

Even Bijpraten

Nieuwsbrief Senioren Vereniging Sambeek

Lid van KBO-Brabant

Secretaris: Gerrie Hooiveld-Flos, Pater Bunsstraat 2, tel. 0485-573218

Opgericht

29 januari 1957

10^e jaargang nrs.6/7 - juni / juli 2020



Zelfs hier wordt anderhalve meter strikt in acht genomen



(Eigen foto: Ooievaars in een weiland in natuurgebied het Maasheggenlandschap)

Beste leden van
Senioren
Vereniging
Sambeek
Het is voor ons
allen een
moeilijke, en
voor velen een
eenzame tijd.
Maar samen
doen we ons
best om door
deze tijd heen te
komen en u
weet, mocht u
ergens hulp bij
nodig hebben of
heeft u gewoon
zin om een
praatje te
maken, pak de

telefoon en benader ons. Wij zijn altijd bereid om u te helpen voor zover wij dit kunnen. U begrijpt dat wij u nog geen activiteiten mogen aanbieden. Alleen buiten zijn er mogelijkheden zoals Jeu de Boules. Maandag jl. is men daarmee begonnen. Onder strikte RIVM-regels zoals anderhalve meter afstand enz. en met 4 personen per baan. Ga wandelen en fietsen als het kan.

We zijn gedwongen om zo min mogelijk direct contact met elkaar te hebben en daarom kunnen die activiteiten waar we elkaar konden ontmoeten niet doorgaan. We moeten goed op elkaar letten. Dus bel elkaar eens op. Zoek contact, en mocht u merken dat er iemand hulp nodig heeft probeer dan eerst zelf iets te regelen. En daarna doorgeven naar een van de contactadressen. Voor nu rest ons alleen nog te zeggen dat we oprecht hopen dat iedereen deze periode goed doorkomt.

Veel gezondheid gewenst en tot ziens.

Jan Derikx (wrn. voorzitter)

De Elsenhof opent vanaf 4 juni deuren onder strikte naleving RIVM-richtlijnen

Bestuur en beheerder van De Elsenhof zijn zeer verheugd u te kunnen mededelen dat De Elsenhof per DONDERDAG 04 JUNI 2020 de deuren weer kan openen. Na een onzekere periode gaat Nederland stapsgewijs weer 'van het slot'. Vanaf nu mogen buurthuizen dus ook weer de deuren openen.

Echter: met in acht nemen van de RIVM-Richtlijnen en volgens een strak protocol opgesteld op basis van voorschriften van de Veiligheidsregio en gemeente. Een exemplaar van dit protocol hangt ook op het prikbord in het halletje tussen de buiten- en binnendeur.

Wij wensen u veel succes en plezier toe met het hervatten van uw activiteiten in De Elsenhof.

Vriendelijke Groeten,
Namens Bestuur en Beheer,
Dirk van Rooij, Secretaris

Stemmen!! Doe het!! (Zie bijgaand stemformulier, SV-SAMBEEK)

KOMT U OOK??

Op 2 juni zit het bestuur weer voor de eerste keer sinds maart (op gepaste afstand) bijeen. De RIVM-maatregelen zijn sinds 1 juni versoepeld en we hebben zojuist van Susan te horen gekregen dat de Elsenhof op 4 juni – onder strikte voorwaarden – weer open gaat voor de verenigingen.

We zijn hier blij mee. Onze leden hebben geen gemakkelijke maanden achter de rug. Er heersten veel gevoelens van onzekerheid, onveiligheid en onrust. Alle activiteiten en sociale ontmoetingen waren gecancelled waardoor er eenzaamheid op de loer lag. Ieder zal deze periode op een andere manier beleefd hebben.

Tegelijkertijd wordt onze vreugde over de opening van de Elsenhof weer een stuk getemperd als we ons realiseren dat er voorlopig nog maar weinig activiteiten zullen (mogen) doorgaan.

