

Welzijn wijzer

Welzijn wijzer

📄 pagina inwoners gemeente Eersel

Redactie:

e-mail: welzijnwijzerredactie@gmail.com

Schrijfwedstrijd georganiseerd door Dementie Vriendelijk Eersel en Bibliotheek De Kempen:

Deel jouw verhaal over geheugen en dementie

Veel mensen krijgen met dementie te maken. Een partner, familielid, vriend of iemand anders in je omgeving met dementie maakt veel indruk.

De werkgroep Dementie Vriendelijk Eersel en Bibliotheek De Kempen zijn op zoek naar mensen die hier een verhaal over willen delen en organiseren dan ook een schrijfwedstrijd met het thema 'geheugen en dementie'. Wil jij graag iets over dit thema delen? Zet je verhaal dan op papier en stuur het naar de Bibliotheek Eersel.

Wat je schrijft, mag je helemaal zelf weten, het moet alleen met het thema 'geheugen en dementie' te maken hebben. Een mooi gedicht over het geheugen, een ontroerende anekdote over een naaste met dementie of een fictief verhaal over het thema: het mag allemaal.

De ingestuurde verhalen mogen maximaal 500 woorden lang zijn. Je inzending mag je **vóór 14 september** sturen naar eersel@bibliotheekdekempen.nl. We nodigen alle deelnemers uit om op zaterdagmiddag **21 september** in de bibliotheek van Eersel de verhalen aan elkaar voor te lezen.

Ook toehoorders zijn natuurlijk van harte welkom. Vind je het lastig om je eigen verhaal voor te lezen? Dan kan een medewerker van de

bibliotheek dit voor je doen. Aan het einde van de middag mag je stemmen op jouw favoriete gedicht of verhaal en gaat de winnaar met een hele mooie prijs naar huis.

Heb jij een mooi verhaal over dementie dat je graag zou willen delen, maar vind je het lastig om de woorden op papier te zetten? Dan kun je aansluiten bij de workshop creatief schrijven op 20 augustus van 14.30 tot 17.00 uur bij bibliotheek Eersel.

Tijdens de workshop ga je onder begeleiding aan de slag met jouw verhaal over 'geheugen en dementie'. Aanmelden voor de workshop kan ook via de website van Bibliotheek de Kempen www.bibliotheekdekempen.nl.

Week tegen eenzaamheid:

26 september t/m woensdag
2 oktober 2024

Help jij mee om eenzaamheid te voorkomen in Eersel? Als vereniging of organisatie kun je het verschil maken. In de Week tegen Eenzaamheid brengen we graag jouw initiatief onder de aandacht.

Jouw initiatief onder de aandacht
In de Week van de eenzaamheid willen we extra aandacht vragen voor eenzaamheid.

Wij willen maatschappelijke organisaties, bedrijven, ondernemers, burgerinitiatieven en instellingen vragen om in die week een activiteit te organiseren of aandacht te besteden aan eenzaamheid. Je kunt een nieuwe of extra activiteit organiseren of aandacht vragen voor een bestaande activiteit.

Pak je deze kans om je vereniging te promoten en wil je graag meewerken aan het voorkomen van eenzaamheid? Of heb je een idee om samen met een andere vereniging iets te doen?

Zorg er dan voor dat je activiteit wordt opgenomen in het overzicht. Geef je activiteit door aan Eefje Heesterbeek (eefjeheesterbeek@cordaadwelzijn.nl).

Wil je inspiratie of idee voor deze week? Neem dan eens een kijken op de website: <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/week-tegen-eeenzaamheid/> Hier vind je ideeën en handvatten om iets te organiseren rondom het onderwerp eenzaamheid.

De redactie
Welzijnwijzer
wenst iedereen
een fijne zomer!



deren, volwassenen en ouderen met een (ernstige) beperking zoals de ziekte van Duchenne. Zij maken vakantie mogelijk, door het verhuren van aangepast vervoer- en kampeermiddelen, chalets en het organiseren van leuke activiteiten.

www.villapardoes.nl
Villa Pardoes biedt gezinnen met een ernstig ziek kind tussen de 4 en 12 jaar een onvergetelijke, unieke vakantiebeleving aan. Genieten met elkaar. Daar gaat het om in Villa Pardoes.

www.handicap.nl
Dichtbij huis valt er zoveel moois te beleven. Dus ook wanneer iemand uit het gezin slechtziend, prikkel-gevoelig of rolstoel gebonden is. Download het gratis boekje: 'Toegankelijke uitjes in eigen land' via www.handicap.nl/toegankelijke-uitjes-in-eigen-land/. Kijk ook eens op: www.handicap.nl/blog/op-vakantie-met- een-beperking/

Fijne zomer!!

