



van en voor mensen met een beperking

(K)LETSkraant

een krant voor iedereen

verschijnt eenmaal per kwartaal

oplage 850 stuks

elfde jaargang nr. 4

September 2008

Succesvol stoppen met roken!

ook in Almere, Amersfoort en Dronten

Stoppen met roken, moeilijk? Prostop kan het u makkelijker maken! Al ruim 60.000 mensen zijn u voorgegaan. Wanneer neemt u de stap naar niet-roker?



Het uitzonderlijk hoge slagingspercentage van de Prostop Lasertherapie is wetenschappelijk bewezen door de Radboud Universiteit te Nijmegen. Prostop Lasertherapie is zo succesvol dankzij een combinatie van verschillende factoren. Naast een intakegesprek en tips en adviezen is er een krachtige éénmalige softlaserbehandeling. Deze behandeling is geheel pijnloos en veilig voor u.

Het Prostop behandelprotocol is speciaal voor Prostop ontwikkeld door een verslavingsarts. Bij deze unieke laserbehandeling worden een aantal punten op o.a. uw oren, voorhoofd en handen behandeld. Dankzij deze behandeling nemen de ontwenningen verschijnselen van het roken en de drang naar nicotine sterk af. De kosten van deze behandeling zijn slechts € 157,50*. Mocht u na deze behandeling nog een behandeling nodig hebben, dan geeft Prostop binnen een half jaar een nabehandeling geheel gratis.

Prostop blijft nieuwe praktijken openen. Prostop heeft onlangs een nieuwe praktijk geopend in Deventer. Apeldoorn en Valkenswaard staan op het lijstje van de nieuw te openen praktijken.

Bel vandaag nog voor een vrijblijvende brochure, meer informatie of een afspraak en stop met roken!

0800 - 77 67 867 www.prostop.nl

Prostop heeft praktijken door heel Nederland:

O.a. in **Almere**, **Amersfoort**, Amsterdam, Deventer, **Dronten**, Hilversum, Zwolle of op uw bedrijf.

* Prijswijzigingen onder voorbehoud.

De behandeling wordt tevens gedeeltelijk vergoed (mits aanvullend verzekerd) door een groeiend aantal zorgverzekeraars waaronder Achmea Zilveren Kruis, Achmea GroeneLand, Achmea PWZ,

*Menzis, Trias, Zorg en Zekerheid.





In dit nummer:

	Pagina
Voorwoord van de voorzitter	4
Advertentie voor bestuur	6
Activiteitenagenda	7
Collecte 2009.	11
Extra buitenactiviteiten	12
Geplande extra binnenactiviteiten	13
Oproepjes voor Onderdak	13
'Klagen of zelf laten zien dat het anders kan'	16
Buitendeur en Ladies' Circle,	19
Rolstoeldansen	19
Websites	21
Zittend ziekenvervoer	24
Recept	27
Colofon:	28



Voorwoord van de voorzitter

't Is 14 augustus dat ik dit voorwoord schrijf. Precies twee maanden nadat we op vakantie gingen naar Noord-Duitsland en twee dagen voor ons vertrek naar de Moezel met de vriendengroep. Zoals ieder jaar was het weer spannend of iedereen in staat zou zijn om mee te gaan, maar ook dat is gelukt.

De reis naar Eurostrand is altijd weer iets om naar uit te kijken. Een gezellige busreis, ontvangst met koffie en gebak en dan: de hele week zwemmen in verwennerij, excursies, boottocht, tennissen, bowlen, midgetgolf en nog veel meer.

Over het eten moet u de mannen maar eens vragen. Die vertellen na afloop van een vakantie altijd hoe bijzonder het eten was. En Henk is de eerste die de champagne vindt!

Wij vrouwen letten op de stadjes en winkeltjes, onderuit in het zonnetje zitten en in deze tijd genieten van de wijnbergen en de pluk.

Natuurlijk is het ook druiven eten. Die zijn er in kilo's in deze tijd. Maar nee, ik zou het niet over het eten hebben.

Een verhaal apart is, dat wij altijd een aantal hulpmiddelen bij ons hebben. Keurig gemeld, geen probleem.

Twee jaar geleden had de busmaatschappij een gewone bus voor vijftig personen ingezet, waarin voor de helft een groep uit Enschede was gepland.

Toen de bus in Dronten aankwam met de helft aan bagageruimte kreeg de chauffeur een rolling. Geen ruimte.....en zes rolstoelen! Al onze mannen werden ingeschakeld en met veel kunst- en vliegwerk zat alles erin. De muren van de bus puilden uit, maar we bleven heel.

Op de terugweg stond een grote bus klaar. Ze hadden er dus van geleerd. In het afgelopen jaar hebben we ook Eurostrand geholpen met aanpassingen van het park. Gelukkig denken ze daar goed mee en ieder jaar zien we dus weer verbeteringen.

Na de reis is het voor mij weer: aan de bak. Er ligt een hele lijst van activiteiten, waar ik de schouders onder mag zetten.

Vooraf het gebeuren in Onderdak is spannend en leuk om te doen. Dat kan natuurlijk omdat er een aantal mensen is, die er samen iets goeds van willen maken.



Verderop in deze krant kunt u lezen wat de nieuwe plannen voor het winterseizoen zijn. Daar staat ook dat we zoeken naar begeleiding. Vooral voor de jongerengroep willen we graag iets opzetten met jonge leiding!! Bij ons aanmelden is heel simpel. Wat wel geldt, is dat de verantwoordelijkheid zoveel mogelijk gelegd wordt bij de vrijwilligers zelf. Wil je iets doen? Leg ons je plannen voor en als het bestuur ermee akkoord gaat, ben je zelf vrij om er een succes van te maken, uiteraard met ondersteuning van de beroepskrachten!

