



van en voor mensen met een beperking

(K)LET*Sk*rant

een krant voor iedereen

verschijnt eenmaal per kwartaal

achttiende jaargang nr. 4

september 2015

Retouradres:

Secr. St. Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten

Postbus 244

8250 AE Dronten

De leukste kado winkel
in Emmeloord
KleurKracht
Kado Atelier Print



Harmen Visserplein 5a
8302 BW Emmeloord
www.kleurkracht.nl



voster
BOEK&KANTOOR

Het Ruim 42, 8251 EN Dronten, Telefoon (0321) 31 20 83, Telefax (0321) 31 79 57
Dorpsstraat 83-85, 6741 AC Lunteren, Telefoon (0318) 48 27 90

In dit nummer:

	Pagina
Voorwoord van de voorzitter.....	4
Vraag en Antwoord.....	6
Agenda.....	8
Activiteiten van Stichting Onder Dak in Onder Dak.....	8
<i>Actieve Vrienden.....</i>	<i>8</i>
<i>Computerlessen.....</i>	<i>8</i>
<i>Scootmobiel- en fietsclub.....</i>	<i>9</i>
<i>Teken- en schilderlessen.....</i>	<i>10</i>
Onder Dak algemeen.....	10
Activiteiten van Stichting Onder Dak op andere locaties:.....	10
<i>Kinderclub.....</i>	<i>10</i>
<i>Leszwemmen voor kinderen met een beperking.....</i>	<i>11</i>
<i>Zwemmen voor volwassenen.....</i>	<i>11</i>
Activiteiten van andere organisaties.....	12
<i>SPGF (Stichting Paardrijden Gehandicapten Flevoland).....</i>	<i>12</i>
<i>Inloophuis 'De Herberg'.....</i>	<i>13</i>
<i>ActiveringsCentrum (AC) (heette eerste DAC).....</i>	<i>13</i>
<i>Rijbewijskeuring in Onder Dak.....</i>	<i>14</i>
<i>Rijbewijskeuring voor ouderen 70+.....</i>	<i>15</i>
<i>Alzheimer Café Dronten.....</i>	<i>16</i>
Scootmobiel- en fietsclub.....	16
Bestuursleden gezocht.....	17
Vrijwilligers gezocht.....	17
Veranderingen in de zorg blijven vragen geven.....	20
Festival van het Leren 2015.....	22
Mondzorg.....	24
Artikel..Tabletten niet zomaar breken.....	26
Recept... ..	27
Colofon.....	30
Alle contactgegevens van St. Onder Dak even op een rijtje:.....	31

Voorwoord van de voorzitter



Dit is alweer de 50e (K)Letskrant.
En dus ook het 50e voorwoord van een voorzitter.
Maar er is weinig tijd om bij zulke dingen stil te staan.
Er is genoeg te doen in 'gehandicaptenland'.

Heel Nederland is namelijk in rep en roer en zelfs in de supermarkt hoor ik mensen erover praten.

Her en der verdwijnen in een hoop steden de huishoudelijke hulpen.
Ondanks uitspraken van rechters, dat iedere situatie afzonderlijk goed bekeken moet worden, gaan gemeentes gewoon door met de hulp afschaffen.

Wie geen geld en geen mantelzorgers heeft, is dan enorm de klos.

Hoe zit dat in Dronten?

In Dronten hebben we gelukkig de huishoudelijke hulp kunnen behouden.
Weliswaar hebben sommige mensen minder uren gekregen, maar niemand raakte gedwongen zijn of haar hulp kwijt.

Dit jaar gaan er her en der nog zaken niet helemaal vlekkeloos, maar alle partijen hopen dat volgend jaar de probeerfase voorbij is en dat alles dan goed zal lopen.

Als u ernstige klachten hebt, dan helpen wij u uiteraard graag om deze op te lossen.

Een bezwaarschrift, maar soms ook een informeel gesprek, kan af en toe uitkomst bieden.

Toch wil ik even waarschuwen.

Er is veel minder geld.

En als ergens minder geld is, gaan voorzieningen achteruit.

Dat kan heel vervelende gevolgen hebben.

Maar het levert ook wel eens mooie resultaten op.

Die oudere dame, die opeens ontdekte dat haar schoondochter het heel normaal vond om af en toe de ramen te komen lappen.

De jongere man, die hulp had gehad vanaf het moment dat hij op zichzelf was gaan wonen en die nu ontdekte dat het helemaal niet zo moeilijk was om zelf een bed te verschonen.

Die buurvrouw, die af en toe wat extra's ging koken en dat daarna samen met de mevrouw ging opeten, die niet meer voor zichzelf kon koken: allebei wonnen ze hierbij. Niet meer altijd alleen aan tafel zitten.

Als iedereen doet wat hij of zij kan, dan blijft er in Dronten genoeg geld om iedereen te helpen die de hulp echt nodig heeft.

En dat is toch iets wat we allemaal willen?

Nogmaals: als u het echt niet redt met de toegewezen hulp, dan helpen wij u graag om een oplossing te zoeken én te vinden.

Bel dan gerust met onze adviseur via telefoonnummer 31 49 51.

Maar misschien raakt u wel geïnspireerd en gaat u zelf ook iets bedenken om voor een ander te doen. Al is het maar gewoon iemand uitnodigen op de koffie, zodat die zijn of haar verhaal kwijt kan.

