar dingen kijken, om je balans beter te bewaren. Die nieuwe houding moet je je eigen maken. Het moet niet iets aangeleerd zijn, maar een automatisme worden”. Ze gaan door tot augustus. Dan wordt alles stevig geëvalueerd, want Best is het proefkonijn voor dit project, dat ook elders zal gaan lopen als bewezen is dat het werkt en succesvol is. Maar daar twijfelt Frans al helemaal niet meer aan.

In een volgende aflevering over het TOM-project gaan we nader in op de hulpmiddelen en de rol van participerende bedrijven in dit project.

John Peeters

Nieuwe leden

Mevr. P.M.C. Nunen-Merkx

Overleden

Dhr. P. van Kemenade

Mevr. A. Merkx- Kruijthof

Mevr. W.L.M. Stabel-van de Wal

Dhr. H.A.A. Sleutjes

Dhr. A.A. van Beek

Onze 85-jarigen en ouder van juni, juli en aug.

09 juni Mevr. J.M. van Houtum-Bressers

09 juni Dhr. H.W. de Wit

09 juni Mevr.P.M. de Wit-Brok

11 juni Mevr. H.M.C. Feijen – Verhagen

11 juni Mevr. A. van Vroenhoven

12 juni Mevr. A. Dogge- Driessen

12 juni Mevr. J.M. van Heeswijk-Vlassak

13 juni Mevr. A. van Rooij-de Vries

19 juni Dhr. J.G. Kokke

24 juni Dhr. H. van de Sande

24 juni Dhr. H. Claes

27 juni Mevr. M.F. Koelwijn

27 juni Dhr. M. Schoenmakers

29 juni Dhr. H.M. van Grinsven

01 juli Mevr. M. van Dungen- Smits

02 juli Mevr. N. van Sande- van de Wildenberg

02 juli Mevr. P.W. van Dinther

03 juli Mevr. F.H. Legius –Herijgers

03 juli Dhr. J.A.H. Brugge

05 juli Dhr. W.A. van de Oetelaar

06 juli Mevr. E.W. van der Palen- Baijens

08 juli Mevr. A. van Eijndhoven – Withagen

10 juli Mevr. A. Pelzers – van Lieverlo

12 juli Mevr. M.F. van Heeswijk

13 juli Mevr. M.E.A. Oomen- van der Zande

14 juli Mevr. M.M. van Haaren – Vugs

15 juli Dhr. J.H. Gijselhart
18 juli Mevr. P. van de Sande Broeren
19 juli Dhr. P. van de Ven
19 juli Mevr. W.C.G. van Rosendaal – van Ackerschott
20 juli Dhr. J.C.A. Groos
20 juli Dhr. W.G.M. Diemont
31 juli Mevr. H.P.J. Thijssen – van Leendert
04 aug Dhr. H. van der Kallen
05 aug Mevr. M.F.C. Smits- Fasen
05 aug Mevr. M.W.G. Singendonk
06 aug Mevr. J. de Wit- Heppe
07 aug Mevr. Van Es – Stam
07 aug Mevr. J.W.W. Walravens- Hulsen
07 aug. Mevr. P. de Jong – van Dongen
08 aug Dhr. W. van Laarhoven

Alle 85-jarigen worden bezocht door een van de drie dames: Agnes de Ruiters, Anny Nijtmans of Nel Brands. Zij ontvangen een cadeautje van de KBO. Indien wij u vergeten zijn of indien uw verjaardag onjuist is, laat het weten aan Agnes de Ruiters, tel 372662.

Documentaire over Alzheimer en euthanasie

‘Zo gaat dat dus’ is een documentaire over de laatste maanden van An Zwijnenberg. In 2011 kreeg zij de diagnose Alzheimer. Zij wilde niet zwaar dementerend naar haar einde toe en gaf te kennen euthanasie te willen. De familie Zwijnenberg loopt tegen een probleem aan. Iemand moet op het moment van euthanasie wilsbekwaam zijn. Als Alzheimerpatiënt weet je nooit hoe lang je dat nog bent en word je gedwongen om eerder euthanasie te plegen dan je misschien zou willen. Frank Zwijnenberg heeft zijn moeder beloofd haar verhaal aan zoveel mogelijk mensen door te vertellen. De documentaire is al in enkele ziekenhuizen en op medische congressen getoond en heeft een hele discussie op gang gebracht. Dit is precies wat An Zwijnenberg gewild heeft. De documentaire is 20 juni van 19:30 tot 21:30 uur te zien in Buurthuis Kadans (Sint Jozefstraat, Best), bijgewoond door Frank Zwijnenberg. Er is een huisarts aanwezig om uw vragen te beantwoorden. De avond is toegankelijk voor alle inwoners uit Best

en Oirschot. Opgeven kan telefonisch op nummer 0499- 335142 of via info@wbo.nl. Kosten €2,- te betalen op de avond zelf. Kijk voor meer informatie ook eens op de website over deze documentaire of kijk wat WBO kan betekenen voor mantelzorgers.

