



Nieuwsbrief

december 2022 - nummer 39

Welzijn op Recept

Welzijn op Recept is bedoeld voor een brede doelgroep. Dit hoeven dus niet alleen senioren te zijn.

Inleiding

Veel senioren zullen zich afvragen waar ze dit project moeten plaatsen. Er is al het Preventieve Huisbezoek en ook de Krimpense Fijn Thuis gesprekken. Inwoners van Krimpen aan den IJssel krijgen voor Preventieve huisbezoeken vanaf hun 75e jaar en daarna elke drie jaar een uitnodiging voor een preventief huisbezoek door een (vrijwillige) seniorenvoorlichter. Tijdens het huisbezoek informeren en bespreken de vrijwilligers de vragen die leven bij de senioren, beantwoorden (waar mogelijk) de vragen en regelen indien nodig een afspraak met de seniorenadviseur.

Fijn Thuis gesprekken worden ingezet als aanvulling (en mogelijk op termijn als vervanging) van de Preventieve Huisbezoeken zoals deze nu gedaan worden. Het is een bewuste keuze om de Krimpense Fijn Thuis Gesprekken vooralsnog naast de Preventieve Huisbezoeken te organiseren. Dit heeft te maken met het feit dat de Fijn Thuisgesprekken worden gevoerd met deelnemers die in een andere, vroegere levensfase zitten. Het feit dat de deelnemers aan het Fijn Thuis gesprek jonger zijn, maakt dat zij eerder bewust gemaakt worden van vraagstukken over ouder worden, waar zij later mee geconfronteerd zullen worden. Daarmee draagt het gesprek positief bij aan het welzijn en de levenskwaliteit van de deelnemer op de lange termijn.

Wat is Welzijn op Recept?

Een eenvoudig concept met krachtige gevolgen voor mensen met psychosociale klachten. Dit concept blijkt nu al een groot succes te zijn. Huisartsen en andere zorgverleners in de eerste lijn zien veel mensen met psychosociale klachten op hun spreekuur. Vaak kan voor deze klachten geen medische oorzaak worden gevonden. Een doorverwijzing vanuit de eerstelijns zorg naar een welzijnscoach werkt beter dan 'het traditionele pilletje'. Cliënten die een doorverwijzing hebben gekregen geven aan dat het hun kwaliteit van leven verhoogt en hun gezondheid verbetert. Huisartsen geven aan dat het de druk op het spreekuur



In dit nummer o.a.

Welzijn op Recept

De Belbus na corona

Telefooncirkel

Van donker naar licht

Woonzorganalyse, een blik naar de toekomst

Winterprogramma van KrimpenWijzer

Concerten in de IJsseldijkkerk

De Zonnebloem



Hoe werkt Welzijn op Recept?

De huisarts of een andere eerstelijns zorgverlener verwijst de cliënt met psychosociale klachten door naar een welzijnscoach. Het primaire doel is het verhogen van het welbevinden. Sociale contacten en deelname aan bepaalde activiteiten hebben een directe invloed op het welzijn. Samen met de cliënt, indien hij/zij er aan toe is, maakt de welzijnscoach een programma op maat, (denk aan vrijwilligerswerk, bewegingsprogramma's of creatieve activiteiten). De coach kan de cliënt helpen met het aanmelden voor een gekozen activiteit. Als de cliënt het fijn vindt als de coach de eerste keer

meegaat naar de activiteit, dan is dat mogelijk. De welzijnscoach helpt en begeleidt. Met deze individuele benadering van de cliënt ervaren de deelnemers meer levensvreugde én een betere gezondheid. Het gaat om het proces dat in gang gezet wordt, een proces dat nauw aansluit bij de inwoner en bij zijn/haar tempo. Maatwerk is belangrijk. Verwijzen naar de welzijnscoach betekent: direct helpen. Momenteel wordt dit concept binnen 1 huisartsenpraktijk uitgetoetst. Dit is ook in Krimpen een groot succes. Hopelijk zullen andere huisartsenpraktijken in 2023 dit voorbeeld gaan volgen.

vermindert. Minder psychosociale klachten en minder onnodig zorgverbruik. Win-win voor zowel de cliënt als de dokter!

Bij cliënten met psychosociale problemen, waarvoor geen medische behandeling of verwijzing nodig is, kan de eerstelijns zorgverlener een welzijnsrecept voorschrijven. Hiervoor voert de eerstelijns zorgverlener het zogenaamde 'andere gesprek'. Het is vooral belangrijk dat het hier gaat om oplossingsgerichte gesprekstechnieken. Nadat de cliënt het eens is met de verwijzing wordt toestemming gevraagd of de huisarts de contactgegevens aan de welzijnscoach mag doorgeven.



Onze welzijnscoaches zijn:



Ineke Sweben
06 57484252
Dinsdag en donderdag



Jowendy van der Graaf
06 22760666
Dinsdag, woensdag en donderdag



De Belbus na corona

Nu Nederland in een wat rustiger vaarwater is gekomen na twee jaar corona, is het moment daar om eens om ons heen te kijken naar de gevolgen die corona heeft gehad voor de Belbus.

