



van en voor mensen met een beperking

(K)LET*Sk*rant

een krant voor iedereen

verschijnt eenmaal per kwartaal

negentiende jaargang nr. 2

maart 2016

Retouradres:

Secr. St. Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten

Postbus 244

8250 AE Dronten

KleurKracht

kado | thee | print

Het bruisende hart van de polder:

Printshop, thee, kadowinkel en atelier.

*En dat in de bibliotheek van Emmeloord. Bij
Kleurkracht komen een eerlijk arbeidsproces voor
mensen met een beperking, creatieve concepten en
maatschappelijk ondernemen samen*



Harmen Visserplein 5a
8302 BW Emmeloord
www.kleurkrachtemmeloord.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
Agenda	6
Activiteiten van Stichting Onder Dak in Onder Dak.....	6
<i>Actieve Vrienden.....</i>	<i>6</i>
<i>Computerlessen.....</i>	<i>7</i>
<i>Scootmobiel- en fietsclub.....</i>	<i>7</i>
<i>Teken- en schilderlessen</i>	<i>8</i>
Onder Dak algemeen	8
Activiteiten van Stichting Onder Dak op andere locaties:	9
<i>Kinderclub.....</i>	<i>9</i>
<i>Leszwemmen voor kinderen met een beperking</i>	<i>9</i>
<i>Zwemmen voor volwassenen.</i>	<i>10</i>
Activiteiten van andere organisaties	10
<i>SPGF (Stichting Paardrijden Gehandicapten Flevoland)</i>	<i>10</i>
<i>Inloophuis 'De Herberg'</i>	<i>11</i>
<i>ActiveringsCentrum (AC).....</i>	<i>11</i>
<i>Rijbewijskeuringen in het gebouw van Stichting Onder Dak</i>	<i>12</i>
<i>Rijbewijskeuring voor ouderen 70+</i>	<i>13</i>
<i>Alzheimer Café Dronten.....</i>	<i>14</i>
<i>Aanmelden nieuwe leden teken- en schilderlessen</i>	<i>14</i>
Vragenlijst Dagactiviteiten.....	15
Stichting Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten zoekt:	16
BTB zoekt nieuwsgierige mensen:.....	17
Buurtsportcoaches en Jeugd- en Jongerenwerk Meerpaal.	18
Spelletjesmiddag	19
Verplicht toegankelijk.....	20
Wij staan op.....	22
D'Etalage	23
Cursus Mindfulness Meditatie	24
Wist u dat... ..	26
Recept	27
Colofon.....	30
Alle contactgegevens van St. Onder Dak even op een rijtje:	31

Voorwoord van de voorzitter



Het is druk bij Stichting Onder Dak.

En daar zijn wij blij om.

Het voorjaar staat voor de deur en dat is te merken.

Veel groepen zijn gewoon doorgegaan tijdens de winter, andere groepen starten nu weer op.

Denk bijvoorbeeld aan de scootmobiel- en fietsclub: de vrijwillige begeleiders doen binnenkort hun jaarlijks verplichte toets om weer als verkeersregelaar mee te mogen rijden.

De computerclub had wat oponthoud opgelopen door ziekte van de cursusleider, maar tot onze blijdschap kunnen we melden, dat hij zich weer goed voelt en de lessen weer heeft kunnen hervatten.

Het kinderleszwemmen gaat zo goed, dat we zelfs weer twee complete groepen hebben draaien.

Samen met De Meerpaal wordt momenteel getracht om een van onze belangrijkste groepen, de Actieve Vrienden, weer te laten zijn wat het hoort te zijn: een plek voor mensen met en zonder beperkingen om samen te lachen, te praten, te eten, uitstapjes te plannen en soms ook een beetje te huilen. Juist die combinatie van mensen met en zonder beperkingen maakt de sfeer zo prettig. Niemand kijkt raar op als een deelnemer een keer halverwege te moe wordt en liever naar huis gaat of zich even afzondert. En de bereidheid om elkaar te ondersteunen is ook fantastisch. Waarom zijn er de afgelopen tijd dan geen bijeenkomsten geweest, als alles zo geweldig was? Het antwoord is simpel: de deelnemers kregen bijna geen aanwas van nieuwe deelnemers en de deelnemers van het eerste uur worden allemaal een dagje ouder. En dan gaat het soms wat zwaar vallen om voor eten te zorgen of een reis te organiseren. Daarom doen we er alles aan om ook mensen van iets lagere leeftijd enthousiast te maken.

Er zit geen echte ondergrens. We kunnen ons wel voorstellen, dat iemand van 20 jaar zich te jong voelt voor deze groep. Maar iemand van 40 kan het wel juist heel gezellig vinden om met mensen van eigen én hogere leeftijd te kletsen en een spelletje te doen.

We hopen dus op veel nieuwe leden.

Er is ook een heel ander onderdeel bij de stichting waar het druk is: de beleidsgroep.