Zo, ik ga mijn koffers pakken en ben weer terug voor deze krant in de brievenbus komt. Kunnen we samen lezen.....

Henny Vorsselman

Toch fijn de stijlvolle bakkers in Uw buurt

Tietema Swifterbant 321226
Dronten 315555
Biddinghuizen 332522

 *stijlvolle bakkers*



Advertentie voor bestuur

Iedere organisatie heeft af en toe een nieuwe impuls nodig. Daarom zoekt Stichting Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten een nieuwe:

voorzitter (A) en penningmeester (B)

De doelstelling van de stichting is het bevorderen van de maatschappelijke positie van mensen met een handicap of beperking.

Bij beide functies is uiteraard een ruime inwerktijd mogelijk.

a) De functie houdt onder andere in dat u vergaderingen voorziet, contacten onderhoudt en de stichting bij officiële gelegenheden vertegenwoordigt.

U moet:

- Affiniteit hebben met de doelgroep
- Leiding kunnen geven
- Met een computer overweg kunnen. In het bijzonder met Word en e-mail.
- Goede beheersing van de Nederlandse taal hebben, zowel in woord als geschrift

Bij voorkeur heeft u ook:

- Kennis van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning
- Bestuurservaring
- Beperking en/of chronische aandoening

b) De functie houdt in dat u de financiële administratie bijhoudt, maandelijks verslag uitbrengt tijdens bestuursvergaderingen en het financieel jaarverslag maakt.

U moet:

- Affiniteit hebben met de doelgroep
- Zo nodig bereid zijn te leren werken met boekhoudprogramma op pc

Sollicitatie kan gezonden worden naar ons postadres:

Stichting Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten, Postbus 244,
8250 AE Dronten

of via e-mail: secretaris@onderdak.nl

Meer informatie: telefoon 0321 – 31 49 51

Activiteitenagenda

(LET OP) Indien niets anders vermeld staat, vindt de activiteit plaats in: gebouw Onderdak, Lancasterdreef 61A, Dronten.

Informatie is verkrijgbaar bij het secretariaat.

Indien contactpersonen vermeld staan, kijk dan naar contactinformatie in het colofon achterin dit blad.



- Zondagmiddaginloop:
iedere tweede zondag van de maand vanaf 12.00 uur. Er kan geluncht worden, er zijn spellen en spelen, videofilms en de laatste pers en (roddel)bladen. Hapje en drankje tegen zeer lage bedragen verkrijgbaar. Verder geen kosten.
- Maandagavond:
teken- en schilderles, zodra er weer iemand gevonden is, die bereid is om als vrijwilliger of tegen zeer kleine vergoeding les te geven.
- Dinsdagmiddag van 14.00 tot 16.00 uur:
NaHderkring. Gespreksgroep voor mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel. Informatie bij InteraktContour, Lelystad telefoon 0320-216578. Voor de NaHderkring is een indicatie noodzakelijk.
- Woensdagmorgen in Zwembad Overboord:
warm-water-zwemmen onder begeleiding van fysiotherapeut. Vrijwilligers aanwezig om zwemmers te assisteren. Indicatie noodzakelijk. Informatie bij Joke de Bruin. Kosten: toegang zwembad.
- Woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur:
Creagroep. De creagroep stelt samen het programma vast. Het is een vrije groep, ieder doet waar hij/zij zin in heeft. Legpuzzels maken, knutselen of een spel doen: alles is mogelijk.
 - De kosten: alleen gebruikt materiaal plus € 1,- voor onbeperkt koffie of thee.



- Donderdag:
elke donderdagavond rolstoeldansen met de Spinturns aan de Jupiterweg t.o. hoofdingang van het Ichthus College. Meer informatie bij André en Cilia de Groot.
- Vrijdag:
Laatste vrijdag van de maand van 14.00 uur tot 19.00 uur: bijeenkomst van de Actieve Vrienden. Dit is een gezelligheidsgroep met ca. 40 leden. Iedere maand is er tijd om elkaar te ontmoeten bij een hapje en drankje. Verder is er een (wisselend) programma.
 - In de loop van de maand maakt men onderling afspraken voor uitstapjes of activiteiten.
 - Zeker éénmaal per jaar wordt een reis gepland. Dit jaar gingen zij van 17 tot 22 augustus naar Eurostrand in Leiuwen.
 - In verband hiermee is de bijeenkomst van augustus verschoven naar vrijdag 5 september. Er wordt dan 's avonds een barbecue gehouden.
 - Data komende tijd: 5 september, 26 september, 31 oktober en 28 november.

Alle dagen:

De groepen van de stichting houden wisselend hun bijeenkomsten in Onderdak. De beheerder (Ria Rauw) heeft de dagen en tijden. U bent welkom om eens te komen kijken bij onze werkgroepen zoals de voorlichtingsgroep, BTB-groep, Scholenproject etcetera.

RSA Revacore:

De firma RSA Revacore (leverancier van voorzieningen als rolstoelen, scootmobielen etc.) houdt passingen in Onderdak voor mensen, die mobiel genoeg zijn om daar te komen. De passingen vinden plaats op afspraak. Wie niet in staat is om naar Onderdak te komen, wordt zoals altijd thuis bezocht.