Veel plezier met deze (K)Letskrant.

Judy Koopman, voorzitter

Vraag en Antwoord...

Sommige vragen komen regelmatig langs. Daarom krijgt u hier een kleine opsomming.

Vraag: *Ik heb bericht ontvangen van de gemeente, dat ik extra huishoudelijke hulp kan inhuren tegen een lager tarief en dat de gemeente dan geld bijlegt. Mijn hulp krijgt het gewone werk niet af in de twee uur die ik nog maar over heb. Moet ik haar dan gewoon een uur langer laten blijven voor eigen rekening?*



Antwoord: Die extra hulp (huishoudelijke hulp toelage - HHT) is bedoeld om die klussen te doen, die vanaf 1 januari 2015 niet meer bij het huishouden horen. Hierbij kunt u denken aan de zolder een beurt geven, grote schoonmaak, boodschappen, de garage aanvegen, de terrastegels even extra schrobben et cetera.

Ook voor HHT moet eerst contact met de gemeente opgenomen worden, aangezien zij een deel van kosten betalen. De gemeente bepaalt dus of u recht hebt op die extra hulp.

Als het gewone schoonmaakwerk in uw huis niet af komt in de tijd die u toegewezen is, kunt u bij uw zorgleverancier het verzoek indienen om meer uren. Uw normale woonvertrekken moeten namelijk wel goed schoon gehouden worden. Daarvoor hoeft u niet voor eigen rekening extra zorg in te kopen.

Attentie: vanaf 12 augustus is de eigen bijdrage voor HHT verlaagd van € 10,- naar € 5,- per uur.

Vraag: *Mijn eigen bijdrage is heel hoog en ik heb maar 3 uur per twee weken hulp in huis. Daardoor betaal ik wel heel erg veel per uur. Wat kan ik daaraan doen?*

Antwoord: De eigen bijdrage wordt niet meer per uur berekend, maar per periode. Hierdoor kan het gebeuren dat iemand weinig hulp ontvangt, maar wel heel veel per vier weken betaalt.

Het kan dan financieel verstandig zijn om gewoon zelf particulier een hulp in te huren.

Let op: we hebben het hier niet over illegaal zwart werken, maar gewoon officieel iemand inhuren.

Via internet, maar ook via Stichting Onder Dak, kunt u hiervoor contracten krijgen.

Het is verstandig om een uurloon af te spreken waar vakantiedagen en vakantiegeld al in zitten. Dat is het minste werk.

Aan het eind van het jaar geeft u de hulp een jaaroverzicht van de uitbetalingen en de hulp doet zelfstandig aangifte bij de belasting.

Let wel op: voor vakantieperiodes of ziekte van de hulp zult u dan niet automatisch vervangende hulp krijgen zoals bij huishoudelijke hulp via de gemeente. Er wordt vaak gekozen om iemand te vragen of die bereid is om alleen in zulke situaties te komen invallen. Tweede mogelijkheid is om twee hulpen aan te nemen en die ieder om de week te laten komen. In geval van ziekte of vakantie kunnen ze dan voor elkaar invallen. Dit moet uiteraard allemaal goed vastgelegd worden in bovengenoemd contract.

Agenda



Activiteiten van Stichting Onder Dak in Onder Dak

Activiteiten van Stichting Onder Dak in Onder Dak,
Lancasterdreef 61a, Dronten

Attentie: wie een nota nodig heeft om cursusgeld of andere uitgaven te kunnen declareren bij het toegankelijkheidsfonds van de gemeente, kan om deze nota vragen bij de leiding van de werkgroepen. Die regelt dan dat u via de penningmeester de benodigde betalingsbewijzen ontvangt.



Actieve Vrienden

De bijeenkomsten vinden plaats op elke laatste vrijdag van de maand vanaf 15.30 uur.

De groep bestaat uit singles en echtparen van alle leeftijden. Vanuit deze groep worden door de

deelnemers zelf activiteiten bedacht, waaraan iedereen kan deelnemen. Gezelligheid en ontmoetingen met anderen staan centraal. Ook is er die dag een warme maaltijd.

Binnen de groep wordt lief en leed met elkaar gedeeld, zodat er warme banden ontstaan.

De bijeenkomsten zijn zeer laagdrempelig en voor iedereen toegankelijk. De contributie bedraagt € 15,- per jaar.

Informatie of aanmelden: bij Henny op telefoonnummer 31 22 15.

Computerlessen

Door omstandigheden liggen de lessen even stil.

U kunt zich uiteraard wel vast opgeven om volgend seizoen mee te kunnen doen.



Nieuwkomers zijn uiteraard net zo welkom als de cursisten, die al meerdere cursussen bij ons gevolgd hebben. Geef u tijdig op, want we werken in kleine groepen en het zou jammer zijn als we u niet konden plaatsen.

De lessen zijn bedoeld voor mensen, die niet in staat zijn de lessen ergens anders te volgen.

Dit kan zijn vanwege moeite met de snelheid van de meeste cursussen, maar bijvoorbeeld ook omdat de ruimte waar lesgegeven wordt niet voldoende toegankelijk is.

Het leren werken met de computer staat voorop, maar de gezelligheid wordt zeker niet vergeten.

Kosten: € 39,- per 13 lessen, inclusief koffie of thee.