Agenda KBO Best

- 16 juni.:** **Fietsexcursie Kunsthuys.** Start Quatre Bras 13.00 uur
- 28 juni.:** Brabantse middag Prinsenhof
- 12 juli.:** **Doezomer,** fietsen door het buitengebied.
- 26 juli.:** **DoeZomer,** midgetgolf Spoorдонк
- 3 augustus.:** Brabantse koffietafel voor alle 85-jarigen en 85-plussers in Best.
- 9 aug.:** **DoeZomer,** nog onbekend, houd Groeiend Best in de gaten
- 23 aug.:** **DoeZomer,** Terrasmiddag Quatre Bras, met bustochtje.
- 27 aug.-3 sept.:** **Busreis Wenen,** Donauknie en Boedapest
- 14 sept.:** Dagreis Monster en Rotterdam
- Kaartjes kunnen worden afgehaald bij Cultuurspoor Best, dagelijks ná 14:00 uur. Graag met pinpas betalen. Kijk elders in deze nieuwsbrief voor data en prijzen.
-

Reizen en excursies 2017

Dagtochten:

Musical “The Lion King”

De werkgroep reizen biedt wederom de mogelijkheid om deze schitterende Koning der Musicals te beleven in het AFAS Circustheater in Scheveningen. Het evenement zal plaatsvinden op “een zondagmiddag” in november met een minimale deelname van 40 personen. De kosten bedragen € 99,--. Hierbij zijn inbegrepen: de busreis, entreekaart rang 1, reserveringskosten, koffie en thee in de

bus. Als U zich wilt opgeven, houd de zondagen van november dan even vrij en geeft U zich op met het inschrijfformulier elders in deze nieuwsbrief. Het inschrijfformulier kan tot 30 juni bij een van de leden van de werkgroep worden ingeleverd. De deelnemers krijgen na 30 juni zo spoedig mogelijk te horen welke zondag in november het wordt, zodat uw agenda niet langer dan nodig geblokkeerd is.

Donderdag 14 september dagtocht Monster en Rotterdam (€ 62,= p.p.)

We gaan naar De Westlandse Druif, waar we onder leiding van enthousiaste gidsen worden rondgeleid door de cultuurhistorische druivenkassen. Op deze plaats werden voor het eerst in Nederland druiven in kassen geteeld voor de consumptie. Na de rondleiding bezoeken we de bioscoop voor de film over de ontstaansgeschiedenis van de roemrijke Westlandse druif en het fotomuseum.

Na de lunch vertrekken we naar Rotterdam waar we de Markthal bezoeken. De Markthal is een architectonisch hoogstandje, waar winkelen, werken, wonen en uitgaan hand in hand gaan. De veertig meter hoge hal is vooral een “food-walhalla” met maar liefst honderd verswinkels, 15 foodshops en 8 restaurants. We kunnen op deze culinaire ontmoetingsplek al wandelend onze ogen uit kijken, koffie of iets anders drinken en eventueel ook nog winkelen.

Programma:

8.15 uur vertrek parkeerplaats bij Den Ekker

8.30 uur vertrek Wilhelminaplein

9.30 uur aankomst bij Restaurant De Waterman in Werkendam voor koffie/thee met appelgebak

10.15 uur vertrek naar het Westland

11.30 uur Aankomst in Monster bij de Westlandse Druif. Na de rondleiding, de film en het museum wordt de koffietafel geserveerd.

14.00 uur vertrek naar Rotterdam, waar onze chauffeur een korte rondrit maakt langs de belangrijkste bezienswaardigheden. Daarna kunnen we op eigen gelegenheid de Markthal verkennen.

17.00 uur vertrek naar Gameren, waar we bij restaurant Gambora vanaf

18.30 uur een goed verzorgd driegangen diner gebruiken.

20.30 uur vertrek naar Best, waar we naar verwachting rond 21.15 uur aankomen.

Meerdaagse reizen

8-daagse busexcursiereis Boedapest, Donauknie en Wenen.

De reis is van zondag 27 augustus t/m zondag 3 september. We overnachten in hotel Arpad in Tatabanya op basis van halfpension. De kamers in dit prima middenklasse hotel, die bereikbaar zijn met een lift, zijn voorzien van een badkamer, wc, douche en haardroger. In het gehele hotel is gratis wifi. De kosten bedragen € 449,= p.p. op een 2-persoon kamer. Toeslag 1-persoons kamer € 120,=.

Programma:

Dag 1 Vertrek naar ons overnachtingshotel nabij Passau. Diner en overnachting.

Dag 2 Na het ontbijt vertrek naar Wenen. Na de lunch stadstour o.l.v. een deskundige gids. We zien o.a. de Staatsopera, de Hofburg, het Parlementsgebouw, Schönbrunn en het Hundertwasserhaus. Daarna rijden we door naar ons hotel in Tatabanya. Dag 3 Na een vrije ochtend ontdekken we de omgeving; rondrit door het Geresce Natuurpark, bezoek aan het stadje Tata, de stad der wateren, met de meren Öreg-tó en Cseke-tó. Dag 4 Uitgebreide stadstour met een gids door Boedapest. De stad die bestaat uit de stadsdelen Boeda en Pest gescheiden door de Donau. Namiddag gelegenheid om te winkelen of musea te bezoeken. Dag 5 Bezoek aan de Donauknie, een van de hoogtepunten van deze reis. We bezoeken de schilderachtige stadjes Szentendre en Visegrad, met magnifieke uitzichten op de Donau, en Esztergom met zijn reusachtige basiliek en Koninklijk paleis.