Lekker op vakantie, dat wil toch iedereen?

Maar is niet voor iedereen zo vanzelfsprekend

Als je het niet zo breed hebt, zijn er toch mogelijkheden voor een (korte) vakantie. Heb je al eens gedacht aan een huizenruil, woning-oppas, de vakantiebank, fondsen of andere mogelijkheden?

Diverse organisaties en stichtingen bieden een vakantie of weekend aan voor mensen met een kleine(re) beurs. Ook zijn er diverse organisaties en stichtingen die een vakantie of weekend aanbieden voor mensen met een functiebeperking of langdurige ziekte. Hieronder een overzicht van wat mogelijkheden en websites voor meer informatie:

Voor de smalle beurs:

www.vakantiekind.nl
Geen geld of mogelijkheid om op vakantie te gaan? Rondkomen van een uitkering of om een ander reden geen geld om op vakantie te gaan? Juist daarvoor zijn de door Stichting VakantieKind georganiseerde zomerkampen voor kinderen en jongeren. Doel is om kinderen en jongeren samen van vakantie te laten genieten: even hun problemen vergeten, buiten zijn, vriendschappen sluiten, van elkaar leren en een verhaal hebben op school na de zomervakantie.

www.uitmetkorting.nl

Een website met tips over hoe en waar je uit kan gaan met korting. Pagina's over gratis dagjes uit, ook voor mensen met een beperking.

www.vakantiebank.nl

Stichting De Vakantiebank heeft als doel mensen met een inkomen rond bijstandsnorm een onbezorgde vakantie week aan te bieden op mooie en recreatieve locaties in Nederland. Om even los te zijn van de thuis-situatie en nieuwe energie op te doen.

Nog enkele tips:

1. Veel ideeën doe je op in de bibliotheek. Het boek 'Nederland voor nop' somt een heleboel leuke uitjes op. In de bieb liggen vaak per provincie nog wel meer boekjes voor toeristen, met soms erg leuke tips.
2. Ruil eens een tijdje van huis met vrienden of familieleden. Zo gek is dat niet. Er zijn zelfs officiële organisaties waarbij je je kan aansluiten om aan huizenruil te doen. Voorbeeld: www.intervac.nl

3. Zoek naar tips op internet. Op internet vind je een schat aan informatie over gratis doe-dingen. Surf rond voor ideeën en ontdek wat de mogelijkheden zijn om te besparen. Voorbeeld: direct-besparen.com

Voor mensen met een beperking:

www.zeilstichtingaeolus.nl
Aeolus organiseert zeilvakanties voor groepen jongeren die om medische, sociale, psychische of andere redenen niet op vakantie kunnen. Op kamp gaan met Aeolus betekent vijf dagen zeilen op de Friese meren, kamperen in de buitenlucht, spellen doen, lekker en goed eten en liedjes zingen rond het kampvuur.

www.stichtingidefix.nl

Stichting Idefix organiseert jaarlijks een volledig verzorgde vakantie voor een vijftigtal kinderen en jongeren met een beperking en een belevingswereld tussen zes en zestien jaar (tot een maximum van 35 jaar).

De zomerkampen vinden plaats in de Christinahoeve op vakantiepark 'De Leemhule' te Hattem, op de Veluwe. De stichting probeert zoveel mogelijk gelden bijeen te brengen om de eigen bijdrage voor de ouders van de deelnemers zo laag mogelijk te houden.

Deze gelden worden bovendien gebruikt om de kinderen tijdens de vakantie week iets extra's te kunnen bieden.

www.logeerplezier.nl

Stichting logeerplezier heeft twee volledig aangepast vakantiehuizen op vakantiepark Akerstate in Voorthuizen. Geschikt voor gezinnen met een kind (tot 18 jaar) met een beperking.

www.nbav.nl

Het NBAV-keurmerk: zekerheid voor aangepaste vakanties. Een overzicht van reisorganisaties en accommodaties.

www.bungalowparkoverzicht.nl/mindervaliden-bungalows/

Hier vind je een overzicht van aangepaste vakantieparken in Nederland voor mensen met een beperking. Zoals slechtzienden, astma en COPD, rolstoelafhankelijk, zorgwens, nierbeschadiging, enz.

www.stichtingonwheels.nl

Deze stichting zet zich in voor kin-

Een klein gebaar kan het verschil maken bij zomereenzaamheid

Het is weer bijna vakantietijd. Veel mensen gaan een tijdje weg. En dat is heerlijk natuurlijk, maar voor sommige thuisblijvers is het een minder makkelijke tijd. Een aanzienlijk aantal mensen voelt zich namelijk wel eens eenzaam en als hun naasten op vakantie zijn, wordt dit gevoel vaak versterkt.