Het cursusboek kan via de cursusleider worden aangeschaft.

Aanmelden of informatie per mail: j.koopman44@chello.nl of telefonisch 31 49 51 (dit mailadres en telefoonnummer kunnen tijdelijk voor deze werkgroep gebruikt worden) of via irtriest@hotmail.com

Scootmobiel- en fietsclub



Deze groep maakt gezamenlijk tochtjes in de omgeving. Tussen de georganiseerde tochten door kunnen de deelnemers uiteraard ook onderling afspraken maken om er lekker tussenuit te gaan. Er zal gewerkt gaan worden met een telefoonlijst, zodat de deelnemers, die daar prijs op stellen (vermelding op de lijst is dus niet verplicht) elkaar simpel kunnen bereiken.

De gezamenlijke tochten kosten € 5,- per keer, inclusief een kopje koffie of thee onderweg.

De tochtjes die mensen tussendoor maken, kosten uiteraard geen geld, want dan wordt het aan de deelnemers zelf overgelaten om eventueel voor drinken te zorgen.

Aangezien wij fietsen en scootmobiele combineren is het mogelijk voor het hele gezin om gezellig aan te sluiten.

Er is een tocht op elke laatste zaterdag van de maand.

Een scootmobiel- en fietsclub heeft nooit teveel deelnemers, dus sluit u bij ons aan als u houdt van lekker rondrijden met fiets of scootmobiel.

Meer informatie is te verkrijgen bij Lilian op telefoonnummer 06 - 29 45 99 35.

Teken- en schilderlessen



Door het jaar heen worden meerdere cursussen gegeven. Over de inhoud van de cursussen wordt altijd met de deelnemers overlegd aan het einde van een cursus van tien lessen. De cursus wordt gegeven op de woensdagavonden van 19.30-21.00 uur in het gebouw van Stichting Onder Dak aan de Lancasterdreef 61A in Dronten-Zuid.



Een cursus van tien weken kost € 50,- en opgave geldt pas op het moment, dat het cursusgeld betaald is op rekeningnummer NL31 ABNA 04 38 29 11 07 t.n.v. Stichting Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten onder vermelding van 'teken- en schilderles'.

Opgeven of extra informatie over de start van een nieuwe cursus en data worden geregeld via Joke, telefoon 31 79 26.

Onder Dak algemeen

Alle dagen: de groepen van de stichting houden wisselend hun bijeenkomsten in Onder Dak. Dit zijn zowel groepen met deelnemers als groepen met alleen vrijwilligers. U kunt zich dus opgeven als deelnemer van een van onze activiteiten, maar u bent ook welkom om eens te komen kijken bij onze werkgroepen zoals de voorlichtingsgroep, BTB-groep, Scholenproject, et cetera. Wij hebben ook een actieve groep mensen die zich vooral bezighoudt met het beleid van de gemeente Dronten op het gebied van het Sociaal Domein. Ook hier bent u als vrijwilliger van harte welkom.

Meer informatie kunt u krijgen bij Judy op telefoonnummer 31 49 51.

Activiteiten van Stichting Onder Dak op andere locaties:

Kinderclub



De club is actief op de derde zaterdag van de maand in Samenwerkingsschool De Brandaris, Westland 10, Dronten-Zuid. Elke maand wordt via de pers het thema van de maand bekendgemaakt.

De kinderclub is bedoeld voor kinderen met beperkingen, maar zij mogen ook broertjes, zusjes en/of vriendjes meenemen. Er wordt een kleine vergoeding gevraagd. Bij deelname door meerdere kinderen uit één gezin wordt korting gegeven.

De club is ook op zoek naar begeleiders op deze middagen. De tijdsinvestering is minimaal, maar het plezier voor zowel vrijwilliger als deelnemende kinderen is maximaal.

Informatie over deelname, begeleiden en opgave vooraf kan bij Nancy 06 – 41 95 46 34 of per mail: kinderclub-dronten@hotmail.nl.

Leszwemmen voor kinderen met een beperking



Kinderen met een beperking vanaf 6 jaar kunnen zwemles krijgen in Aphrodite's Thermen in Dronten. Er zijn twee groepen. De lessen van de ene groep worden gegeven op zaterdagochtend van 7.00 tot 7.30 uur en van de andere

groep op woensdagmiddag van 18.00 tot 18.30 uur.

De groep bestaat uit maximaal 6 kinderen, die in een prikkelarme omgeving leren vertrouwd te raken met het water en tevens leren zwemmen. Veel van onze zwemkinderen hebben zelfs binnen een redelijke tijd zwemdiploma's gehaald.

Kosten: € 65,- per kwartaal.

Aanmelding: Judy 31 49 51.

Zwemmen voor volwassenen

Zwemmen voor volwassenen onder leiding van een fysiotherapeut.



Locatie: Zwembad Overboord. Bedoeld voor iedereen, die op medisch advies moet gaan oefenen of zwemmen in extra verwarmd water.

Het warmwaterzwemmen vindt plaats op woensdagmorgen en de watertemperatuur is dan ongeveer 32 graden. De oefeningen worden gedaan onder begeleiding van een fysiotherapeut. Vrijwilligers bieden, waar nodig en gewenst, ondersteuning bij aan- en uitkleden, verplaatsen naar en van het zwembad en in het water (dit laatste is erg prettig als u wat onzeker bent in het water).