Cerebraal

De vereniging voor mensen met Niet-aangeboren hersenletsel en hun partners houdt gespreksbijeenkomsten. Er is tijd voor koffie, dan gaan twee groepen apart met elkaar in gesprek (getroffenen/partners). Daarna is er een broodmaaltijd.

Data:

28 september 2008:

'Vrije tijd en binnen/buitenspelen' (afhankelijk van het weer).

30 november 2008:

'Samen verder'. We gaan op zoek naar een dvd om als leidraad daarover te gaan praten.

25 januari 2009:

Nieuwjaarsbijeenkomst en evaluatie (Informeel bijeenkomst).

29 maart 2009 en 31 mei 2009. Deze thema's nog vastleggen.

Aanvang alle bijeenkomsten 10.30 uur. Verwachte eindtijd alle bijeenkomsten: 14.00 uur.

Opgeven bij Janny Lussenburg, tel. 338240.

NaHderkring

De Nahderkring wordt gehouden iedere dinsdagmiddag van twee tot vier uur onder leiding van de Rode Klif. Voor deze bijeenkomst is een indicatie noodzakelijk.

Ango

De spreekuren van de sociaal adviseurs van de Algemene Nederlandse Gehandicapten Organisatie (Ango) zijn niet alleen toegankelijk voor leden van de Ango, maar voor iedereen met behoefte aan advies over of ondersteuning bij een kwestie, die te maken heeft met een handicap en/of chronische aandoening.

Angospreekuur in Swifterbant in De Steiger:

2 september 13.30 – 15.00 uur

4 november 13.30 – 15.00 uur

Angospreekuur in Biddinghuizen in Het Koetshuis:

8 oktober 13.30 – 15.00 uur

Voor advies buiten deze tijden en voor de kern Dronten kunnen onze adviseurs gebeld worden voor een afspraak (zie telefoonnummer achterin deze (K)Letskrant).



Inloophuis

Locatie: Ludgeruskerk

Broodmaaltijd met soep: 7 september, 5 oktober, 2 november en 7 december

Warme maaltijd: 21 september (voor één keer in De Ark!), 19 oktober, 16 november en 21 december.

Aanmelden voor de maaltijden:

telefoon 06-25265720 op woensdag tot en met vrijdag in de week, voorafgaande aan de maaltijd.

Inloop in de Ludgeruskerk:

dinsdag 10.00 tot 12.00 uur en donderdag 14.30 tot 17.00 uur.



Jelmar
Verspreiding vof

Installatieweg 18-20

8251 KM Dronten

Telefoon 0321 382 405

Fax 0321 338 449

Mobiel 0618 878 508

Collecte 2009.

Een beetje vroeg misschien, maar wij melden u toch vast dat de collecte Handicap.nl van de Ango in 2009 gehouden wordt van 21 - 28 juni.

Een groot deel van het opgehaalde geld blijft in Dronten.

Stichting Onder Dak mag hiermee mensen met een handicap en/of chronische ziekte helpen op een rechtstreekse wijze.

Voor deze collecte hebben wij natuurlijk weer veel collectanten nodig.

Verder zoeken wij doortastende mensen die willen helpen als wijkhoofd.

Ook zijn wij op zoek naar een opvolgster voor Cilia, die jarenlang in Swifterbant de collecte heeft georganiseerd.

Cilia heeft dit altijd fantastisch en met veel plezier gedaan, maar wil haar aandacht graag op andere zaken richten.

Al haar documentatie en aantekeningen zijn beschikbaar voor een opvolg(st)er. In verband met een inwerktijd hopen wij dat er nu al mensen gaan reageren om meer informatie te krijgen.

Informatie is verkrijgbaar bij het secretariaat

(secretaris@onderdak.nl of 31 49 51) en bij

Trijntje Hartman (31 68 51).



Extra buitenactiviteiten

Scootmobieltocht

In september wordt weer de jaarlijkse scootmobieltocht gehouden. De datum is nog niet bekend, maar komt tijdig in de plaatselijke pers.

Op 27 september a.s. is de officiële opening van het Wisentbos. Rolstoelers en scootmobielers worden van harte uitgenodigd om het bos in gebruik te nemen. Het complete rolstoelpad van 3,2 km wordt gereden en er zijn verrassingen onderweg.

Verzamelen op het parkeerterrein om 11 uur.

Aanmelden bij Janny tel. 338140 of Henny tel. 312215.

Avondvierdaagse

Er zijn vragen gekomen over deelname aan de avondvierdaagse komend voorjaar. Heeft U belangstelling, meldt u zich dan bij secretariaat tel. 314951 of Henny tel. 312215.





Geplande extra binnenactiviteiten

In de agenda kunt u lezen over alle activiteiten in Onderdak.
Voor het winterseizoen zijn er plannen voor een aantal nieuwe mogelijkheden, zoals:

- een **teken-/schilderinstuif** met ondersteuning op maandagavond
- eenmaal per maand een **kaartmiddag en/of bingo**
- eenmaal per maand een **spelletjesavond** voor mensen met een verstandelijke beperking.

Voor al deze activiteiten vragen wij **vrijwilligers**.

Aanmelden kan bij het secretariaat of bij Henny Vorsselman (telefoonnummers achterin deze (K)Letskrant).

Oproepjes voor Onderdak.

Wie kan ons helpen aan:

- Een kast met schuifdeuren, 2 meter breed en 1.5 meter hoog.
- Parasols.