Afgelopen jaren kwamen er veel nieuwe regels en wetten. En veel van onze lezers kregen hiermee te maken. Gemeente Dronten probeert met veel minder geld vanuit het Rijk toch aan alle verplichtingen te voldoen. En dus moet er soms op pijnlijke wijze bezuinigd worden.

Die bezuinigingen zullen nog wel even doorgaan, maar men probeert de kwetsbare inwoners hierbij zoveel mogelijk te ontzien. Of dat gaat lukken? De tijd zal het leren.

In Nederland merken we al jaren dat de bomen niet meer tot aan de hemel groeien. Een aantal jaren geleden kreeg iedereen wat hij of zij nodig had, want 'daar had je recht op'. Zo dachten we toen. En het was heerlijk om zo te kunnen en mogen denken.

Die tijd is voorbij: niemand heeft nog ergens automatisch recht op. Geen hele groepen meer benoemen die allemaal hetzelfde krijgen (of ze het nu nodig hadden of niet), maar per persoon kijken of iets nodig is of dat er ook andere mogelijkheden zijn. Vervelend? Soms. Maar soms levert het ook leuke initiatieven op.

Als voor u, als lezer van de (K)Letskrant én inwoner van de gemeente Dronten, de situatie echt slecht geworden is of dreigt te worden door de veranderingen, meld u dan bij mij. Niet in mijn hoedanigheid als voorzitter van de stichting, maar vanwege mijn werk als adviseur. Misschien kan ik u dan ondersteunen om een oplossing te zoeken voor uw situatie.

Maar er zijn meer plekken waar u deze ondersteuning kunt vragen. De gidsen weten vaak waar u terecht kunt, maar denk ook aan de ouderenbonden, vakbonden, maatschappelijk werk enzovoorts. Heel veel mensen willen helpen om oplossingen te bedenken. Maak daar gebruik van als uw situatie echt nijpend wordt.

En ondanks deze sombere alinea wens ik iedereen toch een hele fijne lente toe met weinig tegenslag.

Judy Koopman
voorzitter

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

Momenteel vinden er geen bijeenkomsten plaats. Wij houden u op de hoogte van wijzigingen.

Normaal gesproken gelden onderstaande regels.

De bijeenkomsten vinden plaats op elke laatste vrijdag van de maand vanaf 15.30 uur. Er wordt gezamenlijk gegeten.

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

De lessen op de maandag- en woensdagmorgen zijn weer begonnen.



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.

Anmelden of informatie op tel. 06 – 20 77 84 06 of per mail:

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 met iets lekkers erbij.

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 de laatste zaterdag van elke maand.

In de winter wordt altijd een gezellige bijeenkomst gehouden om in de koude tijd toch een beetje gezelligheid te hebben met elkaar.

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,
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 0438 2911 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: Wil 06 - 40 48 94 00.

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).



Vooral 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 09.00-11.00 uur.

Kosten: € 60,- per kwartaal.


Aangepast rijden



Ook organiseren we huifkartochten voor groepen.

Website: www.flevomanege.nl/aangepastrijdenspgf

Informatie: spgf@flevomanege.nl of bij Ton, tel.: 06-14 44 49 16.

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)

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.

Telefoon 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 0321-74 40 22. U kunt

bellen van maandag tot en met vrijdag van 09.00 - 16.30 uur.

Rijbewijskeuringen in het gebouw van Stichting Onder Dak

Wie voor verlenging van het rijbewijs een medische keuring moet ondergaan, kan daarvoor terecht op elke 4e dinsdag van de maand:
22 maart. 26 april, 24 mei, 28 juni enz.

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

De keuringen worden gehouden in 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 www.mijn.cbr.nl. Dit formulier vult u in en neemt u mee.

U neemt ook mee:
een klein beetje urine, een overzicht van de medicijnen die worden gebruikt en 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: U kunt bij ons terecht met en zonder lidmaatschap van een ouderenbond.

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
- Recente medicijnenlijst
- Een flesje ochtendurine (nuchter)
- Geldig legitimatiebewijs

De keuring blijft één jaar geldig. Ook leden, die in de loop van 2016 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

Aanmelden nieuwe leden teken- en schilderlessen



Met blijdschap kan ik u vertellen, dat we enkele plekken vrij hebben bij onze nieuwe cursus tekenen en schilderen, die van start zal gaan op 9 maart a.s.

De lessen worden gegeven door een professionele leraar en de cursus is geschikt voor zowel beginners als mensen, die al langer tekenen en/of schilderen.

Het is daarom ook mogelijk, dat mensen in dezelfde les met verschillende technieken werken, afhankelijk van hun eigen interesses.



De cursus kost € 50,- inclusief koffie/thee, exclusief materialen en bestaat uit tien lessen.

De lessen worden gegeven in Onder Dak aan de Lancasterdreef 61a op woensdagavond van 19.30 – 21.00 uur.

Extra informatie vragen of opgeven kan bij Joke de Bruin, telefoon 31 79 26.

Vragenlijst Dagactiviteiten

Een groot deel van onze lezers uit de gemeente Dronten treft in deze (K)Letskrant een vragenlijst aan betreffende Dagbesteding.