Een aantal tips om de zomerperiode prettig door te komen:

Stuur een kaartje of een berichtje
Omdat bij mensen het gevoel van eenzaamheid in de zomervakantie kan toenemen is het belangrijk dat we hen extra aandacht geven. Een telefoontje, appje of kaartje vanaf je vakantieadres kan al het verschil maken. Dat soort kleine gebaren zijn betekenisvol voor mensen die zich alleen voelen.

Een goed gesprek

In gesprek komen is niet altijd makkelijk. Een goede aanleiding kan het weer zijn. Vraag eens hoe het

iemand met warmte vergaat. Is er genoeg verkoeling? Of deel een waterijsje uit. Nodig iemand uit om erop uit te gaan voor een kopje koffie of ga op bezoek. Doe eens samen een klusje, een praatje daarbij komt dan vaak vanzelf.

Bedenk een activiteit

Wil je iets ondernemen? Bedenk samen een activiteit. Wat zou je leuk vinden om te gaan doen samen met anderen. In de zomer liggen er activiteiten stil, maar worden er ook juist activiteiten georganiseerd. Denk aan Jeugd vakantie werk of kijk eens bij Visit Eersel. www.visiteersel.nl

Beweeg en zoek frisse lucht op

Bewegen kan prettig zijn. Als je elke dag een half uurtje wandelt of fietst ben je al lekker bezig. Je bent buiten en komt in contact met anderen.

Vrijwilligerswerk

lets doen voor een ander geeft je

E-mail uw activiteiten, vergaderingen e.d. om deze onder de aandacht te brengen naar: welzijnwijzerredactie@gmail.com

Activiteiten Agenda 2024

Op www.eersel.nl/kalender is voortaan een overzicht opgenomen van allerlei activiteiten die in de gemeente Eersel worden georganiseerd. Van informatieavonden, webinars, ontmoetingsavonden tot gezellige workshops.

Informatieplein Eersel voor vragen over taal, digitaal, geld, formulieren en administratie. Om de week woensdag-middag 14.00-16.00 uur in de even weken. Locatie: Bibliotheek, Dijk 7, www.eersel.nl/informatieplein

't Trefpunt: Een laagdrempelige inloop waar inwoners van de gemeente Eersel elkaar kunnen ontmoeten. Iedere maandagmiddag 14.00-16.00 uur. Locatie: foyer van de Muzenval, Dijk 7, Eersel.

Taalcafé Eersel voor anderstaligen, nieuwkomers en iedereen die interesse heeft om spelenderwijs met taal bezig te zijn. Elke woensdag 10.00-11.30 uur en 14.00-15.30 uur. Locatie: Bibliotheek, Dijk 7, Eersel. Elke maandag 10.00-11.30 uur. Locatie: De Eikenburg, Eikenburg 10, Eersel. In schoolvakanties geen Taalcafé. www.cordaadwelzijn.nl/dienst/taal/eersel/

't Kliescafé 13.00-15.00 uur
Elke maandagmiddag voor iedereen. Locatie: Zitruimte Fit Factory, Dreef 31, Eersel
Tel.nr.: 0497-515152

Stichting De Kempen Specials
TEENS (vanaf 12 jaar).
De leukste club voor jongeren met ASS en normale begaafdheid. Voor een overzicht van de activiteiten zie: www.dekempenspecials.nl

VRIJWILLIGERSWERK

Voor vraag en aanbod van vrijwilligerswerk, individuele hulp en maatjes in en om gemeente Eersel www.eerselvoorelkaar.nl
Meer info of persoonlijk advies Steunpunt Vrijwilligerswerk Eersel-voorelkaar: 0497-531304 info@eerselvoorelkaar.nl

een goed gevoel, voor jezelf, maar ook voor een ander. Er zijn veel manieren van vrijwilligerswerk. Neem eens een kijkje op: www.eerselvoorelkaar.nl

Contacten

Bedenk welke mensen voor jou belangrijk zijn en investeer in deze contacten. Of misschien heb je een oude kennis waarvan het contact verwaterd is. Bel, app of mail iemand waarbij je een goed gevoel hebt. Goede sociale contacten zijn belangrijk. Uit onderzoek blijkt: sociale contacten zijn goed voor je gezondheid.

Een tegen eenzaamheid

Wil je meer informatie over eenzaamheid. Neem eens een kijkje op: <https://www.eentegeneenzaamheid.nl>