Aanbiedingen mogen gemeld worden bij het secretariaat of bij Henny Vorsselman (telefoonnummers staan achterin deze (K)Letskrant)





*Kaapstanderweg 1d
8243 RB Lelystad
Tel. 0320-258803
Fax 0320-258805
csnederland@planet.nl*

Dierenkliniek dronten



**De Rede 20
8251 ev Dronten
tel:0321-317017
www.dierenkliniekdronten.nl**

praktijk voor gezelschapsdieren

behandeling uitsluitend op afspraak.

Openingstijden:

ma-vrij 8:30-19:00

za 9:00-12:00

voor spoedgevallen is de praktijk 24 uur per dag bereikbaar.

Dierenartsen:

Mw M.W.M Breukel

MW A.C Corten

Dhr F.J Lok

Dhr J.Lemmen



Dames- en herenkapsalon Marcel Henri



Wardhof 20-22

met of zonder afspraak

Openingstijden
dinsdag t/m vrijdag
9.00-18.00 uur
zaterdag
9.00-17.00 uur



Tel. 0321 - 318695



Als u voor **geen** geld **geweldig goed** wilt zitten ...



Design Relax Stoel Machteld

op maat gemaakt

Bonvie stoelen: bijzonder en ook nog eens gezonder!

Of u nu loopt als een kievit of minder goed ter been bent: in beide gevallen wilt u ook heerlijk comfortabel kunnen zitten, in een stoel die uw gezondheid bevordert en precies bij u, uw smaak en uw interieur past. En dat kan. Bijvoorbeeld met een exact op uw lichaamsbouw afgestemde relaxfauteuil of sta-op-stoel.

Bij Bonvie maken we deze lekker luie, maar ook 'actieve' ergonomische stoelen en banken met liefde voor detail in 1001 soorten en maten, helemaal zoals u dat wilt. U heeft al een fauteuil vanaf € 995,-.

Meer weten? Bel ons geheel vrijblijvend op 0321-319042, of bezoek onze website www.bonvie.nu of onze showroom(De Dieze 6 in Dronten).

Ook komen wij graag voor een demonstratie bij u thuis.

www.bonvie.nu

BonVie

Voor **bijzonder** luie stoelen & **uitzonderlijk** goede fauteuils

‘Klagen of zelf laten zien dat het anders kan’

In gesprek met Joy van der Stel*

Lang hoef ik niet te zoeken: er zijn verder geen mensen in een rolstoel als ik (HvV, landelijke redactie MEE Bijdehand) het grand-café binnenstap waar we hebben afgesproken. Joy steekt me enthousiast de hand toe en haar enthousiasme wijkt geen ogenblik in ons gesprek. Tegenover me zit een vrouw die niet overleeft, maar leeft; niet ondanks haar handicap maar dankzij. Joy heeft van de nood een deugd gemaakt en van haar beperking haar missie en haar werk. Dat zag er ruim dertig jaar geleden heel anders uit.

Toen Joy in 1975 werd geboren zagen de artsen het somber in. Door zuurstoftekort was zelfs haar leven niet zeker. Joy overleefde en zou in de jaren die volgden menigeen verbaasd doen staan. Joy zit in een rolstoel, heeft spasmen, functioneert zelfstandig, heeft een man en dochter én een eigen bedrijf: ‘Empower Mij’.

Niemand die je een kus geeft.

Op haar vierde vertrok Joy naar het revalidatiecentrum. Toen ze op haar zevende weer thuis kwam wonen merkte ze het verschil. ‘In het revalidatiecentrum waren kinderen anders dan thuis’, herinnert Joy zich. ‘Er hing onder hen een sfeer van: wij zijn gehandicapt, wij zullen nooit een baan krijgen. Ik vroeg: ‘waarom dan?’ Mijn broer wilde brandweerman worden en ik wilde ook zoiets. Thuis was dat wel anders. Maar thuis betekende ook een mama die bezig is in de keuken, een broer die huiswerk maakt en een papa die moe is. In een instelling zijn de begeleiders nooit moe, iedereen staat voor je paraat. Maar degene die je naar bed brengt geeft je geen kus, zoals thuis.’

Ze denken dat je gek bent.

De periode rond haar twaalfde jaar was warrig. Het speciaal onderwijs waar ze heenging beschouwde ze als een plek om uit te rusten. ‘Het was meer gericht op mijn totale begeleiding dan op leren. Mijn broertje had in het weekend huiswerk, maar ik niet. Ik leerde uit de boeken van mijn broer. Het was gewoon niet gelijkwaardig. Mijn broer zei dan: ‘Ze denken tóch dat je gek bent.’ Zo uitgesproken waren wij onder elkaar. Papa beaamde dat dan waarop hij een por kreeg van mama’, schertst Joy. ‘Ik werd recalcitrant genoemd, maar ik wilde net als de anderen wel eens spijbelen van school of fikkie stoken.’



Op latere leeftijd kwam er zelfs een psycholoog aan te pas om Joy te vertellen dat haar wereldbeeld niet klopte. 'Ik was een buitenbeentje, legde me erbij neer en dacht: als mijn tijd daar is dan pak ik het.'

Gebruik maken van eigen kracht.

