

Adviesraad voor IEDEREEN!



Adviesraad Sociaal Domein (ASD) hoort graag van u.

Emy Kennis, lid van de adviesraad sinds 2023 werkgroep Jeugd, legt uit wat en wie de ASD is.

Wat is de ASD?

De ASD is een adviesorgaan voor de gemeente en geeft gevraagd maar zeker ook ongevraagd advies over alles wat de zorg, de participatie, de ondersteuning en toegankelijkheid in de hele gemeente betreft. Alles dus wat valt onder de WMO, De Jeugdwet en de Participatiewet. Met participatie wordt bedoeld het actief mee kunnen doen in onze samenleving.

Emy: Onze raad bestaat uit mensen

die betrokken zijn bij de gemeente Eersel en die vanuit het eigen vakgebied of als ervaringsdeskundige affiniteit hebben met het sociaal domein. Denk daarbij aan senioren, mantelzorgers, vrijwilligers, mensen met een lichamelijke, verstandelijke of psychische beperking, mensen met afstand tot de arbeidsmarkt, minima, statushouders en niet te vergeten jeugd en hun ouders.

Momenteel zitten er 10 leden in de ASD, ingedeeld in de werkgroepen WMO, Jeugd en Inclusie/participatie. Het gaat er natuurlijk om dat iedereen mee kan doen in deze samenleving. De leden hebben verschillende achtergronden en verschillen ook in leeftijd om een zo goed mogelijke afspiegeling te zijn van de Eerselse inwoners.

Omdat er pas enkele leden zijn gestopt willen we graag versterking en willen we ook mensen om vanuit hun eigen ervaring mee te denken. Het gaat overigens om een vrijwilligersfunctie.

Voor wie is de ASD?

Volgens Emy kan iedereen in elke fase van zijn of haar leven te maken krijgen met behoefte aan zorg of ondersteuning. Denk daarbij bijvoorbeeld aan eenzaamheid, een lichamelijke of psychische beperking, moeilijkheden in de opvoe-

ding, vragen met betrekking tot zorg en wonen, inrichting openbare ruimte, wachtlijsten. Wij willen graag signalen ontvangen over zaken die verbeterd kunnen worden binnen de gemeente.

De ASD heeft die informatie nodig om te doen waarvoor ze is opgericht. Wij kunnen geen advies geven over individuele vraagstukken, maar we kunnen de signalen bundelen tot een ongevraagd advies. Het bundelen van ervaringen over kleine en grote thema's tot bruikbare adviezen staat of valt dus met uw medewerking.

Wat doet de ASD?

Wij geven advies over verbeteringen in de zorg en dienstverlening ten behoeve van de genoemde doelgroepen. Wij werken bijvoorbeeld samen met de dorpsraden, Platform voor mensen met een beperking (PMB) en het Senioren Netwerk (KBO).

Op dit moment is het nieuwe beleid voor de komende jaren voor de jeugd in de maak, waar wij van begin af aan intensief bij worden betrokken.

Verder hebben we als adviesraad aandacht gevraagd voor de positie van de onafhankelijke cliëntondersteuners bij het aanvragen van hulp. Wij vinden het belangrijk dat ook naasten en bekenden van de aanvragers actief betrokken kun-

nen worden. Dit zijn maar enkele voorbeelden van wat wij doen. Voor meer informatie over de Adviesraad verwijzen wij naar onze website.

Vacatures

De Adviesraad is momenteel op zoek naar enkele nieuwe leden, die zich met name richten op het werkingsgebied van de Jeugdwet en Participatiewet. Het is belangrijk dat je als belangenbehartiger op dit werkgebied goed kunt luisteren. Wij zoeken vooral naar inwoners die binnen de gemeente Eersel een netwerk hebben (groot of klein) en daardoor signalen op kunnen halen bij (kwetsbare) inwoners.

Belangrijk daarbij is natuurlijk ook dat je beleidsstukken wilt beoordelen en de gemeente hierover wilt adviseren.

Mocht je vragen hebben, of meer informatie willen dan kun je onze website raadplegen of een berichtje sturen naar ons emailadres. Natuurlijk kun je ook onze leden persoonlijk benaderen. Deze zijn te vinden op onze website.

Informatie: www.eersel.nl/adviesraad-sociaal-domein-eersel en/of mail naar: secretaris@eersel.nl



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

Activiteiten Agenda 2025

Op www.eersel.nl/kalender staat een overzicht van allerlei activiteiten in de gemeente Eersel.

Van webinars, informatieavonden, ontmoetingsavonden tot gezellige workshops.

Informatieplein Eersel voor vragen over taal, digitaal, geld, formulieren en administratie. Om de week woensdagmiddag 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 dinsdagmiddag 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 Kleetscafé 13.00-15.00 uur Elke maandagmiddag voor iedereen. Locatie: Zitruimte Fit Factory, Dreef 31, Eersel. Tel. 0497-515152

Stichting De Kempen Specials De leukste club voor jongeren met ASS en normale begaafdheid. TEENS (12-20 jaar) en GOING OUT (20-35 jaar) 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

Wanneer naar de huisarts?

Hooikoorts kan geen kwaad, maar kan wel heel vervelende klachten geven.