Zeker is dat onze leden het waarschijnlijk fijn zullen vinden om weer eens samen in de Elsenhof een (gratis) kopje koffie te komen drinken (uiteraard op voorgeschreven afstand) om met elkaar bij te praten. Wij willen hiertoe de gelegenheid bieden en nodigen U hiervoor vervolgens uit:

op donderdagmorgen 18 juni van 10 uur tot ca. 11.00 uur.

De Elsenhof moet voorlopig voldoen aan afgesproken richtlijnen en vooraf weten wie er gebruik maakt van dit geplande koffie-uurtje.

DUS: Vindt U het gezellig om binnenkort in de Elsenhof een lekker kopje koffie te komen drinken; andere leden te ontmoeten (op gepaste afstand van 1,5 meter) en met andere leden gezellig wat bij te praten: Bel dan Wilma Thijssen (tel: 06 – 54 28 23 58) en geef dit even aan haar door!!

Wilma zal alles coördineren en in goede banen leiden rond dit koffie-uurtje.

Het bestuur

Website: www.sv-sambeek.nl

Webmaster: Jan Derikx, Grotestraat 88, tel. 0485 – 573033

Activiteiten: Buurthuis De Elsenhof, Torenstraat 52, tel. 0485-575419

Beheerder Susan Nabuurs, tel. 06-23754220.

Belangrijke telefoonnummers:

Acute noodhulp 112

Bezoekgroep: Senioren Vereniging Sambeek: Contactpersoon Fien Aben 0485 – 574830

Vrijwillige Hulpdienst: 700500

Ouderenwerkers: Dette Koenders 0485 – 700500

Wijkverpleegkundige: 0900-8803

Politie: 0900 - 8844

Centrale huisartsenpost: 0900-8880

Onze Lieve Vrouwe Parochie Het Parochiehuis: 0485 - 573277

Huisartsen:

W. de Jager 0485 - 522052

Van de Belt, De Jong 0485 - 571807

E. Davids, M. Oude Veldhuis 0485 - 521225

Rijn, Willemsen, Duffhues 0485 - 571472

A. Jansen, J. Paquay 0485 – 571365

Ouderenadviseur: Jan Hooiveld, Pater Bunsstraat 2, tel. 0485-573218

Ouderenadviseurs KBO Boxmeer: José Brienens, Metworstlaan 28, 0485 - 575719

Gerard van Esch, Sweelinck 26, 0485 - 574358

Mechelien Verhees, Margrietstraat 79, 0485 - 211610

Wim van den Berg, Jozef Israëlsstraat 3A, 06 - 23656773

Juridisch adviseur: Mr. Ir. K. Kapteyns Floralaan 47, 5831 TC Boxmeer keeskapteyns@ziggo.nl
0485 – 520650.

Mantelzorgbeleid in het Land van Cuijk

Meer ondersteuning voor mantelzorgers

Er komt meer ondersteuning voor mensen die intensief voor hun zieke partner, kind of andere naaste zorgen; de zogenaamde mantelzorgers.

De vijf gemeenten in het Land van Cuijk hebben hiervoor eveneens nieuw beleid gemaakt, samen met o.a. mantelzorgers, mensen die mantelzorg ontvangen en zorgorganisaties. Alle gemeenteraden van de gemeenten in het Land van Cuijk hebben de 'Nota Mantelzorg Land van Cuijk Gemeenten Boxmeer, Cuijk, Grave, Mill en Sint Hubert, Sint Anthonis 2020-2023' onlangs vastgesteld.

Vooral ouderen lijken nog voorzichtig

Over het algemeen lijkt het zo: hoe ouder mensen zijn, hoe minder ze versoepelingen van de huidige corona-maatregelen aandurven. Dat blijkt uit een representatieve peiling van DVJ Insights onder ruim 500 mensen, uitgevoerd in opdracht van RTL-nieuws. Het brengen van een bezoek aan een bioscoop, museum of theater lijkt er bij de meeste 65-plussers nog niet in te zitten. Slechts 26 procent zegt dit volgende week aan te durven. Ter vergelijking: 57 procent van de jongeren ziet dat komende week wel zitten.