Vooraf mensen met rugproblemen, een spierziekte of zij die moeten

revalideren hebben hier veel baat bij. Dat komt omdat het in het water gemakkelijker is de spieren en gewrichten te bewegen zonder extra belasting. Het is niet noodzakelijk om te kunnen zwemmen.

Het begeleid zwemmen vindt plaats in het ondiepe gedeelte van het bad, waar u gewoon kunt staan.

Aanmelden en informatie: Joke de Bruin 31 79 26.

Activiteiten van andere organisaties

SPGF (Stichting Paardrijden Gehandicapten Flevoland)

Stichting Paardrijden Gehandicapten Flevoland (SPGF) organiseert paardrijlessen voor mensen met een beperking.

Dit vindt plaats in de Manege aan de Zuid 30 in Dronten.

Er worden lessen gegeven op donderdagavond van 19.00-20.00 uur en op zaterdagmorgen van 9.00-11.00 uur.

Kosten: € 60,- per kwartaal.

Ook organiseren we huifkartochten voor groepen.

Website: www.flevomanege.nl/aangepastrijdenspgf

Informatie: spgf@flevomanege.nl of bij Ton:

tel.: 06 – 14 44 49 16.


Aangepast rijden



Inloophuis 'De Herberg'



Stichting
De Herberg Dronten



Maaltijden

Deze worden gehouden op de eerste en derde zondag van iedere maand vanaf 13.15 uur in de Ludgeruskerk, Ludgerusplein 2, Dronten. Aanmelden op woensdag in de week voorafgaand aan de maaltijd op telefoonnummer 06 - 25 26 57 20 vanaf 10.00 uur.

Openingstijden inloop:

Dinsdag van	10.00 tot 12.00 uur	Ludgeruskerk
Woensdag van	14.30 tot 17.00 uur	Denksportcentrum van 'De Woonark', De Oost 52, Dronten
Donderdag van	14.30 tot 17.00 uur	Ludgeruskerk

Secretariaat 31 69 52

E-mail: herbergdronten@gmail.com

Website: www.herbergdronten.nl

ActiveringsCentrum (AC) (heette eerste DAC)

Locatie: Hogerhuis 10, 8251 LZ Dronten

Inloop op maandag t/m vrijdag van 9.00 – 16.30 uur.

Op woensdag en vrijdag is er aansluitend een warme maaltijd verkrijgbaar.

Kosten: € 3,50.

Op zondag is er inloop van 10.00 – 14.00 uur.

Informatie van maandag tot en met vrijdag van 9.00 – 16.30 uur, tel: 74 40 22.

Om deel te nemen aan activiteiten heb je een CIZ-indicatie nodig.

Aan sommige activiteiten zit een kleine bijdrage verbonden. De koffie en thee kosten € 0,20. Voor € 2,- kan een koffiekaart gekocht worden. Dan zijn twee kopjes koffie of thee gratis.

Mail voor meer informatie naar

a.wijngaard@kwintes.nl of kijk op www.kwintes.nl.

Telefoonnummer van het AC is 0321-744022 en u kunt bellen van maandag tot en met vrijdag van

09.00 - 16.30 uur.

kwintes
sterk in de samenleving



Rijbewijskeuringen.com

Attentie: het schema voor de keuringen is aangepast.
Lees dit artikel goed door.

Wie voor verlenging van het rijbewijs een medische keuring moet ondergaan, kan daarvoor terecht op elke 4e dinsdag van de maand:

22 september, 27 oktober, 24 november enz.

De keuringen worden gehouden in Gebouw Onder Dak, Lancasterdreef 61A, Dronten.
De keuring kost € 30,-.

Voor deze keuring heeft u nodig:

- een ingevulde Eigen Verklaring – met Geneeskundig Verslag verkrijgbaar bij de gemeente en via internet op mijn.cbr.nl.

Dit formulier vult u in en neemt u mee.

- een klein beetje urine
- een overzicht van de medicijnen die worden gebruikt
- de bril die u nodig heeft in de auto of bij het tv kijken.

Voor meer informatie zie www.rijbewijskeuringen.com

Lidmaatschap van een ouderenbond is niet vereist, ook met lidmaatschap van een ouderenbond kunt u bij ons een afspraak maken.

Het is belangrijk direct een afspraak te maken zodra u bericht heeft ontvangen van RDW of ongeveer 4 maanden voordat uw rijbewijs verloopt.

Voor meer informatie en/of het maken van een afspraak belt u 06-10 32 95 60.

Rijbewijskeuring voor ouderen 70+.

Rijbewijskeuring voor ouderen 70+ georganiseerd door de ouderenbonden.

De St. SBA verzorgt namens de bonden de rijbewijskeuring voor ouderen van 70+ op de laatste dinsdag in de maand in het Denksportcentrum in de Woonark, de Oost 52 te Dronten (naast kerkcentrum de Ark).

De kosten voor de rijbewijskeuring bedragen € 30,-. Deelnemers moeten meebrengen:

Een zelf ingevulde eigen verklaring (verkrijgbaar in het gemeentehuis à € 22,50)

- Uw oude rijbewijs
- Een flesje ochtendurine (nuchter)
- Recente medicijnenlijst
- Geldig legitimatiebewijs

De keuring blijft één jaar geldig. Ook leden, die in de loop van 2015 70 jaar worden, kunnen reeds gebruik maken van deze keuring.