Joy pakte haar kansen. Onder het motto: Je kunt klagen of je kunt zelf laten zien dat het ook anders kan, startte Joy een eigen bedrijf: Empower Mij. Zij begeleidt mensen in het versterken van de eigen mogelijkheden en kracht. 'Ieder mens is uniek, uitdagingen heeft iedereen. De vraag is: ga je uit van je onmogelijkheden óf van je mogelijkheden?' Is dat niet erg makkelijk gezegd? 'Je hoort mij niet zeggen dat het makkelijk is', antwoordt Joy. 'Ik heb ook zware momenten en dieptepunten gehad. Maar het is wél van invloed hoe je ermee omgaat, ook al verandert dat nog niet de situatie. Ik kan denken: poeh, poeh, wat moeilijk allemaal, maar wat schiet ik daarmee op? Natuurlijk ben je anders door een beperking, maar anders betekent niet per definitie dat alles zwaarder is. Ik heb dagen dat ik denk geef mijn portie maar aan Fikkie, maar wie niet?'

Probleem in stukjes hakken.

Op welke manier gebruikt Joy haar visie in haar werk?

Ze vertelt het voorbeeld van een gezin waar ze gevraagd was voor ondersteuning. De lichamelijk gehandicapte puberzoon liet zich geheel verzorgen door zijn ouders. Op zijn vraag aan vader om hem te helpen zijn gebakje te eten, vraagt Joy naar zijn probleem: 'Kun je je vork niet zelf vasthouden? Lukte het je niet de vork naar je mond te brengen? Kun je niet bij het schoteltje op tafel? Of kun je het schoteltje niet vasthouden?' Zo wordt het 'probleem', in dit geval het eten van een gebakje, in stukjes gehakt. Hierdoor laat Joy ouders en zoon bewust worden van de mogelijkheden. Zoon is inzicht gegeven hoe hij alleen hulp hoeft te vragen bij dingen die hij echt niet kan. Een belangrijke stap naar zelfstandigheid, het nemen van eigen verantwoordelijkheid, ofwel empowerment. Veel mensen met een handicap zijn gewend te worden geholpen', geeft Joy mee tot besluit. 'Belangrijk is dat mensen zelf de regie in handen hebben. Daar ligt ook een uitdaging voor MEE. Duidelijk moet worden gemaakt dat er nog een weggetje tussen zit.'

Een voorbeeld?

'Ik moest laatst ergens met m'n rolstoel naar een andere verdieping. Dit moest via de goederenlift waar een bordje aan de wand hing: niet bestemd voor personen. Wat denk je dan hoe dat voelt? Ben ik geen mens dan? Je



kunt natuurlijk een klacht indienen, je recht halen, het eisen. Maar je kunt ook je eigen rol spelen. Vraag of iemand die er verantwoordelijk voor is mee gaat in de lift. Laat het zien.'

Meer weten over Joy's eigen bedrijf? Kijk op de website
www.empowermij.com

*met toestemming overgenomen uit MEE Bijdehand februari 2007



SCHUNSELAAR'S

SCHILDERSBEDRIJF B.V.

Curieweg 13, 8013 RA Zwolle, tel. (038) 465 97 00

Pioniersweg 12, 8251 KN Dronten tel. (0321) 38 11 85

www.schunselaar.nl



Een kleurrijk verhaal



Buitendeur en Ladies' Circle,

Dinsdag 12 augustus kregen voorzitter en penningmeester een bijzonder cadeau:

De Ladie's Circle Dronten verkocht dit jaar vaderdagontbijtjes 'voor het goede doel'. Dat goede doel was een elektrische ontsluiting van ons Onderdak aan de Lancasterdreef 61a, Dronten.

De winst was maar liefst € 750 !!!!

Het totale bedrag werd overhandigd tijdens een vergadering van de Ladies' Circle.

Het geld wordt direct besteed aan een elektrische opener van de buitendeur, zodat in het nieuwe seizoen iedereen zonder hulp naar binnen kan.

De Ladies' Circle is uitgenodigd om op korte termijn de deur officieel in gebruik te nemen.

Het gehandicaptenberaad is heel gelukkig met deze gift, omdat haar uitgangspunt is dat mensen met een beperking overal in en door moeten kunnen, dus zeker in eigen gebouw.

Ladie's Circle: Hartelijk dank!

Rolstoeldansen

De rolstoeldansgroep is in de afgelopen maanden weer verhuisd naar de oorspronkelijke locatie: d'Overkant van het Ichthuscollege aan de Jupiterweg.

Omdat de ruimte groot genoeg is, kunnen zich weer nieuwe leden melden!

Kom gerust eens kijken op donderdagavond 19.00 uur.

Om te wennen zijn de lessen de eerste maand gratis. Er zijn rolstoelen aanwezig, maar ook als je geen rolstoel nodig hebt, ben je van harte welkom als ondersteuner.

De eerste les na de vakantie begint op 11 september 2008.

De Morinel 77-79
8251 HT Dronten
telefoon:
(0321) 31 48 60
telefax:
(0321) 38 02 33
email:
info@partyservicebreet.nl
internet:
www.partyservicebreet.nl
Rabobank rek.nr.
33.81.65.401
K.v.K. Lelystad 39047695



- OPENINGEN
- RECEPTIES
- WARME MAALTIJDEN
- LUNCHES
- WARME KOUDE BUFETTEN
- BORRELGARNITUREN
- GOURMET/FONDUE
- SALADES
- BARBECUE

J. Breet b.v. *Catering - Party - Verhuur*

Jan Breet



Uw partner in schoonmaak

Schoonmaakbedrijf van Gaalen te Dronten

Tel: 0321-313567 Website: www.van-gaalen.nl



Websites

Het leven wordt steeds duurder. En daarom hebben veel mensen recht op toeslagen, aanvullingen, uitkeringen. Die kunnen komen vanuit het Rijk of vanuit de Gemeente. Het recht op landelijke tegemoetkomingen kan worden berekend via <http://service.nibud.nl/berekenuwrecht/>. Gemeente Dronten doet helaas nog niet mee aan deze service, dus gemeentelijke regelingen kunnen niet op deze site berekend worden. Mocht dit ooit nog wel gaan gebeuren, dan proberen wij u hiervan op de hoogte te houden.