Ook als het gaat om het brengen van een bezoekje aan een restaurant zijn 65-plussers echt heel veel terughoudender. 43 procent zegt de stap volgende week al wel te durven zetten, tegenover 63 procent van de Nederlanders tussen 18 en 34 jaar oud.

Angst

Zo'n 70 procent van de Nederlanders vindt niet dat de overheid de corona-maatregelen moet opheffen. Zowel jongeren als ouderen geven aan bang te zijn dat het aantal corona-besmettingen de komende weken weer zal oplopen. 62 procent van de 18- tot 34-jarigen geeft aan hier bang voor te zijn, tegenover 72 procent van de 65-plussers.

Quotes en tips van mantelzorgers

- "Ik loop dagelijks een half uurtje buiten met mijn hondje, dan zie ik nog wat gebeuren om me heen. Dat heb ik nu echt nodig, anders houd ik het niet vol."
- "Ik speel samen met mijn man veel potjes rummikub, doe legpuzzels op de computer via www.legpuzzels.nl en ga 2x per dag even lekker naar buiten toe voor een wandelingetje."
- "We leggen ons erbij neer en schikken ons in de situatie. We leven meer van dag tot dag en maken ons nu minder druk om dingen die nu niet meer belangrijk blijken te zijn. Het is fijn als je nog met z'n tweeën bent en het samen kunt doen. Erover blijven praten met elkaar is ook belangrijk."
- Mijn hond houdt me letterlijk en figuurlijk op de been.
- Ik kan alleen nog naar de zorginstelling van mijn man om de was bij de deur op te halen en weg te brengen, ik stop er steeds een kaartje bij voor hem.
- Een begeleider van de dagbesteding komt elke week een uurtje wandelen met man zolang we geen klachten hebben. Zowel hij als ik knappen daar van op. Ik heb dan eventjes tijd voor mezelf.
- Het wekelijkse koffie-uurtje met de broers en zussen doen we nu via beeldbellen. Zo zien we elkaar toch nog even!
- Ik kom eindelijk toe aan dingen die lang zij blijven liggen. Ik heb alle foto's uitgezocht en voor de hele familie foto-albums gemaakt.
- We moeten nu vooral genieten van de kleine dingen; de bloemetjes in de tuin en de zon die schijnt.
- Probeer toch elke dag wat humor te ervaren, ondanks deze vervelende tijd. Lachen blijft belangrijk. Zie ook de zonnige kant, de mooie natuur die niet in lock-down zit en prachtig opbloeit. Dit is zo mooi om te zien nu, ook al valt het allemaal niet mee.
- Ik heb oude hobby's zoals schilderen en tekenen weer opgepakt, dus het brengt ook nog iets positiefs.
- Mijn moeder kan niet meer naar het wekelijkse koffie-uurtje met de buurvrouw, maar nu doen ze het telefonisch.
- Mijn kleinzoon komt zó op het grasveld voor ons balkon, ik kan dan wat paasstickertjes in een envelop naar hem gooien.
- Ik heb maar een paaspakketjes naar de kleinkinderen gestuurd zodat ze thuis eitjes kunnen zoeken i.p.v. bij ons.
- Ik probeer positief te blijven en te kijken naar wat wel mogelijk is, zoals een wandelingetje rond het huis, een puzzeltje doen en een kopje koffie drinken buiten.
- Ik zoek afleiding in de tuin, dan komen de muren niet zo op me af. Verder moeten we gewoon lief zijn voor elkaar en af en toe maar even iets van elkaar door de vingers zien.
- Ik kijk af en toe naar leuke kinderprogramma's, dat leidt af en gaan even niet over Corona.

Zuinig zijn op mantelzorgers

Van gemeenten en zorgaanbieders wordt een uiterste inspanning gevraagd om in goed overleg met de cliënten, naasten en hun mantelzorger, passende zorg en ondersteuning te leveren, rekening houdend met de (soms gewijzigde) omstandigheden en de richtlijnen van de RIVM.

Gerjoke Wilmink, directeur-bestuurder Alzheimer Nederland. merkt nog weinig van die uiterste inspanning. "Mantelzorgers zijn net zo onmisbaar als het zorgpersoneel. We moeten zuinig op ze zijn."