De keuringsarts is de heer Rob Veen, keuringsarts uit Lelystad. Vooraf aanmelden bij:

ANBO: mevr. H. de Moes	tel: 336076	h.demoes@kpnmail.nl
KBO: dhr. H. Tip	tel: 321714	harm.wil.tip@gmail.com
PCOB: dhr. W.E.P. Boer	tel: 310339	boer.dronten@solcon.nl
NBP: mevr. A. Schuur-Viet	tel: 06 466 52 434	aschuur7@kpnmail.nl

alzheimer café dronten

@ACdronten

Wanneer? Elke tweede woensdag van de maand.
Hoe laat? De zaal is open vanaf 19.00 uur.

Het programma start om 19.30 uur en eindigt om 21.30 uur. Alle thema's zijn te vinden op de website www.alzheimercafedronten.nl.

Waar? De Meerpaal, De Rede 80.

Contactgegevens Alzheimer Café Dronten:

Katja Oerlemans 06 – 16 09 87 54

Mail: alzheimerdronten@gmail.com

Twitter: www.twitter.com/acdronten

Website: www.alzheimercafedronten.nl



Scootmobiel- en fietsclub

Helaas waren wij in juli en augustus door omstandigheden niet in staat om een tocht te organiseren voor de scootmobiel- en fietsclub.

Daarom hopen wij op nog veel mooi weer, zodat we er dit jaar nog meerdere keren lekker op uit kunnen.

Onze verkeersregelaars hebben allemaal hun papieren gehaald, zodat u qua veiligheid in goede handen bent.

Voor meer informatie kunt u in de agenda kijken elders in dit blad.

BESTUURSLEDEN

GEZOCHT

Blijf niet thuis zitten, maar word bestuurslid bij Onder Dak.

Wij zoeken een secretaris en een penningmeester.

Voor beide functies wordt alle tijd genomen om u grondig in te werken.

Ervaring is dus een voordeel, maar niet per se een vereiste.

Er kan vanuit huis gewerkt worden bij beide functies en de eigen tijd kan grotendeels ingevuld worden.

Uiteraard wordt wel van de bestuursleden verwacht, dat zij deelnemen aan de vergaderingen en meedenken over het beleid van de stichting.

Voor meer informatie over deze functies kunt u bellen met Judy (0321 – 314 951).

Vrijwilligers gezocht

Vrijwilligers gezocht voor onze werkgroep BTB (Bereikbaarheid, Toegankelijkheid, Bruikbaarheid).

Wij zijn op zoek naar mensen met en zonder beperkingen. Ervaring is een pre, maar geen noodzaak.

Voor meer informatie over deze werkgroep kunt u bellen met Mary (06 – 18 39 58 57)





Dames- en herenkapsalon

Met en zonder afspraak

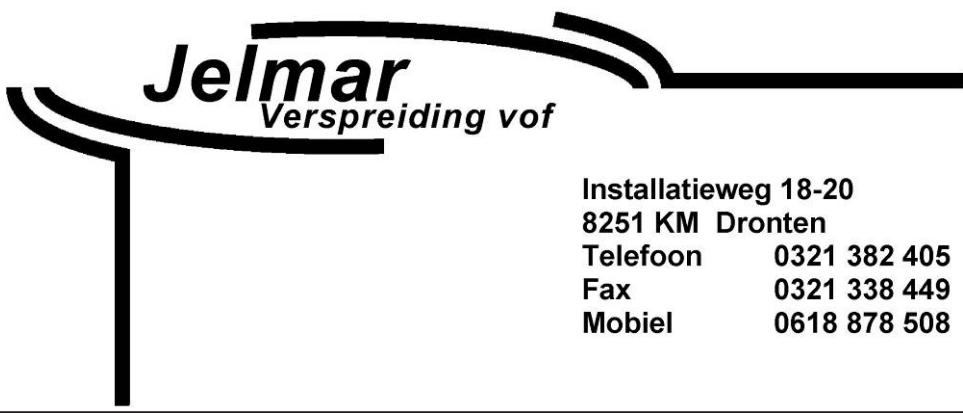
Openingstijden:

Dinsdag t/m vrijdag 09.00-18.00 uur

Zaterdag 09.00-17.00 uur

U kunt bij ons terecht voor uw bruidskapsel en uw bruidsmake-up.

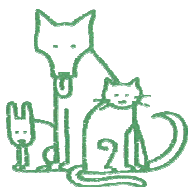
Wardhof 22 • 8251 TH • Dronten
T 0321 31 86 95 • www.kapsalonjacques.nl



Jelmar
Verspreiding vof

Installatieweg 18-20
8251 KM Dronten
Telefoon 0321 382 405
Fax 0321 338 449
Mobiel 0618 878 508

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

Toch fijn de stijlvolle bakkers in Uw buurt

Tietema

Swifterbant 321226

Dronten 315555

Biddinghuizen 332522

 ***stijlvolle bakkers***

Veranderingen in de zorg blijven vragen geven.

Hoewel de wijzigingen al enige tijd zijn doorgevoerd, komt toch nog zeer regelmatig bij ons de vraag binnen: bij wie moet ik zijn voor welke hulp? Hieronder zullen wij proberen om dit in het kort weer te geven.