Neem contact op met de huisarts als je denkt dat je hooikoorts hebt en de klachten wilt verminderen of als je hooikoorts hebt en zelfzorgmiddelen of medicatie van de huisarts onvoldoende helpen.

Hooikoortswaarschuwing

Pollennieuws.nl en de Pollennieuws-app geven beide een actueel beeld van de pollen die in de lucht zitten, de pollenverwachting. Daarnaast is er veel informatie over hooikoorts te vinden.

Voorkom gehoorschade met carnaval



Carnaval komt er alweer aan! Een mooi feest waarbij de vrolijke noten je om de oren vliegen. Gezellig, maar hard geluid kan ook schade lijken zijn voor je oren. Gehoorschade die je oploopt is onomkeerbaar en kan veel impact hebben op je leven.

Het is dan ook heel belangrijk om gehoorschade te voorkomen. Daarom worden er voor jongeren en

kinderen onder de 16 jaar oordoppen via alle carnavalsverenigingen uitgedeeld. Dit om gehoorschade onder deze jonge doelgroep zoveel mogelijk te voorkomen. De oordoppen zijn van hoogwaardige kwaliteit, maar wat altijd nóg beter werkt zijn oordoppen op maat of koptelefoons die passen bij jouw oren. Het overwegen waard.

Naast oordoppen zijn er nog twee tips om gehoorschade te voorkomen:

1. **Houd voldoende afstand tot de speakers:** als je 2 meter afstand van de boxen kunt bewaren scheelt dat al zo'n 10dB.

2. **Gun je oren rust:** geef je oren elke 2 uur een kwartiertje rust,



dan kunnen ze even bijkomen. Als je langdurig aan hard geluid wordt blootgesteld kunnen je trilhaartjes overbelast raken. Als deze eenmaal beschadigd zijn, kan dat niet meer hersteld worden.

Vind je het leuk om te testen hoe goed (of slecht) jouw gehoor is? Doe dan eens een hoortest op oor-check.nl. Op deze website vind je ook meer informatie over soorten gehoorschade en het voorkomen ervan.

Pollen en hooikoorts



Het is nog winter maar het pollen-seizoen dient zich alweer aan. In januari zijn er al bomen, struiken en grassen in voorbloeie waar je al last van kunt hebben. Voorbeelden zijn de hazelaar en de els en ook straatgras.

In februari komen daar weer andere plantensoorten bij en zo bouwt het op tot in de lente- en zomermaanden, waarin het aantal pollen in de lucht het grootst is. Vanaf oktober neemt het weer af.

Pollen kunnen een allergische reactie veroorzaken. De meest voorkomende vorm van allergie is hooikoorts. Ongeveer 2 op de 10 mensen heeft hier in meer of mindere mate last van.

Hoe ontstaat hooikoorts?

Elk mens vormt in zijn lichaam antistoffen tegen stuifmeel (pollen).

Bij iemand met hooikoorts reageert het lichaam erg heftig zodra de slijmvliezen met het stuifmeel in aanraking komen. Er ontstaat een allergische reactie. Dat is een 'overdreven' afweerreactie, waardoor de slijmvliezen zwellen en meer slijm gaan produceren.

Wat prikkelt er?

Bij hooikoorts ben je allergisch voor stuifmeelkorrels (pollen) van bomen, planten en grassen.

Wat zijn de verschijnselen?

• Jeukende, verstopte neus of een

"loopneus"

- Niezen
- Jeukende, tranende of branderige ogen
- Droge, branderige keel
- Hoesten/kriebelhoest
- Sommige mensen hebben een vol gevoel in hun hoofd.
- Ook een koortsig en moe gevoel kan het gevolg zijn.
- Sommige mensen voelen zich benauwd of krijgen een piepende ademhaling.

Wat is ertegen te doen?

Het helpt als je weet voor welke pollen je allergisch bent. Dit kan met een huidtest en eventueel een bloedonderzoek. Als bekend is welke pollen allergische reacties veroorzaken, is het belangrijk contact met deze pollen zoveel mogelijk te vermijden. Dit kan op de volgende manieren:

- Lucht het huis in de vroege ochtend. Dan is de hoeveelheid stuifmeel in de lucht meestal het laagst.
- Plaats een pollenhor, die zorgt

ervoor dat er geen pollen naar binnen komen.

- Droog wasgoed liever niet buiten. Het stuifmeel kan eraan blijven kleven.
- Soms helpt het om een zonnebril te dragen.
- Vaseline onder de neus, kan inademen van pollen via de neus verminderen.
- Haren wassen voor het naar bed gaan; hierdoor verdwijnen de pollen.
- Vermijd omkleden in de slaapkamer.
- Maai geen gras als er een allergie is voor graspollen.
- Kies liever een vakantieplaats aan de kust of hoog in de bergen

Er zijn bij de drogist en de apotheek verschillende zelfzorgmiddelen tegen hooikoorts te koop. Deze verminderen de allergische reactie en zijn meestal zonder recept te koop. Er zijn tabletten, druppels en neussprays. Daarnaast kan de huisarts medicatie voorschrijven die alleen met een recept verkrijgbaar is.