Susan Nabuurs van buurthuis De Elsenhof:

„We gaan met zijn allen de goede kant op.....”



Aan de schoonmaak

Langzaam aan gaat het de goede kant op, zo lijkt het tenminste. Cafés, buurthuizen, restaurants, bioscopen en theaters etc., openen weer hun deuren. Spannend omdat het Corona-virus er nog steeds echt wel is.

Beheerder Susan Nabuurs van buurthuis De Elsenhof is maar wat blij dat, na een periode van 3 maanden, ook De Elsenhof, al is het op reservering, weer open mag. „Helaas niet de vrije inloop die jullie van ons gewend zijn. Maar op afspraak”!

„Jammer genoeg mogen er nog geen sportactiviteiten en andere contactsporten worden gehouden. Ook de SWOGB heeft intussen besloten, mede met meerdere verenigingen, om per 1 september a.s. te beginnen met hun activiteiten. Vooral met het argument om de kwetsbare ouderen te beschermen.”

Zo zijn er nog wel meer groepen die vanwege het besmettingsgevaar niet “binnen” hun activiteiten mogen houden.

Susan: „Maar we gaan, zoals het er nu naar uit ziet, de goede kant op. Koffie-drinken alleen of in groepjes mag wel. Let wel: Max. 30 personen. Ook hiervoor geldt dat u dit bij ons moet reserveren.” Ze vindt het overigens fijn dat de seniorenvereniging dit ook gaat oppakken.

„Maar andere verenigingen, stichtingen en iedereen zijn van harte welkom. Je kunt ook afspreken om gezellig samen te zijn. U kunt dit doen door ons te bellen en te reserveren. (0485-575419). Ook gaan wij weer open voor vergaderingen, bijeenkomsten, koffie-tafels etc. Dat alles binnen de richtlijnen van het RIVM”.

Stichting De Elsenhof heeft in deze bizarre Corona-tijd niet stil gezeten.

Susan daarover: „Ons 40-jarig jubileum kon 17 mei j.l. niet gevierd worden. Daarom hebben wij de bijdrage van de “Clubkascampagne-actie” van de Rabobank en de bijdrage van “NL-doet” besteed aan het schilderen, opknappen en Corona-proof maken van het buurthuis. Zodat we geleidelijk aan weer fris kunnen opstarten”.

Waar vind ik het laatste nieuws over het corona-virus?

Het laatste nieuws over het corona-virus en alle maatregelen vindt u op de websites van de Rijksoverheid en het RIVM.

Rijksoverheid - corona-virus

www.rijksoverheid.nl/coronavirus *Url is externe website*

RIVM - corona-virus

www.rivm.nl/coronavirus

Nieuwe Website Senioren Vereniging Sambeek

KBO -Brabant is overgestapt op een andere provider en op een heel ander systeem van de Website. Omdat SV-Sambeek (voorheen KBO-Sambeek) aangesloten is bij de site van KBO-Brabant, heeft Jan Derikx zich verdiept in alle aanpassingen, die hierbij gedaan moesten worden. SV-Sambeek wil de bezoeker via de website zoveel mogelijk op de hoogte houden van het reilen en zeilen van de vereniging. Alles is nog niet Up-to-date.

Een dringend advies: raadpleeg regelmatig de website. Mocht u daar problemen mee hebben, vraag dan de hulp van vrienden of kennissen of laat uw (klein)-kinderen regelmatig op de site kijken en u (eventueel telefonisch) op de hoogte houden.

Vooraf in deze **coronatijd** houd dan de site goed in de gaten!!

De Website van SV-Sambeek is bereikbaar als u in de adresbalk bovenin het volgende typt:

www.sv-sambeek.nl (vergeet het tussenliggend streepje niet).

Webmaster is Jan Derikx

Actueel nieuws leest u, ook in de zomervakantie, op www.sv-sambeek.nl

Redactie Nieuwsbrief: Jan Derikx, telefoon 0485-573033. E-mail: jderikx@hetnet.nl

De volgende Nieuwsbrief verschijnt IN WEEK 31 (EIND JULI)