De nieuwe Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo) bevat alle taken, die niet medisch zijn zoals huishoudelijke hulp, begeleiding, dagbesteding, ondersteunen van mantelzorgers en beschermd wonen. Er kan dus wel een medische achtergrond zijn, maar de taken zelf zijn niet medisch.

De Wmo valt onder de gemeente.

Al uw vragen over de Wmo kunt u dus daar stellen.

De AWBZ is opgedeeld tussen de Zorgverzekeringswet (Zvw) en de Wet langdurige zorg (Wlz).

De Zvw levert medisch noodzakelijke zorg aan huis via de wijkverpleegkundige.

Denk hierbij aan helpen met douchen, medicijnen geven, wondverzorging enzovoorts.

Deze zorg valt onder het basispakket van uw zorgverzekering.

Als u dus vragen hebt over deze zorg, kunt u uw eigen ziektekostenverzekeraar bellen.

De Wlz levert zorg aan mensen, die (bijna) altijd zorg en toezicht nodig hebben.

Het voert hier te ver om uitgebreid alle regels omtrent Zorgzwaartepakketten te bespreken, maar kortweg komt het er op neer, dat mensen met een ZZP het recht hebben om in een zorginstelling te wonen. Zij kunnen echter soms ook gewoon thuis wonen.

Afhankelijk van de zwaarte van het ZZP vallen zij vanaf 1-1-2015 onder de WLZ.

Mensen met een hoog zorgzwaartepakket vallen automatisch onder de Wlz, ongeacht of zij thuis of in een instelling verblijven.

Mensen met een laag zorgzwaartepakket moeten in 2015 een keuze maken tussen

- thuis blijven wonen met ondersteuning vanuit Wmo en Zvw
- opgenomen willen worden in een instelling op grond van de Wlz
- of helemaal geen zorg willen ontvangen.

Over deze keuzes ontvangt u automatisch bericht.

Mocht de informatie in deze brief voor u niet duidelijk zijn, dan kunt u op meerdere plekken hulp krijgen bij de uitleg. Dit kan zijn bij het Wmo-loket, bij uw ziektekostenverzekeraar en bij de adviseur van Stichting Onder Dak. Een Wlz-indicatie vraagt u aan bij het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). Het Zorgkantoor geeft gratis ondersteuning bij het invullen van de aanvraag.

Zorgkantoor Flevoland is te bereiken via postbus 353, 8000 AJ Zwolle.

Telefonisch vragen over zorg in natura: 038 – 456 78 99

Telefonisch vragen over PGB: 038 – 456 78 88



**Clavos Medische Pedicure- en manicurepraktijk
Kruidendreef 115 8152 BE Dronten**

Tel. 06-575 67 084

www.clavos.nl

Staat voor:

- ♦ Vakmanschap
- ♦ Professionaliteit
- ♦ Kwaliteit
- ♦ Persoonlijke aandacht

ProVOET

Diabetisch- en Reuma aantekening

Ook behandeling aan huis

Aangesloten bij Provoet: landelijke organisatie voor de voetverzorging/pedicure



Festival van het Leren 2015

Stichting Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten is dit jaar weer te vinden bij het Festival van het Leren.

Dit jaar kunt u nader kennis maken met ons scholenproject.

Het Festival van het Leren is een wereldwijd initiatief van UNESCO dat zich richt op het bevorderen van een leven lang leren. Daarnaast vormt het Festival een uitstekende aanleiding om duurzame lokale educatieve partnerschappen op te zetten.

Het Festival van het Leren is van 11-20 september 2015.

Festivaldag in FlevoMeer Bibliotheek Dronten

In Dronten wordt traditiegetrouw het Festival op één dag gevierd.

Op vrijdag 11 september wordt de jaarlijkse Festivaldag gehouden op het Serviceplein en in de Bibliotheek in De Meerpaal van 14.00-17.00 uur.

Op dit Festival laten organisaties uit de gemeente Dronten zien wat ze te bieden hebben op het gebied van participatie en educatie.

Het Festival richt zich op alle volwassen burgers, ongeacht opleiding, leef- en werksituatie. Daarnaast is er speciaal aandacht voor het bereiken van groepen voor wie leren niet vanzelfsprekend is. Het Festival wil juist deze groepen stimuleren om hun talenten te laten zien en hun competenties verder te ontwikkelen.

Dit is dus geen voorlichtingsmarkt, waarbij de deelnemers strak achter een tafel zitten en foldertjes uitdelen.

Het Festival van het Leren is vooral bedoeld om zelf dingen te ervaren en uit te proberen.

U kunt dus bij Onder Dak gewoon aan tafel aanschuiven om eens te ervaren wat de kinderen zoal te horen en proberen krijgen tijdens onze bezoeken.

Daarnaast kunt u diverse dingen uitproberen met onze vrijwilligers in de grote hal.

Niet alleen luisteren dus, maar vooral zelf ervaren.

Ditselfde geldt voor alle andere deelnemende organisaties.

Daarnaast valt er meestal wel wat lekkers te eten en te drinken.

Festival van het Leren is een totaalervaring en altijd de moeite waard.

En wie weet, misschien komt u ter plekke wel op een nieuw idee om iets bij te gaan leren.