Veroni Steentjes heeft Intermobiel opgericht, een digitale ontmoetingsplaats voor minder mobiele jongeren. De ziektebeelden bij de portretten lopen zeer uiteen, dus de site is absoluut niet bedoeld voor mensen met één bepaalde soort handicap of chronische aandoening. De website is zeer breed opgezet en daarom brengen wij haar website graag onder de aandacht.

De site is overzichtelijk, geeft heel veel informatie over heel uiteenlopende onderwerpen (maar hebben uiteraard allemaal wel een link met chronisch zieken en/of gehandicapten) en heeft een forum waar mensen elkaar kunnen vinden om ervaringen uit te wisselen of gewoon even stoom af te blazen.

www.intermobiel.com





***Donker maakt
het leven groen***

www.donkergroen.nl



Vestiging Dronten De Linge 30-32, Postbus 184, 8250 AD Dronten
Tel. (0321) 314540, Fax (0321) 313102, info.dronten@donkergroen.nl
Donker heeft vestigingen in: Amsterdam • Breda • Dronten • Groningen
• Hengelo • Hoogeveen • Sneek • Tiel • Veendam • Zoetermeer



Broeders

***ORTHOPEDISCHE
SCHOENTECHNIEK***

**MODERNE
ORTHOPED. SCHOENEN
SEMI-ORTHOPEDISCHE
SCHOENEN**

- * Aanpassingen aan confectieschoenen
- * Levering alle ziekenfondsen

BEDRIJFSWEG 11
8251 KK DRONTEN
0321 - 332050
www.broeders-orthopedie.nl

**Al 50 jaar zijn voeten bij ons in
goede handen**

Wij bezoeken aan huis

**BEZOEKADRES**

Het Dagwerk 30
8252 KD Dronten

E-MAIL

info@afdi.nl

WEBSITE

www.afdi.nl

TELEFOON

(0321) 38 63 40

FAX

(0321) 38 63 50

STARTERSBEGELEIDING**FISCALE AANGELEGENHEDEN****FINANCIËLE DIENSTVERLENING****TELESERVICE****(BEDRIJFSECONOMISCHE) ADVIEZEN**

ADMINISTRATIEVE FISCALE DIENSTVERLENING IJSSELLAND O.V.

Lid van de Nederlandse Orde van Administratie- en Belastingdeskundigen



triAprint

Reproservice

triAprint maakt deel uit van triAde.
triAde biedt zorg en ondersteuning aan
mensen met een verstandelijke beperking.



**TriAprint voor uw
verenigingsblad,
jaarverslag en
certificaten.**

**Kopieën zowel in kleur
als zwart/wit.**

**Het adres voor:
nieten, inbinden,
lamineren, sealen
en snijden.**

**Mailing
verzendklaar
maken en
aanbieden bij
TPG post.**

Reproservice triAprint - Europalaan 33 – 0527-635120
TriAprint@triade-flevoland.nl



Zittend ziekenvervoer.

Zittend ziekenvervoer vindt plaats via auto, openbaar vervoer en ziekentaxi.

Via Stichting Onder Dak krijgen we alleen klachten en vragen binnen over de ziekentaxi, dus daar beperken wij ons toe in dit stukje.

Belangrijk.

- Een taxibedrijf moet een contract hebben met de eigen zorgverzekeraar. Als er geen contract is, krijgt u zelf een rekening voor het vervoer binnen. Deze rekening kunt u zelf indienen bij uw Zorgverzekeraar. De vergoeding van zo'n nota is per Zorgverzekeraar verschillend. De vergoeding zal meestal lager zijn dan de vergoeding van vervoer met een taxibedrijf, dat een contract heeft (gecontracteerd vervoer). En bijbetaling kan in het geval van niet-gecontracteerd vervoer flink oplopen. Het is dus van belang om zeker te weten, dat het taxibedrijf een contract heeft met UW Zorgverzekeraar. In dit artikel beperken wij ons tot de regels bij alle Zorgverzekeraars die vallen onder het Achmealabel Zilveren Kruis, Interpolis, Avéro en OZF.

- Iedere Zorgverzekeraar heeft eigen regels om te zorgen, dat mensen alleen vervoerd worden door een taxibedrijf met zo'n contract. Groene Land Achmea heeft hiervoor een speciaal 0900-nummer in het leven geroepen. Dan wordt u altijd doorgeschakeld naar een taxibedrijf met een contract.
- Volgorde van handelen.
 - Eerst belt u de vervoerslijn van Achmea voor toestemming om met de ziekentaxi te mogen reizen. U hoort dan gelijk of u in aanmerking komt voor vergoeding van een ziekentaxi of ander zittend ziekenvervoer. Dit nummer is 0900-2302340
 - Daarna belt u pas met de taxilijn om de taxi te bestellen. Dit nummer is 0900-8294224.

Maak het makkelijker.

Om alles soepel te laten verlopen is het verstandig om bij het boeken van de taxirit gelijk ook een retourrit af te spreken. Als dit niet mogelijk is, vraag dan in de taxi naar een telefoonnummer van het desbetreffende taxibedrijf.



Het taxibedrijf dat de heenrit heeft verzorgd, is verantwoordelijk om uw terugrit te regelen.