- De Belbus is twee keer volledig gesloten geweest, één keer gedurende 2 maanden en één keer voor 1 maand, omdat de besmettingen toch wel heel dichtbij kwamen. De afweging daarbij was dat onze vrijwilligers, vanwege hun leeftijd, ook allemaal behoren tot de kwetsbare groep mensen. Dus, toen bleek dat wij leden hadden vervoerd die besmet waren, heeft het bestuur besloten dat de vrijwilligers van de Belbus beschermd moesten worden en heeft vervolgens ingegrepen.
- Een flink aantal leden heeft hun lidmaatschap opgezegd na de uitbraak van corona (het aantal leden ging van 475 naar 415).
- Het aantal ritten nam drastisch af, van 27.500 ritten per jaar naar 15.000, met alle financiële gevolgen van dien.
- Het aantal vrijwilligers nam af van 75 naar 60, met grote gevolgen

voor het op orde krijgen van de bezetting van de bussen (nogmaals grote dank voor de enorme inzet van al onze vrijwilligers!).

- Het aantal sponsors bleef gelijk (gelukkig, en ook daarvoor heel veel dank).

Inmiddels is het aantal leden weer gegroeid naar 435, het aantal ritten komt dit jaar waarschijnlijk uit op 22.500 en gelukkig heeft de Belbus weer 70 vrijwilligers.

Alles bij elkaar krabbelt de Belbus dus weer uit het dal omhoog, maar wij maken ons wel zorgen om de grote vereenzaming achter de voordeur van onze leden. In de afgelopen tijd is ons gebleken dat veel leden twee jaar lang helemaal niet uit huis zijn geweest vanwege de angst voor besmetting. Zij lieten hun boodschappen halen door hun kinderen of zij lieten de boodschappen thuis bezorgen door de plaatselijke supermarkt. Deze zorg hebben wij uiteraard gedeeld met de bevoegde instanties en ook op die manier kan de Belbus een bijdrage leveren aan het wel en wee van ouderen in deze gemeente.

Maar, er is meer en dat geeft de Belbus haar bestaansrecht het beste weer. De laatste tijd spreken velen in de bus hun dank uit voor de Belbus, waarbij naar ons opmerkingen worden gemaakt als: "Ik zou niet weten wat ik zonder de Belbus zou moeten doen. Als jullie er niet waren dan kwam ik waarschijnlijk de deur veel minder uit. Natuurlijk kan ik ook mijn kinderen vragen om mij even naar het winkelcentrum te brengen, en dat doen ze ook wel, maar dan ben ik afhankelijk van hun tijd en dat wil ik niet. Zij hebben hun eigen leven en vinden het niet erg om mij even te brengen, maar met de Belbus ben ik niet afhankelijk en kan ik het allemaal zelf bepalen".

Dat is dus de kracht van de Belbus! Wilt u ook lid worden van de Belbus? Dat kan, voor € 6,- per maand. Een rit kost € 0,50. Bel naar 0180-513030 voor een afspraak om in te schrijven en dan komen wij u ophalen en weer thuis brengen!

www.belbus-krimpen.nl





Telefooncirkel



Nederlandse Patiënten Vereniging
Krimpen aan den IJssel

Wat is een telefooncirkel?

De telefooncirkel wordt gevormd door een groepje mensen dat elkaar belt om te horen of men de nacht goed is doorgekomen.

De dienstdoende coördinator belt op een vast tijdstip naar iemand, die op zijn/haar beurt de volgende belt. De laatste in de rij belt naar de coördinator en zo is de cirkel weer rond.

Voor wie is de telefooncirkel bestemd?

Voor alleenwonenden en voor diegenen waarvan de huisgenoot niet in staat is alarm te slaan bij calamiteiten.

Op welke tijd wordt er gebeld?

De eerste deelne(e)m(st)er wordt tussen half negen en kwart voor

negen gebeld. Om uiterlijk kwart over negen moet de cirkel rond zijn.

Het is niet de bedoeling om een gezellig praatje te maken.

Met "Goedemorgen, is alles naar wens?" of "Is alles goed?" kan worden volstaan. Hierna belt u de volgende in de rij.

Als u een keer niet thuis bent, (u gaat op vakantie of bent een paar dagen weg) geeft u dat van tevoren door aan de coördinator. Deze zal dat dan doorgeven aan degene die u belt en aan diegene vragen de volgende in de rij te bellen.

Zijn er kosten aan verbonden?

U betaalt uw eigen telefoontjes. Kosten en schade, verbonden aan het forceren van de deur of iets dergelijks omdat u niet op de telefoon reageerde, zijn voor uw rekening. U hoeft ook geen lid te zijn of te worden van de Nederlandse Patiënten Vereniging. Iedereen kan deelnemen aan de telefooncirkel.