Dag 6 Na het ontbijt vertrek naar Boedapest, u kunt vrij in het centrum doorbrengen. Optioneel is een boottocht van 1,5 uur over de Donau met audioguide (€ 15, = p.p.), bij boeking op te geven.

Dag 7 door Oostenrijk naar ons overnachtingshotel in Zuid-Duitsland voor overnachting en diner.

Dag 8 Terug naar huis via Heerlen voor de afscheidsmaltijd. De inschrijfformulieren voor deze reizen vindt u elders in deze nieuwsbrief.

Werkgroep reizen en excursies:

Loes Betlem

Burg. Notermansstraat 4

tel: 395666

Elly van Dam

Marie Raymakersstraat 8

tel: 371779

Koos de Laat

Spoorstraat 15B

tel: 06 52337163

Jo Lips

Rembrandtlaan 22

tel: 373343

Brabantse koffietafel voor 85-jarigen en 85-plussers in Best.

Afgelopen jaar hebben wij als KBO Best een Brabantse koffietafel georganiseerd voor onze leden, die 85 jaar of ouder waren. Dat was een bijzonder fijne bijeenkomst. Mede door een bijdrage van Rabobank Clubkas Campagne zijn wij in staat om dit jaar op 3 augustus weer een koffietafel te organiseren. Maar nu niet alleen voor KBO-leden, maar voor alle mensen in Best, die 85 jaar of ouder zijn. Het leuke hiervan is dat u wellicht uw leeftijdsgenoten uit uw schooltijd misschien weer tegenkomt. Misschien bent u ze uit het oog verloren en is dit een mooie manier om elkaar weer te zien. Maar afgezien daarvan: het wordt een hele gezellige bijeenkomst. Behalve de heerlijke koffietafel zal er gezellige muziek te horen zijn en kunt u ook nog meezingen. De koffietafel wordt gehouden op 3 augustus a.s. van 11.00 – 14.00 uur in de grote zaal van de Prinsenhof. Het is raar maar waar: om te voorkomen dat “jongeren” willen aanschuiven vragen wij u, om zich bij de zaal te legitimeren. Als u uw “jongere” partner of begeleider mee wilt nemen, dan kan dat gerust, maar die betaalt dan € 15,00 bij de ingang en moet ook tevoren een kaartje halen bij CultuurspoorBest. Als u eventueel vervoer nodig heeft om naar de Prinsenhof te komen, kunt u bellen naar Gerard Govers (één van de organisatoren). Tel.: 371055 3 augustus, Prinsenhof, aanvang 11.00 uur, einde ca. 14.00 uur. Kaartjes zijn gratis en af te halen vanaf 17 t/m 29 juli bij CultuurspoorBest, na 14.00 uur.

Brabantse middag

Om deze Brabantse middag op 28 juni ècht Brabants te maken hebben we een èchte Brabantse muzikant weten te strikken: Nico van de Wetering uit Sint Oedenrode. Hij zingt al 20 jaar lang zijn eigen Brabantse dialectliedjes en liedjes van zijn overleden oom, Thieu Sijbers. En nou niet bang zijn dat we het Rooise dialect niet verstaan, want verstaanbaar dialect is het handelsmerk van Nico. Onderwerpen die Nico graag bezingt: het dorp, de kerk, het boerenleven, het gezin en vele andere, herkenbare, en vooral Brabantse zaken. De liedjes worden op een luchtige, vaak humoristische wijze aan elkaar gepreut. Voor de pauze zal hij het dialect programma doen en ná de pauze kunnen we allemaal meezingen. Zij brengen mappen met de meezingers mee, zodat iedereen kan meezingen. Als Nico langs is geweest op een middag bij de KBO dan kunt u naderhand zeggen: ja,

er is wel een stukje Brabant binnen geweest...

Nico van de Wetering maakt zelf ook liedjes. Een “eigen” Brabants Volkslied is er helaas nog niet van gekomen, hoewel Nico daar heel erg zijn best voor heeft gedaan. En als u alsnog gitaarles wil nemen: Bij Nico kunt u altijd terecht, hij heeft een clubje speciaal voor 50-plussers! Van de Wetering is een stimulator van het Brabants dialect. Hij is ook initiatiefnemer en uitgever van de periodiek Brabants Buukske. Natuurlijk krijgt u iets lekkers bij de koffie/thee en in de pauze is een worstenbroodje wel op zijn plaats. Prinsenhof, 28 juni 2017, aanvang 14:00 uur, kaartjes bij CultuurSpoorBest vanaf 12 juni, ná 14.00 uur, entree € 5,- en graag met pinpas betalen.

DoeZomer activiteiten

Aangezien er in juni geen nieuwsbrief komt, zijn we al vroeg bezig met activiteiten te organiseren voor juli en augustus. Zo hebben we, samen met de PVGE, al bijna een compleet programma van de DoeZomer activiteiten.

Woensdag 12 juli: kunnen we meefietsen met de fietsclub door het buitengebied.

De start is om 13.30 uur bij de Prinsenhof en de afstand bedraagt tussen de 30 en 35 km. Natuurlijk stoppen wij halverwege bij een terras voor een drankje. De kosten bedragen € 5,-, koffie en gebak inbegrepen.

Woensdag 26 juli: gaan we evenals de vorige jaren naar de Midgetgolfbaan in Spoordonk.