Duur?..... Ja!

Vaak bereikt ons de klacht, dat 0900-nummers bellen duur is. Dat klopt niet altijd, maar in dit geval helaas wel. De nummers kosten € 0,10 per minuut en soms duurt het heel lang voor er contact is en alles is geregeld.

Het is mogelijk om taxibedrijven rechtstreeks te benaderen via hun gewone nummer. Maar contracten wijzigen nogal eens op het moment en het fijne bedrijf dat u vorige maand zo goed geholpen heeft, kan deze maand wel eens helemaal geen contract meer hebben. En helaas worden bellers daar niet van op de hoogte gebracht. Achmea stelt dat hun contracten worden afgesloten voor de periode van minimaal 3 jaar, maar dat het kan voorkomen dat een taxibedrijf failliet gaat en dat in zo'n geval (maar dat komt niet vaak voor) een verandering in de contracten plaatsvindt. In deze omgeving kent bijna iedereen de verwarring omtrent Zoet, die opeens overging naar Connexxion hoewel er van faillissement geen sprake leek te zijn. Er zijn dus ook andere manieren waarop een taxibedrijf opeens niet meer rijdt voor ziekenvervoer. Houd daar dus altijd rekening mee.

Voor degenen, die het risico toch willen nemen om achteraf een rekening te krijgen, heeft het secretariaat van Stichting Onder Dak een paar telefoonnummers van taxibedrijven in de omgeving. Vraag echter wel altijd vóór het bellen van de taxi een machtiging aan bij de Vervoerslijn.

Wat kunt u doen om de kosten zo laag mogelijk te houden?

- Zorg, dat u alle gegevens bij elkaar hebt vóór u gaat bellen. Polisnummer, geboortedatum, naam ziekenhuis, soort specialist, adres en postcode van zowel het vertrekadres als het aankomstadres, tijdstip waarop u opgehaald wilt worden door de taxi voor zowel heen- als terugreis voor zover bekend van terugreis.
- Vraag machtiging bij de vervoerslijn aan voor zoveel mogelijk ritten tegelijk. Dan duurt het gesprek slechts iets langer, maar hoeft u veel minder vaak te bellen.
- Ditzelfde geldt voor het afspreken van de taxiriten. Hoe meer u tegelijk regelt, des te minder vaak hoeft u te bellen.

Andere Zorgverzekeraars.

Andere Zorgverzekeraars hebben andere regels. Het voert te ver om van allemaal alle regels hier door te geven. Daarvoor zijn er simpelweg te veel



Zorgverzekeraars. U moet dus echt met uw eigen Zorgverzekeraar bellen en/of uw polis goed nalezen. Wij zouden graag alle antwoorden voor u hebben, maar dat lukt echt niet.

Niet tevreden? Dien altijd een klacht in!

Als u niet tevreden bent over de kwaliteit van het vervoer, is het verstandig om dit altijd te melden bij het taxibedrijf. Dit bedrijf moet de klacht dan zo goed en spoedig mogelijk afhandelen.

Als dit niet gebeurt of u bent niet tevreden met de wijze van afhandelen of het resultaat van het afhandelen, bel dan altijd de klachtenafdeling van uw ziektekostenverzekeraar. Het nummer is in uw polis terug te vinden.

Voor Achmea is dat (alweer een 0900-nummer voor € 0,10 per minuut) 0900-8294485.

Zorgverzekeraars bepalen welk taxibedrijf (taxibedrijven) een contract krijgen voor het zittend ziekenvervoer. Zij willen zeker weten, dat dit goed gebeurt en in de contracten worden dus kwaliteitsafspraken gemaakt waar men aan moet voldoen.

Taxibedrijven willen op hun beurt graag contracten krijgen om patiënten te mogen vervoeren.

Als dat niet goed gebeurt, raken zij contracten kwijt.

Vertel uw Zorgverzekeraar dus altijd over eventuele problemen.

Hulp van adviseurs Stichting Onder Dak.

Komt u er zelf niet uit of wilt u alleen een kort advies, bel dan gerust naar één van de drie Ango-adviseurs.

Hun telefoonnummers staan achterin deze (K)Letskrant.



Recept

Snelle zalmspinazieschotel voor 2 à 3 personen

500 gram diepvriesspinazie
2 zalmfilets (bv van de Aldi)
1 ui
1 knoflook
1 zakje aardappelpuree
1 zakje geraspte kaas
beetje paneermeel
eventueel peper en zout

Bereidingswijze:

Bak de zalmfilet volgens aanwijzing van de verpakking. Haal de zalm uit de hapjespan en fruit daarin ui en knoflook. Laat de (bevroren) spinazie ontdooien (1 min magnetron) en laat het uitlekken in een vergiet. Maak ondertussen aardappelpuree.

Pak een ovenschotel en verdeel over de bodem spinazie, ui en knoflook. Leg daarop de 2 filets en bedek hen met aardappelpuree.

Strooi hierover kaas en paneermeel.

Zet de schotel 20 minuten in een (hetelucht-)oven op 200°. Als de kaas niet goed gesmolten is, kan de schotel eventjes onder de grill.



Eet smakelijk





Colofon:

Stichting ONDER DAK

Secretariaat:

Postbus 244
8250 AE Dronten
tel. 31 49 51
43 82 91 107
412 467 52

Bank: ABN/AMRO

K.v.K. nr.