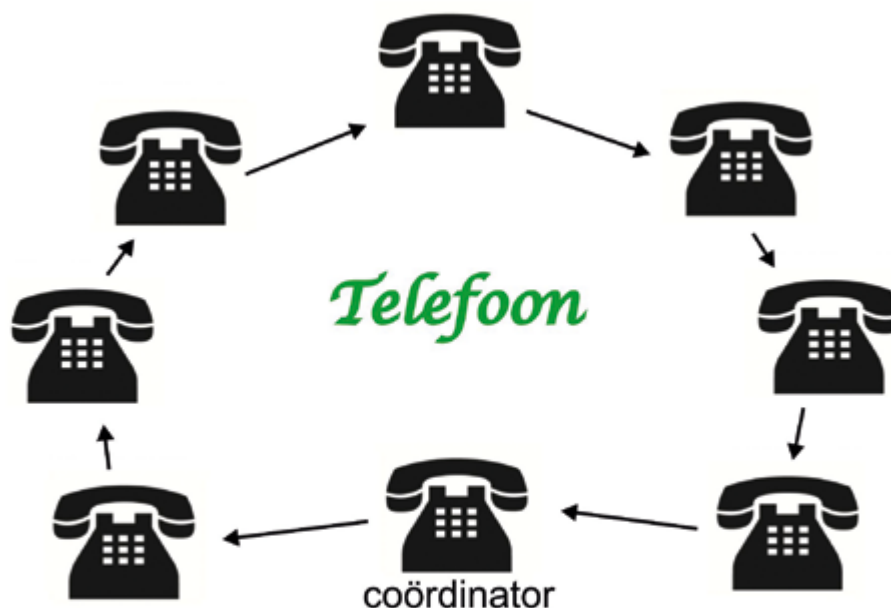
Wat gebeurt er als u de telefoon niet opneemt?

Aan de coördinator geeft u minimaal twee adressen door van personen bij wie u een sleutel in bewaring heeft gegeven. Als er geen gehoor bij u is, geeft degene die u belde dat direct door aan de coördinator. De coördinator zal dan de sleuteladressen benaderen. Mocht ook hier geen gehoor zijn, dan zal de politie ingeschakeld worden.

Hoe gaan we om met uw privacy?

U bent verplicht tot geheimhouding van het telefoonnummer dat u belt. De coördinator is verplicht tot geheimhouding van de telefoonnummers, tenzij er geen gehoor is: dan wordt na de sleuteladressen, de politie ingeschakeld.

**Voor vragen over de telefooncirkel of wilt u zich aanmelden dan kunt u contact opnemen met de Nederlandse Patiënten Vereniging.
Telefoonnummer: 06-49691678**



Cirkel



Van donker naar licht

Nadat we een hele generatie lang hebben gedaan of we de klimaatveranderingen konden negeren, is het nu wel glashelder. Het klimaat is, volledig door menselijk handelen, totaal in de war. Water teveel, water te weinig, te warm, te koud, de voorspelbaarheid is er af.

Met man en macht vecht de oude industrie een achterhoedegevecht om hun belangen overeind te houden. Maar meer en meer accepteren we het feit dat de overdaad aan stikstof de aarde doodmaakt (dat zit al in de naam: stik-stof). Accepteren we het feit dat er voor elk Nederlands huishouden gemiddeld 2 personen in slavernij werken in derde-wereld-landen? Accepteren we dat het stoken van aardgas ertoe leidt dat in Groningen mensen hun huis uit moeten als gevolg van aardbevingen? Nou burgemeester, dat is geen gezellig stukje voor de nieuwsbrief van het Seniorenplatform! Dat klopt, maar dat doe ik met opzet. Steeds vaker spreek ik senioren die zich zorgen maken over de kinderen van nu. Ze zijn zo druk. Ze zijn zo onbeleefd. Ze zijn zo anders dan wij ooit waren. Ze doen maar wat. Waarom worden ze niet gewoon opgevoed zoals wij vroeger?

De vraag van diezelfde kinderen aan ons: (ja, ik voel me ook aangesproken) Wat doen jullie ons aan, wat laten jullie, volwassenen, gebeuren met de aarde, met de mensen die daarop wonen, dichtbij en ver weg?

Er is nooit een generatie geweest met zoveel geld, zoveel middelen, zoveel mogelijkheden als nu. En wat doen we daarmee? Wat laten we na aan de jeugd?

Onze klimaatburgemeester is een jongedame van de eindgroep van de basisschool. Zij benoemde deze punten allervriendelijkst, toen ze werd geïnterviewd door de LOK. Het is niet aan mij of aan u haar tegen te spreken; het



is wel aan ons er iets mee te doen. En dat kan. Beginnen is niet ingewikkeld. Zowel de sociale kou als de fysieke kou is op te lossen. Kent u iemand die het financieel lastig heeft vanwege de energierekening? Help dan even contact op te nemen met de gemeente. Heeft u of uw VVE nog geen zonnepanelen? Neem contact op met de gemeente.

Wij hebben binnenkort zelfs een speciaal energieloket. Wilt u echt iets doen tegen de stikstofuitstoot? Op veel manieren kunt u al heel wat betekenen door bijvoorbeeld bewuster boodschappen te doen. Kortom: licht brengen in duistere tijden, het kan echt! Doet u mee?