We beginnen met koffie en gebak en daarna gaan we het parcours afleggen. We sluiten natuurlijk af met een drankje. Spelen is belangrijker dan winnen! Aanvang 14.00 uur, Broekstraat 4, Spoordonk, kosten € 7,50.

Woensdag 9 augustus: we weten nog niet welke activiteit dat wordt, dus dat wordt nog een verrassing. Houd Groeiend Best in de gaten, want daar zal het dinsdag 11 juli in gepubliceerd worden.

Woensdag 23 augustus: zijn wij weer te gast bij Quatre Bras voor een terrasmiddag. En wellicht gaan we weer een rondje maken met de bus,

waarbij Toon van Genugten mooie anekdotes kan vertellen.
Aanvang 13.30 uur, Nieuwstraat 79, Best, kosten € 5,-.

Kaartjes voor al deze DoeZomeractiviteiten kunt u vanaf 19 juni halen bij CultuurspoorBest, ná 14.00 uur. Graag met uw pinpas betalen! U kunt deze per activiteit los kopen natuurlijk, maar ook voor alle activiteiten tegelijk. Wij wensen u allen weer een fijne zomer toe en hopen u te zien bij één of meerdere DoeZomer activiteiten.

Bezoek EDAH-museum in Helmond

Op vrijdag 5 mei 2017 verzamelden zo'n dertien deelnemers zich bij ingang van het museum. Na de ontvangst met thee en de koffie kregen we een filmpje over het ontstaan van de EDAH: De oprichters E(bben) D(ames) A(ukens) en H(ettema) waren vier kruideniers uit Friesland die onafhankelijk van elkaar naar Brabant verhuisden. Brabant was begin twintigste eeuw (omstreeks 1900) sterk in opkomst door de textiel, tabak en metaal industrie. Voedselfabrieken in het Noorden zagen in het zuiden een nieuwe markt voor hun producten. Deze vier mannen besloten samen in te kopen. Door de lage prijzen die daardoor mogelijk werden, hadden de afzonderlijke winkels veel succes. In 1917, alweer honderd jaar geleden, werden de winkels en de inkoop één organisatie. In de loop jaren veranderde veel, het aantal en de opzet van de winkels, het vervoer, de artikelen enzovoorts. De daarop volgende rondleiding was een feest van herkenning; producten die niet meer bestaan, oude reclames en winkelinrichtingen. Vanzelf kwamen de eigen herinneringen boven. Na de rondleiding was er een lunch, hier konden we gezellig de herinneringen delen. Daarna volgde het tweede deel van de rondleiding, ook nu werd er veel verteld en gelachen. Als afsluiting van dit bezoek hebben we samen nog iets gedronken. Als je door het museum loopt en de verhalen hoort en dingen ziet dan is er veel veranderd in de jaren.

Ria Donatz

Kortingsactie KBO

Bij de volgende bedrijven kunnen leden van de KBO Best en van PVGE Best op vertoon van hun ledenpas kopen met korting. Vraag in de winkel naar de aard van de korting of kijk op www.kbobest.nl

- Ambacht Restaurant
- APK-station Van Rijssel Neutraal
- Autofood /Autobedrijf Van de Sande
- Beautysalon Best
- Boetiek Oog & Design
- Bloemerie Best
- BMS Bikes
- Cees Arends Optiek
- Choco & Zoet
- Cyclepoint Best
- Deelen Menswear
- Derollatorwinkel.nl
- Drukkerij Peters-Lodewijks
- Fitness The Jab
- Foto Aartsen
- Gloriosa Bloemen
- Groencentrum de Mortelen
- Harrie's Knipperij
- Juwelier Meier
- Kemenade IJzerwaren
- Loesje Ladies Fit
- Notaris Van Luijn
- Optimuscles Massage
- Pitch & Putt de Stapperij
- Praevision Financiële coaching
- Ron's Bandencentrale
- Relax Massages Best
- Salderes Bodycare
- Savante Belastingadvies
- Scootmobielspecialist
- Schoonheidssalon Ireina
- Shabo Kapper
- Smits Dierenspecialzaak
- Smits Elektrotechniek
- Sport Center Spear
- Stijlvol Groen Hoveniers
- Uitvaartverzorging Mutsaers
- Vorstenbosch Women
- ZHON Zorgwinkel

Deze lijst verandert regelmatig. Kijk daarom op www.kbobest.nl onder "Kortingsactie". Ondernemers: zin om aan te sluiten? Bel Willem van Beerendonk: 06 21 88 44 44



Dag/tijd	Activiteit	Plaats	Contactpersoon	Tel.nr.
Maandag				
11.30 uur	Line dansen	Vlinderhei	Annie van de Goor	372793
13.00 uur	Wandelen	Volgens afspraak	Arida Verburg	0640477162
13.30 uur	Bowlen	Vrijtijds-Centrum	Rien van Hoppe	311040
14.30 uur	Line dansen	Prinsenhof	Joke Prozee	0628287333
Dinsdag				
9.00 uur	Biljarten	Heerbeek	Jan van Berlo	396293
Woensdag				
9.00 uur	Biljarten	Heerbeek	A. Matheeuwsen	395104
9.00 uur	Wandelen	Volgens afspraak	Anne Berger	374328
9.00 uur	Wandelen	Prinsenhof	Thea van Krieken	398436
9.30 uur	Tai Chi	Vlinderhei	Pauly Peels	372547
10.45 uur	Tai Chi	Vlinderhei	Pauly Peels	372547
14.00 uur	Kienen	de Kadans	Beppie Pluym	392683
Donderdag				
1e donderdag				
14.00 uur	Kienen	Prinsenhof	Trees Thiel	871995
Vrijdag				
13.00 uur	Biljarten	Buurthuis Aarle	Pierre de Swart	373490



Jubilarissen bezocht



Er waren nóg een paar jubilarissen, die niet bij de ALV aanwezig konden zijn. Zodoende zijn Gaston en ik weer samen op stap gegaan, met oorkondes, bloemen en wat lekkers. Mevr. G., die liever niet al te veel aandacht wil, was 's morgens als eerste aan de beurt. Haar woonkamer stond al vol met grote boeketten.