Samenstelling Dagelijks Bestuur:

Voorzitter Henny Vorsselman
Secretaris Judy Koopman
Penningmeester Ron Boer Rookhuizen
alg. Adjunct Judy Koopman
lid en notulist Mariska Ristjouw
overige leden: Trijntje Hartman
..... Annie van Loen
..... Miep Ristjouw
DB-adviseur Kees Dekker

Ango-adviseurs:

Ron Boer Rookhuizen	sociaal adviseur	31 46 95
Henny Vorsselman	sociaal adviseur	31 22 15
Judy Koopman	sociaal adviseur	31 49 51

Ango Collecte-organisatie:

Dronten	Trijntje Hartman	31 68 51
Swifterbant	Cilia de Groot	32 20 98
Biddinghuizen	Coosje de Wolf	33 18 64



Creatieve middagen	Marlies Plasschaert	31 56 02
Kinderclub	Ron Boer Rookhuizen	31 46 95
Actieve Vrienden	Janny Lussenburg	33 82 40
Warmwaterzwemmen	Joke de Bruin	31 79 26
BTB-groep	Mariska Ristjouw	06 - 38 27 65 82
Vrijwilligers/klussers	Ria Rauw	31 47 91
Zondagmiddaginloop	Henny Vorsselman	31 22 15
Rolstoeldansen	Cilia de Groot	32 20 98
Scholenproject	Leo Boersma	31 59 55
Zwemles voor kinderen met een handicap		31 22 15
Voorlichting	Mariska Ristjouw	06 - 38 27 65 82
Website	www.onderdak.nl	
e-mail	info@onderdak.nl	
	secretaris@onderdak.nl	
	voorzitter@onderdak.nl	
	penningmeester@onderdak.nl	
BTB-groep:	btb@onderdak.nl	
webmaster	Alfred Vorsselman	31 68 67
Lay-out (K)Letskrant	Barry Bolder	31 43 78





ALLE AANDACHT VOOR MOBILITEIT



U kunt rekenen op

- Aandacht voor persoonlijke zorg
- Aandacht voor service en nazorg
- Aandacht voor kwaliteit
- Aandacht voor vakmanschap
- Aandacht voor keuze



Willem Fenengastraat 33 - 35 ■ 1096 BM Amsterdam
Tel 020 - 435 25 40 ■ www.revacore.nl

TAXI WORTMAN

VOOR VELE SOORTEN PERSONEN VERVOER

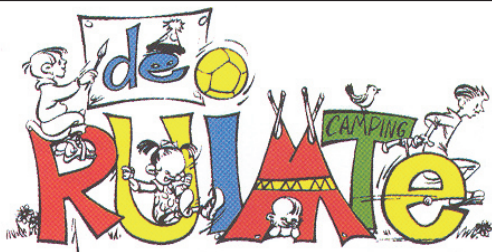
Als u op zoek bent naar begeleitend aangepast vakantie-vervoer, moet u beslist eens contact opnemen met onze onderneming. Vrijblijvend kunnen wij u verder helpen met uw vakantievervoer.

Schepenveld 26
Postbus 23
3890 AA Zeewolde
Fax: (036) 522 2959
Telefoon: (036) 522 3333
Dronten e.o.
Telefoon (0321) 337 777
Lelystad Airport
Telefoon (0320) 245 866

Groepsvervoer (50 personen)
Groepsvervoer (8 persoons bussen)
Rolstoelvervoer (6 persoons bussen)
Zittend ziekenvervoer
Zakenritten met gebruik van autotelefoon
Vakantie vervoer (met bagagewagen)
Repatriëringsverzorging
Snelpakket dienst / vracht taxi
of gewoon een taxi



Taxi Wortman Dronten - telefoon 0321-337 777
www.wortmanpersonenvervoer.nl . wortman@taxi-wortman.nl



Vlakbij de Veluwerand-
meren, middenin het
oudste bos van Flevoland,
ligt Camping "De Ruimte".
Het is een heerlijk vakantie-
adres, ook voor mensen
met een handicap.

Ons gezellige restaurant met terras biedt niet alleen vertier aan de kampeerders, maar is ook een perfecte plek voor uw feestje. Terwijl de kinderen zich op het terrein vermaken, geniet u van een luxe barbecue of een uitgebreid buffet met heerlijke koude en warme gerechten. Een mooie en sfeervolle locatie voor groepen van 20 tot 80 personen.

Ons adres:

Stobbenweg 23

8251 PX Dronten

telefoon

0321 – 316 442



Van Dijk De Jongh

NOTARISSEN EN ESTATE PLANNERS

Van Dijk De Jongh is een middelgroot notariskantoor te Dronten met bijna 25 medewerkers, dat beschikt over diverse specialisten op juridisch en fiscaal terrein. Zodoende kan notarieel maatwerk geleverd worden op die terreinen waarmee u als bedrijf of particulier in aanraking kunt komen.

De cliënt staat centraal. Dat is de nieuwe uitstraling van onze huisstijl. Het logo symboliseert de 2-eenheid van de cliënt en de notaris. Keer op keer zetten wij onze deskundigheid, efficiëntie en kwaliteit in om u optimaal van dienst te zijn.

- | | |
|--|---|
| ☐ Personen- en familierecht | ☐ Vennootschapsrecht |
| ☐ Estate planning | ☐ Agrarisch recht |
| ☐ Onroerend goed recht | |

De Rede 76
8251 EX Dronten

Postbus 195
8250 AD Dronten

Tel. 0321 31 40 44
Fax. 0321 31 65 15

e-mail:
info@flevium.nl
internet:
www.flevium.nl

onderdeel van het samenwerkingsverband

FLEVUM NOTARIAAT