Martijn Vroom, burgemeester



Woonzorganalyse, een blik naar de toekomst

De gemeente heeft een extern bureau opdracht gegeven een analyse te maken van de bestaande en toekomstige zorg in Krimpen aan den IJssel. Het Seniorenplatform, maar ook de Adviesraad Sociaal Domein zijn vertegenwoordigd in de projectgroep die het onderzoek begeleidt. Bij het onderzoek zijn ook de organisaties in de zorg nauw betrokken.

Het onderzoek geeft belangrijke informatie over de te verwachten ontwikkelingen tot 2030-2040. Niet onbelangrijk, want de vraag is hoe de gemeente daarop gaat inspelen. Met de analyse zijn we er nog niet. Op basis van de verkregen gegevens zal een woonzorgvisie moeten worden ontwikkeld, maar ook een afwegingskader woonzorginitiatieven en een uitvoeringsagenda. Er is dus nog veel werk te doen de komende maanden. Alle daaruit voortvloeiende rapporten zullen een belangrijke bestuurlijke en politieke impact gaan hebben.

Het rapport bevat een gebiedsanalyse, de resultaten over de lokale zorg en de

toekomstige vraag.

De gebiedsanalyse dient als bijlage c.q. basis bij de te ontwikkelen woonzorgvisie. De opbouw van de gebiedsanalyse is gebaseerd op de volgende stappen:

1. Het bepalen van de omvang en spreiding van de zorgdoelgroepen, nu en in de toekomst;
2. Het inventariseren van de behoeften van deze groepen op het gebied van wonen, welzijn en zorg;
3. Het in beeld brengen van het huidige aanbod voor de verschillende groepen;
4. Het inzichtelijk maken van eventuele fricties tussen behoeften, het aanbod en het draagvlak voor nieuwe woonzorgvoorzieningen.
5. Het in beeld brengen van de draagkracht. Dit is de verhouding tussen het aantal inwoners dat ondersteuning nodig heeft en de groep die dat niet heeft.

Voortzettende vergrijzing

Op dit moment is 11,7% van de inwoners van Krimpen aan den IJssel 75 jaar of ouder. In de komende jaren zal dit percentage oplopen. Momenteel is een grote groep inwoners tussen de 65 en

70 jaar oud. Naar verwachting neemt het percentage inwoners van 75 jaar of ouder toe naar 15% in 2030 en 16% in 2040. Bovendien laten gegevens ook zien dat er in de komende jaren minder mogelijkheden zullen zijn voor informele hulp en ondersteuning.

Brede doelgroep

De vergrijzing is niet de enige aanleiding voor het opstellen van een woonzorgvisie. Er zijn meer kwetsbare groepen die hier baat bij hebben, zoals jeugdigen met een licht verstandelijke beperking (LVB). Het aantal inwoners met LVB-problematiek en angst- en stemmingsproblemen ligt in Krimpen aan den IJssel lager dan het landelijk en provinciaal gemiddelde. Ouderen in Krimpen aan den IJssel hebben gemiddeld wat meer ouderdom gerelateerde aandoeningen zoals dementie of somatische problemen. 13,4% van alle jongeren tot 23 jaar, hetgeen hoger is dan het landelijk gemiddelde van 9,8%, maakt gebruik van jeugdzorg. Mogelijk is de jeugdzorg deels gericht op jongeren van buiten de gemeente. Tot en met 2030 verwacht men een





verdubbeling van het aantal cliënten met psychiatrische problemen.

Verschillen tussen wijken

De gebiedsanalyse laat een aantal verschillen zien tussen de wijken in onze gemeente. Zo zijn er meerdere gebieden waar het aantal ouderen relatief hoog is en in de komende jaren toeneemt. Daarnaast verschilt het aantal ouderen met de behoefte aan 24 uurs-zorg per wijk. Qua bereikbaarheid van de triple-A (meest uitgebreide) voorzieningen zijn er bepaalde wijken minder geschikt voor inwoners met mobiliteitsproblemen. Verder kunnen in enkele wijken knellende situaties ontstaan omtrent het aanpassen van woningen.

Ondersteuningsbehoeften

Aandoeningen kunnen beperkingen in het dagelijks leven veroorzaken en in sommige gevallen is ook een specifieke woningbehoefte aanwezig. Voor onze gemeente geldt dat er relatief weinig inwoners met beperkingen zijn. Ouderdom gerelateerde beperkingen zoals mobiliteit buiten- en binnenshuis liggen rond het landelijk en provinciaal gemiddelde.