Wat was er aan de hand? Een week eerder hadden zij en haar man een feest gehad wegens hun 65-jarige bruiloft! Een Briljanten Bruiloft dus. Nou dat kom je ook niet vaak tegen. Wat een gezellige en fitte dame van 91 jaar! Het type van “niet mauwen, maar vrolijk doorgaan”. We hebben ook heerlijk gelachen met elkaar, want ze kan heel goed relativeren. Ze gaf ook aan dat ze niet veel aan activiteiten van de KBO heeft deelgenomen, maar graag een ondersteunend lid was. Nou, die zijn ons net zo lief als de anderen. 's Middags gingen we op pad naar mevr. Smulders. Het lidmaatschap van haar man had ze, wegens ziekte, al een tijd geleden stop gezet. Dus zij kreeg de bloemen en de oorkonde, maar haar man zat er net zo blij bij, natuurlijk. Een prachtig stel samen! Natuurlijk werd er over vroeger gepraat. Niet omdat het vroeger beter zou zijn, maar vooral ook dat er vroeger hard gewerkt moest worden om met een groot gezin rond te komen. Twee jaar geleden waren ze 60 jaar getrouwd en de foto's van het feest kwamen tevoorschijn. Zodoende kwamen we te weten wie de kinderen en kleinkinderen waren en waar ze woonden. Ook hingen er hele oude foto's aan de muur van hun ouderlijke gezinnen. Prachtig, die oude bruine foto's, waar vroeger een fotograaf werd besteld om een familiefoto te maken. Onze jubilarissen vonden het fijn dat we langs waren gekomen. Maar wij hebben ook genoten. Konden we dat maar eens vaker doen.....

Paula.

Foto: Mevr, Smulders en onze voorzitter Gaston Slagers

Tip werkgroep cultuur

Vrije inloop in De Vlinderhei.

Elke donderdagmorgen van de week is er een vrije inloop in de Vlinderhei. Met name senioren van de KBO (maar ook niet-leden) zijn daar van harte welkom. Hier kan men lekker bijpraten onder het genot van een kopje koffie / thee. Ook je hobby's zoals kaarten maken, haken of borduren, en kleuren komen aan bod. Dus voor iedereen is er wel wat. De vrije inloop is geopend elke donderdag van 9.30 uur tot 12.00 uur. Graag tot ziens.

Annie van de Goor.

Een boeket bloemen en nog iets

Wat was ik jaloers tijdens de afgelopen Algemene Ledenvergadering op onze Voorzitter. Hij was het, die tijdens de vergadering aan een vijftal vrijwilligers niet alleen de zilveren speld met oorkonde mocht uitreiken, niet alleen aan allen een schitterend boeket bloemen mocht overhandigen, niet alleen de beide heren als dank een ferme handdruk mocht geven, nee die ook nog eens de drie dames - per dame - drie (3!) dikke zoenen mocht geven. Zo zie je maar weer, dat je als voorzitter niet alleen een vergadering moet/mag leiden, nee ook nog leukere zaken mag afhandelen. En ik ben nu eenmaal geen voorzitter en ook geen vrijwilliger die voor een dergelijke bejegening in aanmerking komt. Maar toch, niet getreurd, komt tijd, komt raad, en geheel automatisch zonder er ook maar iets voor te hoeven doen, word ook ik één dezer dagen in het zonnetje gezet. Ik zie namelijk in de Nieuwsbrief van mei mijn naam staan als laatste in het rijtje van 85 jarigen in mei/juni, die een bezoekje krijgen van één van de 3 dames die namens de KBO een cadeautje komen brengen. Tenminste, dat stond er nog bij in de Nieuwsbrief van april. In deze van mei staat dat niet meer vermeld; het zal toch nog wel doorgaan? Ik zal in elk geval goed op de deurbel letten, ik wil dit zeker niet missen en wat mij betreft mogen alle 3 de dames op de koffie komen. Gezellig toch?

MLC



Vertrouwd Dichtbij



Raadhuisstraat 40, Best
www.zuidzorg.nl
www.facebook.com/zuidzorgbest

Inschrijfformulier dagtocht Monster en Rotterdam

Datum: donderdag 14 september 2017.

Naam: aantal:

Adres en postcode:

Tel: Tel. thuisblijvers:

Opstapplaats: Den Ekker/ Wilhelminaplein.