Iedereen leert iedere dag: het nieuws op televisie, de krant, maar ook een nieuw recept, een auto die net even andere besturing heeft, een nieuw liedje leren van uw (klein)kind..... het is allemaal leren.

En misschien raakt u wel geïnspireerd en besluit u vrijwilliger te worden bij Onder Dak om op die manier ook weer nieuwe ervaringen op te doen.

Kom dus langs op 11 september.

We zien u daar graag verschijnen.

Mondzorg



Steeds meer mensen gaan tegenwoordig niet meer alleen naar een tandarts, maar ook naar de mondhygiënist.

Daarom vonden wij onderstaand artikel belangrijk genoeg om over te nemen. Er blijken namelijk nog wel eens mensen te werken, die absoluut niet voldoende

opleiding hebben gevolgd.

Dit kan vervelende gevolgen hebben.

NVM-mondhygiënist, dé beroepsorganisatie van mondhygiënist in Nederland is ernstig bezorgd over de kwaliteit en patiëntveiligheid verleend door hulpkrachten binnen de mondzorgpraktijk, de zogenaamde 'preventie-assistenten'.

Deze minimaal geschoolde krachten worden steeds vaker ingezet om tandheelkundige behandelingen uit te voeren.

De mondhygiënist volgt een 4-jarige HBO-opleiding en een tandarts een 6-jarige universitaire studie.

Wettelijke kaders waarbinnen de mondhygiënist en tandarts mogen handelen, maken het voor patiënten transparant wie welke zorg verleent. Preventie is echter hot en door een 8-daagse cursus kan men al één van de volgende titels gebruiken: 'preventie-assistent', 'paro-preventie-assistent', 'preventieconsulent', 'preventie-medewerker' of 'mondzorgmedewerker in de preventie'.

Door een gebrek aan een erkende opleiding voor deze hulpkracht, zet NVM-mondhygiënist haar vragetekens bij de borging van kwaliteit en patiëntveiligheid onder deze groep.



Tevens gaat het om een onbeschermd titel, dus ook als men de cursus niet haalt of niet volgt, mag men zich een dergelijke titel aanmeten en dat is zorgwekkend.

De mondhygiënist werkt zelfstandig, is zonder verwijzing te bezoeken en werkt binnen de wettelijke kaders van het deskundigheidsgebied.

De HBO-opleiding waarborgt in de basis kwaliteit, patiëntveiligheid en professionele zorgverlening.

Daarnaast bestaat er een KwaliteitsRegister voor Mondhygiënist (het KRM) en een NVM-DiplomaRegister Mondhygiënist.

De patiënt kan dus met vertrouwen en zekerheid door een mondhygiënist behandeld worden.

Hulpkrachten, zoals een 'preventie-assistent', worden in de praktijk steeds vaker en breder ingezet om tandheelkundige behandelingen uit te voeren, zoals het verwijderen van tandsteen, het geven van poetsinstructies, maar ook het geven van verdoving en zelfs boren. Dit zónder dat de patiënt weet wie deze taken uitvoert en of deze medewerker wel voldoende is opgeleid. Vervolgens betaalt de patiënt exact dezelfde rekening, ongeacht of de behandeling door een mondhygiënist of 'preventie-assistent' is uitgevoerd.

Kortom, veel mensen weten niet wie de mondzorg verleent en of ze de meest doelmatige zorg voor hun geld krijgen.



NVM-mondhygiënist pleit voor een situatie waarbij de patiënt goed geïnformeerd is en de patiëntveiligheid en kwaliteit geborgd is. De patiënt heeft recht om te weten wie in zijn of haar mond werkt en wie de kosten in rekening brengt.

NVM-mondhygiënist roept patiënten op om bij de eigen mondzorgpraktijk na te gaan welke achtergrond de mondzorgverlener heeft. Elke patiënt verdient hoogwaardige en veilige mondzorg, want een gezonde mond is immers van levensbelang!

Artikel..Tabletten niet zomaar breken

bron: Redactioneel/DailyMail/NU.nl door: Ton van Vugt.

Onderzoekers waarschuwen voor het breken en in stukjes doorslikken van pillen.

Bij bepaalde types kan dat de samenstelling en de werkzaamheid van de pil ernstig aantasten.

Dat verklaart dokter Simon Gaisford van University College London aan Daily Mail.

De meeste pillen zijn omhuld door een gekleurd suikerlaagje om ze herkenbaar te maken en hun smaak enigszins te veraangemen. Soms zijn die laagjes echter nodig om het medicijn optimaal te laten werken. "Pillen zoals paracetamol bestaan gewoon uit samengedrukt poeder, dus die kan je zonder problemen in stukjes snijden", zegt Dr Gaisford. "Maar andere pillen zijn omhuld om ervoor te zorgen dat de werkzame bestanddelen niet voor irritatie zorgen, en mogen nooit in stukjes gebroken worden."

Andere geneesmiddelen zijn juist omhuld om ervoor te zorgen dat ze geleidelijk worden vrijgegeven in het lichaam. Zo'n pil in stukjes innemen kan er volgens Gaisford toe leiden dat alles in één keer in het lichaam wordt opgenomen. Die pillen kunnen dan voor een overdosis zorgen. Fabrikanten van geneesmiddelen hebben volledig de controle over de grootte, vorm en kleur van een pil.