Woonarrangementen

De groep ouderen die van oudsher op een instelling is aangewezen neemt in Krimpen aan den IJssel de komende jaren sterk toe. Momenteel zijn er 340 ouderen met 24 uurs-zorg, maar in 2030 zal dit aantal toenemen tot 460 en in 2040 zelfs tot 600. Dit betekent niet per definitie dat de verpleeghuiscapaciteit met soortgelijke aantallen moet worden uitgebreid. Een toenemend aantal ouderen ontvangt verpleeghuiszorg in de thuissituatie (met een Modulair Pakket Thuis, MPT of Volledig Pakket Thuis, VPT). Men kan er voor kiezen deze situatie te bevorderen/stimuleren. Van belang is

hierbij oog te hebben voor de geografische spreiding van het aanbod en de behoefte. Nog geen tien jaar geleden werden ouderen met wat lichtere beperkingen gehuisvest in een verzorgingshuis. De verzorgingshuizen zijn inmiddels grotendeels verdwenen en het merendeel van die bewoners woont nu zelfstandig. Vaak gaat dat goed maar er zijn mensen die behoefte hebben aan de geborgenheid, veiligheid en extra voorzieningen die een geclusterde woonvorm biedt. In sommige gevallen is een geclusterde woonvorm noodzaak, voor velen een wens. De geclusterde woonvormen zijn voor vele ouderen een soort tussenvorm waarmee het gat tussen zelfstandig wonen en een verpleeghuis kan worden gevuld. Voor andere doelgroepen kan het gat tussen het verblijf in een instelling en zelfstandig wonen te groot zijn. Neem bijv. de doelgroep jeugd. Zodra jeugdigen uitstromen uit een instelling en zij zelfstandig gaan wonen hebben zij, zeker in de beginperiode, ondersteuning nodig. Anders is de kans op een terugval in het herstelproces en overlast voor de omgeving niet uit te sluiten. Trainingshuizen zijn dan bijv. een alternatief voor tussenvoorziening.

Het tekort aan woningen is een welbekend probleem dat niet vandaag of

morgen is opgelost door o.a. mogelijk gebrek aan bouwgrond. Wel zijn de woningen in onze gemeente relatief vaak levensloopbestendig of aanpasbaar en relatief weinig ongeschikt t.o.v. de rest van Nederland. Het aantal zelfstandig wonende personen dat problemen heeft met mobiliteit binnenshuis is ongeveer 800. Ondanks de toenemende vergrijzing is de fysieke geschiktheid en de aanpasbaarheid van de woningvoorraad in Krimpen aan den IJssel dusdanig goed dat er geen noodzaak is levensloopbestendige woningen toe te voegen. Wel is het aandeel dat in bezit is van woningcorporaties gecentreerd in bepaalde wijken. De komende periode zou moeten uitwijzen hoe de verdeling tussen vraag en aanbod zich manifesteert.

Noodzaak voor integraal beleid

In dit onderzoek ligt de focus op de fysieke woonvormen die nodig zijn voor het goed kunnen huisvesten van de verschillende zorggroepen. Het onderzoek toont ook aan dat het van groot belang is breder te kijken dan alleen naar fysieke woonvormen. Zaken zoals bereikbaarheid, voorzieningen en mobiliteit zijn voorbeelden hiervan. Een integraal beleid dat wijkgerichte nuances aanbrengt is hierbij wel cruciaal.