Bijzonderheden:

Eenmalige machtiging:

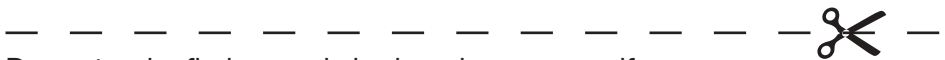
Ondergetekende verleent hierbij eenmalige machtiging aan KBO Best, om omstreeks 15 augustus 2017 een bedrag van € (€ 62,= p.p.) als betaling voor deze reis van onderstaande rekening af te schrijven.

IBAN:.....

Naam en voorletters.....

Datum en handtekening:

Inleveren bij een van de leden van de werkgroep reizen vóór 1 augustus 2017.



Deze strook afknippen als herinnering voor uzelf.

Donderdag 14 september 2017: dagtocht Westlandse Druif en Markthal Rotterdam.

Vertrek Den Ekker: 8:15 uur. Wilhelminaplein: 8:30 uur

Inschrijven tot 1 augustus 2017: incasso 15 augustus 2017.

Ingeschreven voor personen

Formulier ingeleverd d.d.

Kosten Dagtocht Westlandse Druif en Markthal Rotterdam € 62,= p.p.



Johan Koelewijn

www.johankoelewijn.nl

Spinnerstraat 32
5683 ML Best
T 0499 - 37 71 92
M 06 - 518 457 60
info@johankoelewijn.nl



accountants en adviseurs

SABbest biedt een breed
dienstenpakket aan op het
gebied van accountancy
en (belasting)advisering.

Eindhovenseweg 28a
5683 KH BEST
(0499) 39 24 31
info@sabbest.nl
www.sabbest.nl

Volg ons op Twitter, Facebook en LinkedIn

Inschrijfformulier 8-daagse busexcursiereis Boedapest (Hongarije)

datum: zondag 27 augustus t/m zondag 3 september 2017

Naam: M/V geb. datum:

Naam: M/V geb. datum:

Straat en huisnummer:..... Postcode/Plaats:

Telefoon: Tel. thuisblijver:

Lidnr KBO:

Gebruikt rollator: ja/nee opstapplaats: parkeerplaats Den Ekker

Bijzonderheden:

tweepersoonskamer: (per persoon € 449,=) €

eenpersoonskamer: (€ 569,=) €

Annuleringsverzekering: (€ 35,= p.p. 2 persoons kamer) ja/nee €

(€ 44, = p.p. 1 persoons kamer) ja/nee €

Reisverzekering (per persoon € 2,= per dag) ja/nee €

TOTALE REISSOM €

Naam plus voorletters:
.....

Adres en postcode:
.....

Datum en handtekening:
.....

Inleveren uiterlijk 15 juli bij werkgroep Reizen en Excursies



Wat doen we?

Soms heeft een klacht verschillende oorzaken. Door de nauwe samenwerking van Arcus kunnen we deze klacht vanuit verschillende invalshoeken onderzoeken. Binnen Arcus weten we elkaar snel te vinden en maken we veel gebruik van elkaars kennis en mogelijkheden. Op die manier ontvangt u de best passende zorg.



Ergotherapie
Best-Oirschot
Nazarethstraat 173
5683 AK BEST
tel. 06-13358448
www.ergobest.nl

Podotherapie
Brons
Bosseweg 7d
5682 BA BEST
tel. 0499-393352
www.podotherapiebrons.nl

Oefentherapie Cesar
Best-Oirschot
Jacob van Ruysdaelstraat 1
5684 ER BEST
tel. 0499-396979
www.oefentherapiecesarbest.nl

Fysio- en Manuele therapie
Meesters
Raadhuisplein 12
5683 EB BEST
tel. 0499-324568
www.fysiomeesters.nl

Psychologen Praktijk
Best
Kerkhofpad 3
5683 AH Best
tel. 0499-370080
www.ppbest.nl

Inschrijfformulier dagtocht The Lion King

Datum: zondag .. november 2017

Naam: aantal:.....

Adres en postcode:.....

Tel.: Tel. thuisblijvers:

Opstapplaats: Den Ekker/Wilhelminaplein

Bijzonderheden:

Eenmalige machtiging:

Ondergetekende verleent hierbij eenmalige machtiging aan KBO Best om omstreeks 1 oktober 2017 een bedrag van €..... (€ 99,= p.p.) als betaling voor deze reis van onderstaande rekening af te schrijven:

IBAN:

t.n.v. (naam plus voorletters):

Datum en handtekening:

Inleveren bij een van de leden van de werkgroep reizen vóór 30 juni 2017.



Deze strook afknippen als herinnering voor uzelf

Zondag.....(?)november 2017: Dagtocht The Lion King;

Vertrek Den Ekker:

Inschrijven tot 30 juni; incasso ca. 1 oktober

Ingeschreven voor :.... personen

Formulier ingeleverd d.d:..... bij:.....

Kosten The Lion King: € 99,= p.p.

hoveniersbedrijf het Klaverblad



ontwerp aanleg onderhoud

Oranjestraat 27, 5682 CA Best Tel. 0499-39 26 51
www.het-klaverblad.nl info@het-klaverblad.nl



Kundig, betrouwbaar en betrokken advies

- Uw belang voorop
- Onze ervaring in uw voordeel
- Lagere aankoopprijs
- Risico's uitsluiten
- Besparing van tijd en administratieve rompslomp

Bel ons voor een persoonlijk gesprek om uw woonwensen te inventariseren.