Er zijn geen specifieke regels over die kenmerken.

"Pillen zonder breuklijn kan je daarom beter niet in stukjes breken.

Raadpleeg bij twijfel altijd een huisarts of apotheker."

Recept...

Tortilla met rundvlees 3 personen

- 👤 1 verpakking grote tortilla's,
- 👤 zakje tortillakruiden,
- 👤 evt. water (afhankelijk van het soort tortillakruiden),
- 👤 500 g riblap,
- 👤 peper, zout,
- 👤 bakboter,
- 👤 klein blikje mais,
- 👤 2 tomaten,
- 👤 kuipje Blue Band Finesse of crème fraîche,
- 👤 geraspte kaas (eventueel schijfjes jalapeñopeper uit pot)



- Kruid de riblappen met weinig peper en zout, maak bakboter goed heet en bak de riblappen rondom bruin.
- Voeg het zakje tortillakruiden en het water toe tot het vlees onder vocht staat. Even goed de tortillakruiden door het water roeren.
- Deksel schuin op pan en laten sudderen tot vlees goed gaar is en uitelkaar valt.
- Haal vlees uit pan en snijd het in blokjes.
- Verwarm de oven voor op 200 °C.
- Vet een rechthoekige ovenschaal licht in.
- Leg op iedere tortilla een streepje vlees en leg daar wat mais en tomaat bovenop en eventueel wat schijfjes jalapeñopeper.
- Rol de tortilla's strak op tot kokertjes en leg ze in de ovenschaal.
- Smeer de Finesse over het oppervlak en bedek met de kaas.
- Schuif in de oven en laat de tortilla's goed heet worden en de kaas smelten dan wel bruin worden (dit hangt af van de gebruikte soort kaas).

Bij deze tortilla's is een groene salade heerlijk fris.



groen donker

vrij spel voor de beleving

Donkergroen Dronten ☎ (0321) 31 45 40

De Linge 30-32 - Postbus 184 - 8250 AD Dronten

info.dronten@donkergroen.nl - www.donkergroen.nl

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

Colofon

Stichting Onder Dak

Secretariaat:

Postbus 244

8250 AE Dronten

tel. 0321 – 314 951

bezoekadres: (alleen op afspraak)

Lancasterdreef 61a,

Dronten

Bank: ABN/AMRO

NL31ABNA0438291107

K.v.K. nr.

41 24 67 52

Samenstelling Dagelijks Bestuur:

Voorzitter	Judy Koopman	31 49 51
Secretaris.....	Vacant	31 49 51
Penningmeester	Wil van den Dungen	06 - 40 48 94 00
Coördinator Werkgroepen	Mary Hanekamp	06 - 18 39 58 57
Algemeen bestuurslid	Matthijs Gaakeer	06 - 40 56 45 21

Adviseurs:

Judy Koopman	sociaal adviseur	31 49 51
--------------	------------------	----------

Ango Collecte-organisatie:

Dronten	Vacant
Swifterbant	Vacant
Biddinghuizen	Vacant

E-mail adressen Stichting Onder Dak

Website www.onderdak.nl
e-mail secretaris@onderdak.nl
voorzitter@onderdak.nl
penningmeester@onderdak.nl
Mary.hanekamp@gmail.com
Matthijsgaakeer01@msn.com

webmaster: Geert Jan Poelman
Lay-out (K)Letskrant Barry Bolder

Alle contactgegevens van St. Onder Dak even op een rijtje:

Actieve Vrienden:	Henny	31 22 15
Adviseur:	Judy	31 49 51 / j.koopman44@chello.nl
BTB-groep:	Judy	31 49 51
Computerlessen:	Rob	06 - 20778406 / irtriest@hotmail.com
Kinderclub:	Nancy	06 - 41 95 46 34 / kinderclub-dronten@hotmail.nl
Kinderleszwemmen:	Judy	31 49 51 / j.koopman44@chello.nl
Rolstoeldansen:	Cilia	32 20 98
Scholenproject:	Leo	31 59 55
Scootmobiel- en fietsclub:	Lilian	06 - 29 45 99 35
Teken- en schilderlessen:	Joke	31 79 26
Voorlichting:	Judy	31 49 51 / j.koopman44@chello.nl
Warmwaterzwemmen:	Joke	31 79 26

Let op: alle telefoonnummers in de (K)Letskrant die niet van een netnummer zijn voorzien, horen thuis onder netnummer 0321.



camping voor mensen met
en zonder een handicap

Natuurlijk De Ruimte



De Ruimte
Stobbenweg 23
8251 PX Dronten
tel. 0321-316442

www.campingderuimte.nl

- Een prachtige natuurcamping in het oudste bos van Flevoland, vlakbij de Veluwe randmeren
- De camping is volledig geschikt voor mensen met een lichamelijke of verstandelijke beperking
- Een recreatieprogramma op maat, aangepast sanitair en toegankelijke gebouwen bieden iedereen een perfecte vakantie
- Voorzien van alle gemakken: afhaalmaaltijden, aangepast spelmateriaal, een voor iedereen toegankelijk speelbad, een kantine met gezellig terras, fiets- en tandemverhuur, winkel en wasserette
- Ingerichte bungalowtenten en kampeerbungalows te huur



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 | ☐ Venootschapsrecht |
| ☐ 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
FLEVIUM NOTARIAAT