Winterprogramma van KrimpenWijzer

Datum	Activiteit	Tijdstip	Prijs	Aantal	Locatie	Aanmelden
Woensdag 4-1	Escaperoom	15.00-16.30	---	Vol=vol	Jongerencentrum De Tuyter	06-26160713
Woensdag 4-1	Vogelwandeling	09.00-11.00	---	Max 20	Surfplas Houten gebouw	welzijn@krimpenwijzer.nl
Vrijdag 6-1	Jachtseizoen	15.00-17.00	---	Vol=vol	Jongerencentrum De Tuyter	06-26160713
Zaterdag 7-1	Prikschoon	10.00-12.00	---	Vrije inloop	Sporthal De Boog	
Dinsdag 10-1	Bloemschikken	14.30	€ 3,00	Vrije inloop	Crimpenersteyn	
Dinsdag 10-1	Jongereninloop	15.00-17.00	---	Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	
Dinsdag 10-1	Meidenactiviteit	19.00-21.00		Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	
Woensdag 11-1	Bingo	14.30	€ 3,00	Vrije inloop	Crimpenersteyn	
Woensdag 11-1	Nieuwjaarbingo	13.30-15.30	€ 5,00	Max 30	Prinsessenpark	heidi.stgkrimpenerwaard@gmail.com /zo.stgkrimpenerwaard@gmail.com
Woensdag 11-1	Winterwandeling door Krimpen	10.00-12.00	---	Max 20	Kajuit	welzijn@krimpenwijzer.nl
Woensdag 11-1	Sport Giocourt	15.30-17.00	---	Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	
Donderdag 12-1	Stamboomcafé	09-30-11.00	---	Vrije inloop	Bibliotheek Krimpen	
Donderdag 12-1	Excursie belasting- en douanemuseum	13.00-17.00	€ 5,00		Waterbus Stormpolder	fpvanrijm.pcob@kpnmail.nl
Dinsdag 17-1	Songwriting doelgroep 18+	20.00-21.00	---	Vrije inloop	Muziekschool	www.muziekschoolkrimpen.nl
Dinsdag 17-1	Sport Giocourt	15.00-17.00	---	Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	
Dinsdag 17-1	Omgaan met dementie	14.00-16.00	---	Vrije inloop	Fonteinkeerk	fpvanrijm.pcob@kpnmail.nl
Woensdag 18-1	Muziek op schoot (1,5 tot 2,5 jaar)	09.30-10.30	---	Vrije inloop	Muziekschool	www.muziekschoolkrimpen.nl
Woensdag 18-1	Muziek op schoot (2,5 tot 4 jaar)	10.30-11.30	---	Vrije inloop	Muziekschool	www.muziekschoolkrimpen.nl
Woensdag 18-1	Optreden regiokoor	14.30	---	Vrije inloop	Crimpenersteyn	
Woensdag 18-1	Historische wandeling o.l.v. Jan de Kwant	14.00-16.00	---	Max 20	Kajuit	welzijn@krimpenwijzer.nl
Woensdag 18-1	Jongereninloop	15.30-17.00	---	Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	
Donderdag 19-1	Nieuwjaarsborrel	14.00-15.30	€ 2,50	Vrije inloop	Prinsessenpark	heidi.stgkrimpenerwaard@gmail.com /zo.stgkrimpenerwaard@gmail.com
Dinsdag 24-1	Soep	11.30-13.30	---	Max 20	Kortlandgebouw	werkt.krimpen@pameijer.nl
Dinsdag 24-1	Bakkie doen	13.30-15.00	---	Vrije inloop	kortlandgebouw	
Dinsdag 24-1	Bloemschikken	19.00	€ 3,00	Vrije inloop	Crimpenersteyn	
Dinsdag 24-1	Jongereninloop	15.00-17.00	---	Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	
Dinsdag 24-1	Peuterpret	10.00-11.00	---	Vrije inloop	Bibliotheek Krimpen	
Dinsdag 24-1	Meidenactiviteit	19.00-21.00	---	Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	
Woensdag 25-1	Voorleesfeest	11.00-15.00	---	Vol=vol	Bibliotheek Krimpen	www.bibliotheekaandenijssel.nl
Woensdag 25-1	Bingo	14.30	€ 3,00	Vrije inloop	Crimpenersteyn	
Woensdag 25-1	Winterspeurtocht wandeling	10.00-12.00	---	Max 20	Kajuit	welzijn@krimpenwijzer.nl
Woensdag 25-1	Sport Giocourt	15.30-17.00	---	Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	
Donderdag 26-1	Café van toen en nu	10.00-12.00	---	Vol=vol	Streekmuseum	www.bibliotheekaandenijssel.nl
Dinsdag 31-1	Rollatorcheck Vegro	10.00-16.00	---	Vrije inloop	Vegro Gezondheids-centrum	
Dinsdag 31-1	Jongereninloop	15.00-17.00	---	Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	



Doorlopende activiteiten

ledere dinsdag	Digitaal meedoen	10.00-12.00 13.00-15.00	---	Vrije inloop	Bibliotheek Krimpen	
ledere dinsdag	Taalcafé	14.00-15.00	---	Vrije inloop	Bibliotheek Krimpen	
ledere woensdag	Digitaal meedoen	13.00-15.00	---	Vrije inloop	Bibliotheek Krimpen	
ledere woensdag	Voorlezen	15.00-16.00	---	Vrije inloop	Bibliotheek	
ledere vrijdag	Digitaal meedoen	13.00-15.00	---	Vrije inloop	Bibliotheek	
ledere maandag	Zanggroep Zilver	11.00-12.00	---		Muziek- school Krimpen	www.muzekschoolkrimpen.nl
ledere vrijdag	Jongereninloop	19.00-22.00	---	Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	
ledere zaterdag	Tabla les	09.30-10.30	€ 5,00	Vol=vol	Brahmrishi	Info@brahmrihashram.nl
ledere zaterdag	Hatha Yogales	11.00-12.30	€ 5,00	Vol=vol	Brahmrishi	https://forms.gle/UEXiaFf2icdhafTZ9
ledere donderdag	Jongereninloop	15.00-17.00	---	Vrije inloop	Jongerencentrum De Tuyter	

Adressenlijst

De Tuyter	Nachtegalstraat 8	Kajuit	Binnenvaart 3
Bibliotheek	Nachtegalstraat 8	Waterbus	Stormpolder
Muziekschool	Nachtegalstraat 8	Fontein Kerk	Burg. Aalberslaan 41
Sporthal De Boog	Krimpener Bosweg 2a	Kortlandgebouw	Nieuwe Tiendweg 11a
Crimpenersteyn	Zandrak 66	Streekmuseum	IJsseldijk 312
Prinsessenpark	Oranjesingel 1	Gezondheidscentrum	Groenendaal 1



Concerten in de IJsseldijkkerk

Stichting IJsseldijkkerkconcerten bestaat volgend jaar 30 jaar. De Stichting wil hoogwaardige klasieke concerten dicht bij huis en voor weinig geld organiseren. Dat is tot nu toe goed gelukt mogen we wel zeggen.