 **Kronenburg**

MAKELAARDIJ



vastgoedpro 

Broekstraat 13 - Best - 06-53961078 - info@kronenburgmakelaardij.nl - www.kronenburgmakelaardij.nl

Cursus 'Blijf in Balans' start weer met een nieuwe groep **Steviger op de benen en beter in balans!**

De cursus Blijf in Balans is een samenwerkingsverband tussen WBO, Ergotherapie Best-Oirschot en Oefentherapie Cesar Best-Oirschot. Deze cursus geeft informatie over de oorzaken van verminderd evenwicht en hoe de kans op vallen kleiner gemaakt kan worden. Er worden testen gedaan met betrekking tot evenwicht, fitheid en de veiligheid van de woning. Tevens worden in iedere les informatie en oefeningen gegeven die u ook thuis toegepast kunnen worden. "Ik voelde me uiteindelijk een stuk zekerder en minder gespannen," vertelt één van de deelnemers.

De cursus

Er zijn vier bijeenkomsten van 2,5 uur. Er worden verschillende testen gedaan, zoals een veilig wonen- en een balanstest. De vierde middag is een herhalingsmiddag waarin de testen en oefeningen opnieuw worden gedaan. Zo zien de deelnemers zelf de verbeteringen. Het praktijkdeel bestaat uit oefeningen voor balans en ontspanning, versterkende en losmakende oefeningen voor voeten, enkels en benen, tips bij het lopen en het lopen met stok of rollator. Er worden ook thuisopdrachten gegeven. Elke deelnemer krijgt een cursushandleiding waarin alle informatie nog eens rustig nagelezen kan worden en waarin de oefeningen beschreven staan. De cursus is bedoeld voor mensen die problemen hebben met het evenwicht en/of meer moeite met het lopen krijgen. Een goede balans voorkomt vallen en werkt positief door op het welzijn en de gezondheid van ouderen. Iedere oudere, ook degenen die wel goed ter been zijn, heeft voordeel van deze cursus. Een goede balans werkt tenslotte positief door op het welzijn en de gezondheid en voorkomt daarmee dat ouderen vallen. De cursus wordt gegeven door de docenten Miranda de Kort (Oefentherapeut Cesar) en Willem de Koning (Ergotherapeut). Gespecialiseerd op het gebied van valpreventie en aangesloten bij ValNet (www.valnet.info). De kosten, inclusief boek, bedragen € 22,50. De cursus wordt gegeven op de volgende data: 5 oktober, 12 oktober, 19 oktober en 30 november (van 14.00 - 16.30 uur in Kadans). Wilt u meer weten, kom dan naar de gratis informatiebijeenkomst op 7 september van 14.00 - 16.00 uur in Kadans. Voor deze bijeenkomst is aanmelden niet nodig. Aanmelden voor de cursus, kan via het Infopunt van WBO (maandag t/m vrijdag tussen 8.30 tot 12.30 uur) op telefoonnummer 0499-770110.

Workshop klassieke muziek

In Buurthuis't Centrum aan de Spar 4 in Best (wijk Salderes)) van 9.45 uur tot 12.00 uur 13 juni 2017: favoriete klassieke muziekfragmenten van de deelnemers. Traditiegetrouw is de laatste bijeenkomst voor de zomervakantie gewijd aan de favoriete muziek van de workshopdeelnemers. U mag zelf aangeven welk muziekfragment u wilt horen en dit eventueel ook zelf meenemen op CD of USB stick. Doel hiervan is de uitwisseling van kennis en informatie tussen de deelnemers. Wellicht worden er onbekende muzikale schatten ontdekt! Belangstellenden zijn van harte welkom en kunnen zich telefonisch vooraf aanmelden bij Jarmila Pavel:

tel.: 0499-313938 of mobiel tel.nr. 06-49596898

of via E-mail op bol-pavel@live.nl.

U bent van harte welkom om te komen luisteren naar deze mooie muziek onder het genot van een kop koffie of thee. De toegangsprijs is € 5,00 per persoon.

Computer probleem?

Joost van Hak helpt KBO leden aan huis met computerproblemen en problemen met tablets en smartphones. De hulp gaat van advies bij aankoop tot het oplossen van problemen. Voor de computerhulp vraagt hij een kleine vergoeding voor zijn onkosten. Eveneens is het mogelijk aan huis instructie te krijgen over het gebruik van de computer of programma. Het tarief hiervoor is € 10,00 voor een sessie van ongeveer 50 minuten; men moet zelf aantekeningen maken. Joost kan voor zijn hulp alleen gebeld worden op 06 21 40 41 38 tussen ongeveer 10 uur en 17 uur. Ook kan het zijn dat zijn telefoon is uitgeschakeld, probeer het dan later of de volgende dag nog eens.

Ouderenadviseurs KBO Best

Agnes de Rooter	372662
Huub de Rooter	372662
Trees Thiel	871995
Frans van Rosendaal	310966
Leo Valentijn	397072

Clientondersteuning W.M.O.

Annelies Berende tel. 329070 /06-36514118 en anneliesberende@hotmail.com

Keuringen voor rijbewijs

Na telefonische afspraak kunt u zich voor uw rijbewijs laten keuren bij:

Dhr. Dr. Kleijne, De Schakel 1, Best. Telefoon 464999

Dhr. Dr. Van Laere, Barrierweg 16, Liempde Telefoon 0411- 631534

Bereikbaar op werkdagen van 9.00 tot 12.00 uur.

Mevr. Dr. Elings, Berkt 18, Oerle Telefoon 040-2301452

Bereikbaar op werkdagen van 19.00 tot 20.00 uur.

Colofon

Redactie Nieuwsbrief

Anke Lips 373343

Jan van de Kerkhof 871183

Piet Peeters 373350

Katrijn van der Weijden 373048

Tom Herps 06-53722524

Eindredactie

Willem van Beerendonk

Layout – druk

Drukkerij Best

Kopij voor de volgende nieuwsbrief vóór dinsdag 25 juli 2017 digitaal
aanleveren bij redactiekbobest@gmail.com

Het volgende Ons magazine met Nieuwsbrief komt uit op 9 aug. a.s.

Mocht u geen Nieuwsbrief en/of Ons magazine hebben ontvangen,
kunt u bellen naar Jo Lips 373343 of Bert van Hoof 390386.



ZORGWINKEL



**ROLLATORS - SCOOTMOBIELLEN - HULPMIDDELEN
NIEUW & GEBRUIKT - HUUR & KOOP
SERVICE & ONDERHOUD**



Sint Odulphusstraat 2a | Hoofdstraat 18a - Best
0499-377173 | www.zorgwinkelbest.nl | www.zhon.nl

Open van: dinsdag t/m zaterdag tussen 10:00 & 17:00 uur



VAN LAARHOVEN

| BOUW |

Van Laarhoven bouw

Zessprong 18, 5684 NV Best

+31 (0) 499 – 39 22 44

www.vanlaarhovenbouw.nl



De dag van een medewerker bij Zuidzorg

Tussen 07.00-08.00 uur start de route, met de fiets/auto reis je van het ene naar het andere huisadres. Elk adres, elk huis, elke persoon is anders en heeft een andere hulpvraag. In de meeste gevallen starten we bij cliënten waar sprake is van diabetes; het is belangrijk dat zij dagelijks op de juiste tijden, de juiste medicatie krijgen. Vervolgens vervolgen we de route en gaan we naar de cliënten die op tijd klaar moeten zijn in verband met afspraken. Dit gaat dan over vaste afspraken bv. dagbesteding, koffie-uurtje etc. of eenmalige afspraken(ziekenhuisbezoeken). Deze mensen worden dan bijvoorbeeld geholpen met het wassen en aankleden. Wat later op de ochtend worden vaak verpleegtechnische handelingen gepland mits dit mogelijk is. Dit zijn bijvoorbeeld wondzorg, darm- blaasspoelingen, injecties etc. Eind van de ochtend zijn de tweede zorgmomenten van de dag bij veel cliënten gepland. Vervolgens hebben we een middagpauze en vervolgen we onze werkzaamheden vanaf 13.00 uur. Dit kunnen vrij uiteenlopende werkzaamheden zijn zoals gesprekken, overleggen, nieuwe intakes. Maar ook wordt er cliëntenzorg geleverd. De piekuren in de middagen liggen ongeveer tussen 15.00 -18.00 uur. Tijdens deze momenten zijn er hulpvragen zoals medicatie, diabetes, toiletgang, controlemomenten. De avondroutes starten tussen 18.00 – 19.00 uur en werken tot 23.00 uur. Tijdens deze routes worden cliënten op bed gelegd, omgekleed, medicatie, diabeteszorg, wondzorg, injecties. Vanaf 23.00 uur start het nachtteam. Zij werken van 23.00 – 07.00 uur in de regio.

Marloes & Meggie & Rozanne

Langer zelfstandig thuis met Ergotherapie

Door de vergrijzing ontstaat er een groeiende groep thuiswonende ouderen. Het is goed om te weten wat ergotherapie deze groep ouderen, en hun mantelzorgers te bieden heeft.

Wanneer komt ergotherapie in beeld?

- Wanneer een lichamelijke en/of psychische aandoening je beperkt bij activiteiten in het dagelijks leven: persoonlijke verzorging, huishouden, mobiliteit, hobby's, sociale contacten, dagbesteding.
- Wanneer de omgeving problemen ervaart bij het begeleiden of verzorgen van de thuiswonende oudere.
- Wanneer er vragen zijn over de veiligheid en zelfstandigheid van de thuiswonende oudere.

Hierbij kan het gaan om valproblematiek, dementie en geheugenproblemen, depressie, decubitus, overbelasting mantelzorger, palliatieve zorg, de gevolgen van een beroerte, de ziekte van Parkinson, etc.

Waarom Ergotherapie?

Het doel van ergotherapie is de oudere (en mantelzorger) zo zelfstandig mogelijk de dag door te laten komen. De oudere wordt zodanig op weg geholpen dat hij zijn alledaagse handelingen opnieuw of op een andere manier kan uitvoeren. Voorop staat een praktische aanpak van die activiteiten die voor hem of haar belangrijk zijn en problemen opleveren. Een paar voorbeelden: douchen, opstaan uit een stoel, boterham smeren, boodschap doen, koken, verplaatsen binnen- en buitenshuis, schrijven, dagplanning maken en computergebruik.

Vragen of hulp nodig?

Wanneer u vragen heeft over ergotherapie kunt u contact opnemen via 06-13358448 of een kijkje nemen op onze website: www.ergobest.nl