In de loop der jaren hebben zeer veel musici de fraaie ambiance van de IJsseldijkkerk opgeluisterd met hun prachtige muziek. Van pianotrio's tot strikkwartetten, van zangrecitals tot klarinetkwintetten. Niet alleen tot groot genoegen van een aandachtig luis-terend publiek, maar ook tot dat van de muzikanten zelf. Ze komen graag terug vanwege de schitterende akoestiek, de intieme sfeer en de betrokken toehoorders.

We zijn dit seizoen gestart met een fantastisch concert door het Chamber Philharmonic Europe uit Keulen en Van

oud naar nieuw, van Bach tot Bergin. Als u die gemist heeft hebben we voor u nog een aantal mooie concerten in petto:

Zaterdag 14 januari 2023

Colori Ensemble

Frans Douwe Slot - piano
Rianne Jongmsma - fluit, piccolo, altfluit
Wilma Jongmsma - hobo, althobo
Arjan Jongmsma - marimba, vibrafoon



Zaterdag 18 maart 2023

Kamerkoor

Capella Gabrieli

o.l.v. Maarten Michielsen
(Het programma is nog niet bekend)



Zaterdag 13 mei 2023

Ragazze Quartet

Rosa Arnold, viool
Jeanita Vriens - van Tongeren, viool
Annemijn Bergkotte, altviool
Rebecca Wise, cello
Werken van Mozart, Widmann en Schubert. De concerten beginnen steeds om 20.00 uur. De entreprijs bedraagt € 15,- (incl. consumpties in de pauze en na afloop van het concert). Wij hebben goede contacten met de Stichting Vier het Leven. Deze stichting zorgt ervoor dat mensen die niet meer zo mobiel zijn toch concerten en andere voorstellingen kunnen bezoeken.



U kunt tickets bestellen via onze website www.ijsseldijkkerkconcerten.nl. Daarop vindt u ook alle informatie van onze concerten. Telefonische informatie: 0180 520017



De Zonnebloem | afdeling Krimpen aan den IJssel



Velen kennen de Zonnebloemboot. Met deze boot kunnen mensen die door een lichamelijke beperking in een isolement dreigen te raken een vakantiereis maken. Op de boot zijn tijdens zo'n reis naast de bemanning ook veel vrijwilligers actief. Het zijn veelal vrijwilligers van een plaatselijke afdeling die er voor kiezen om zich ook in te zetten voor dit mooie vakantiewerk.

De Zonnebloem is echter veel meer dan dat. Het Zonnebloemwerk bestaat uit bezoeken, samen erop uit gaan en het organiseren van activiteiten en vakanties voor mensen die door een lichamelijke beperking vaker alleen zijn dan ze zouden willen. Voor hen zijn persoonlijk contact en erop uit gaan niet altijd vanzelfsprekend. En voor velen van hen is sociaal isolement een dagelijkse realiteit. Zonnebloemvrijwilligers laten deze mensen niet zitten. Zij creëren momenten om naar uit te kijken en herinneringen om te koesteren. In de plaatselijke afdelingen worden mensen bezocht en worden activiteiten georganiseerd voor de gasten. De afdeling in Krimpen aan

den IJssel telt zo'n 30 vrijwilligers en ruim 65 gasten.

De afdeling Krimpen aan den IJssel van de Zonnebloem zoekt op korte termijn een voorzitter, maar is ook op zoek naar vrijwilligers. Er wordt iemand gezocht met bestuurservaring en/of een neusje voor bestuurswerk die zich als vrijwilliger wil inzetten voor mensen met een lichamelijke beperking in Krimpen aan den IJssel.

Daarnaast zoeken wij ook vrijwilligers die ons kunnen helpen.

Taken

Het plaatselijke bestuur van de afdeling in Krimpen zorgt ervoor dat de vrijwilligers zo goed mogelijk hun werk kunnen doen en dat er een gevarieerd activiteiten aanbod is, afgestemd op de

wensen en behoeften van de mensen met een lichamelijke beperking. Daarbij ligt de nadruk steeds meer op kleinschalige en 1-op-1 activiteiten. Tot de taken van het bestuur behoren verder, onder andere, het creëren van zichtbaarheid van de Zonnebloem, het toekomstbestendig maken van de afdeling en het zoeken naar nieuwe manieren om in contact te komen en te blijven met mensen met een lichamelijke beperking.





Alweer bijna een jaar voorbij. Dan rijst de vraag: terugkijken of vooruit kijken. Of beide?

Als we terugkijken dan moeten we het ongetwijfeld hebben over het verkiezingsjaar. De vorming van een nieuw college. Dat betekent dat in 2023 het een en ander kan worden verwacht. Zeker ook omdat dit jaar de nodige contacten zijn geweest met de ambtenaren over de ontwikkeling van diverse nota's, uitvoeringsprogramma's en projecten. Maar het nieuwe college en de nieuwe raad hebben natuurlijk even tijd nodig.

Helaas moeten we ook constateren dat de Sportnota, welke tot stand gekomen is in de laatste periode van 2021/ begin 2022 nog steeds niet behandeld is. Heel spijtig omdat de meeste sportverenigingen en andere maatschappelijke organisaties een behoorlijke bijdrage hebben geleverd aan de totstandkoming. Dus zo controversieel zal de nota toch niet zijn.

Is de coronacrisis inmiddels redelijk onder controle, nu zitten we met een energiecrisis. Dit raakt veel mensen en zeker senioren behoorlijk, zeker in de portemonnee. Gelukkig sprong de overheid in de bres. Voor de sociale minima is er de energietoeslag van 800 euro, later aangevuld met 500 euro. Nog niet aangevraagd? Doen! Zie tevens de rubriek 'Weet u dat ...'.

Wat niet onbelangrijk is; de totstandkoming van de Alliantie Veilig ouder worden. Een breed spectrum van organisaties dat zich inspant ouderen in de praktijk, ook door voorlichting, te

behoeden voor onveilige situaties. Het Seniorenplatform is een belangrijke aanjager van dit onderwerp. Wie herinnert zich niet de vele initiatieven voor bijeenkomsten over babbeltrucs en financiële veiligheid. Helaas een onderwerp dat nog steeds verschrikkelijk actueel is. Maar ook "broodje brandweer", de voorlichting in de brandweerkazerne over brandveiligheid. De laatste bijeenkomst samen met de ambulancedienst die mede voorlichting kan geven op hun terrein betreffende veiligheid. Er zullen ongetwijfeld weer initiatieven worden genomen voor de Fittest, maar ook voor valpreventie.

Veel heeft door corona op een laag pitje gestaan, maar het kan gelukkig weer.

In deze nieuwsbrief kan niet alles worden behandeld. Kijk ook eens naar de vorige nieuwsbrieven, makkelijk te vinden op www.seniorenkrimpen.nl Vraag eens rond in uw omgeving, uw vrienden- en kennissenkring of ze al geabonneerd zijn op onze nieuwsbrief (gratis). Deze komt 2 keer per jaar uit. Attendeer ze er op!

Rest het Seniorenplatform u prettige feestdagen, een goed uiteinde te wensen en een goed 2023.



- het vrijwilligersloket bij KrimpenWijzer in het gezondheidscentrum vanaf 1 november ook op donderdag van 9.00 tot 12.00 uur open is, in aanvulling op maandag, dinsdag en woensdag.

- KrimpenWijzer een uitgebreid activiteitenprogramma heeft. Kijk op de website van het Seniorenplatform, of haal een uitgeprint exemplaar op in het gezondheidscentrum.
- er een wandelpunt is in sporthal De Boog. Haal hier leuke wandelingen op.
- het maatjesproject van KrimpenWijzer nog maatjes zoekt. Voor meer informatie of aanmelden als vrijwilliger, neem contact op met Rosalie Snoei, tel. 06-57614062
- u recht heeft op de energieoeslag van ongeveer € 1.300 als u minder verdient dan € 1.310,05 (alleenstaande) of € 1.871,50 (samenwonend) netto per maand.
- als u een bijstandsuitkering, IOAW-, IOAZ- of Bbz-uitkering ontvangt, dat u de energietoeslag automatisch van uw gemeente krijgt.
- huishoudens met toch een laag inkomen de energietoeslag kunnen aanvragen op: www.ijsselgemeenten.nl/energietoeslag. Dit kan nog tot en met 30 juni 2023. Er wordt van tevoren gecontroleerd, waardoor u geen risico loopt op terugbetalen.
- Een van onze redacteurs de respectabele leeftijd van 80 jaar heeft bereikt.



2023

Het Seniorenplatform wenst u fijne feestdagen op weg naar het nieuwe jaar

Website Seniorenplatform

Om u maximaal te blijven informeren, is het Seniorenplatform ook op internet te vinden: www.seniorenkrimpen.nl. U kunt daar van alles vinden over het Seniorenplatform, zoals samenstelling, taakverdeling en notulen. Er is naar gestreefd

een duidelijke en inhoudelijke website te maken zonder al te veel toeters en bellen. Een website die niet regelmatig verversd wordt, verliest zijn waarde. Daarom krijgt het regelmatig onderhoud extra aandacht.

Nieuwsbrief ontvangen?

Dit nummer is toegezonden aan alle adressen die aan het Seniorenplatform zijn opgegeven. Wilt u ook de (gratis) nieuwsbrief ontvangen? Laat het ons weten via postbus 311, 2920 AH Krimpen aan den IJssel, of via het mailadres op onze website www.seniorenkrimpen.nl

Colofon

Deze nieuwsbrief is een initiatief van het Seniorenplatform en de gemeente Krimpen aan den IJssel.

Redactie: Namens het Seniorenplatform: Christa Huis in 't Veld, Cinthus van Keulen, Mathieu Baltissen, Cor Kraak
Namens de gemeente: Irma Remeus
Foto's: Cinthus van Keulen, e.a.
Opmaak en druk: Verloop drukkerij, Alblasserdam