Het gaat hierbij om dagbesteding voor inwoners met een WLZ-indicatie (WLZ = Wet Langdurige Zorg). Deze groep valt onder het Zorgkantoor. Het gaat dus NIET over mensen, die via de Wmo dagbesteding ontvangen. Die groep valt namelijk al onder de gemeente.

Gemeente Dronten kreeg echter verzoeken binnen om voor deze keer wel mee te denken over deze groep mensen en daar is gehoor aan gegeven.

Stichting Onder Dak kreeg het verzoek om mee te helpen de vragenlijst zo breed mogelijk te verspreiden.

Dit is een mooie samenwerking tussen bezorgde ouders/mantelzorgers, Gemeente Dronten en Stichting Onder Dak en wij hopen op deze wijze veel mensen te bereiken.

De vragenlijst zal ook op onze website geplaatst worden.

Geef uw vragenlijst dus gerust door aan anderen of wijs mensen op onze website om extra exemplaren te bemachtigen en in te vullen. Hoe meer betrokkenen deze vragenlijst invullen, des te beter kunnen wij de situatie in kaart brengen.

De ingevulde lijsten moeten vóór 9 maart binnen zijn bij Onder Dak om verwerkt te kunnen worden. Retourgegevens staan op de vragenlijst.

Stichting Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten zoekt:

secretaris m/v

De secretaris is een vrijwilliger, die alle secretariaatswerkzaamheden verricht. Denk hierbij aan alles omtrent vergaderingen regelen, agenda beheren, archief et cetera.

Het secretariaat vraagt om dagelijks een aantal uren inzet, maar er zijn ook periodes waarin er minder drukte is. Er zijn geen vaste werktijden en er kan vanuit eigen huis gewerkt worden. Wij nodigen zowel mensen met als zonder beperkingen uit om op deze vacature te reageren.

Wij zoeken iemand met affiniteit met de doelgroep, die absoluut met Windows en Office overweg kan.

U wordt geacht in ieder geval maandelijks de bestuursvergadering bij te wonen en eenmaal per kwartaal een werkgroepenoverleg. Verder gaat de secretaris vaak mee met de voorzitter naar besprekingen met andere organisaties, wethouder enzovoorts.

Sollicitatie kan gezonden worden naar ons postadres:
Stichting Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten, Postbus
244, 8250 AE Dronten
of naar e-mail: secretaris@onderdak.nl.

Meer informatie op telefoonnummer: 0321 – 31 49 51.

BTB zoekt nieuwsgierige mensen:

Bereikbaarheid, Toegankelijkheid, Bruikbaarheid (BTB) zoekt nieuwsgierige mensen

Veel mensen staan er nauwelijks bij stil: kun je iedere helling in de wijken op en af met een handbewogen rolstoel? Kan een slechtziende zich makkelijk redden in het gemeentehuis of andere openbare ruimtes? Zijn er voldoende op- en afritjes om met een rolstoel van en naar de winkels / de auto / een vriendin te komen?

Deze vragen (en nog veel meer) komen aan de orde bij onze BTB-groep.

Een gehandcaptentoilet is pas een echt gehandcaptentoilet, als hij niet gebruikt wordt voor opslag van schoonmaakmaterialen en als de rolstoel ook echt bij het toilet kan komen.

Wie controleert dat en andere zaken?

Er zijn organisaties, waar een officieel toegankelijkheidssymbool verkregen kan worden. Daar gaat dan een keuring aan vooraf en als alles in orde is, krijgt de organisatie het keurmerk. Dit kost geld en veel winkels, horeca en privébedrijven geven dit geld liever uit aan andere zaken.

Dat is het moment, waarop onze groep in actie kan komen om adviezen te geven aan eigenaar en gebruiker van een pand. Ook de openbare ruimtes, die onder de gemeente vallen, worden door ons gecontroleerd.

Voor deze activiteiten zijn wij op zoek naar mensen met en zonder beperkingen, die het leuk vinden om af en toe alleen of samen met anderen wat onderzoek te doen. Soms een heel simpel testje, soms iets uitgebreider.

Er wordt gezamenlijk overlegd wie wat zal doen.

Het is geen klus, die dagelijks vele uren vergt, maar de hoeveelheid tijd die iemand hieraan wil besteden, wordt bepaald door de vrijwilligers zelf.

Vanuit de stichting ondersteunen wij de groepen met materialen en uitgebreide uitleg over kennis van zaken.

Lijkt het u leuk om ook mee te doen aan deze groep? Meldt u dan aan bij Mary Hanekamp, telefoon 06 - 18 39 58 57 of per e-mail Mary.hanekamp@gmail.com.

Buurtsportcoaches en Jeugd- en Jongerenwerk Meerpaal.

De Buurtsportcoaches (BSC's) waren voor velen een vertrouwd gezicht bij onze buurman, het JCC.

Daar is met ingang van dit jaar een eind aan gekomen.

Deze taak is overgenomen door Jeugd- en Jongerenwerk van De Meerpaal.



Toch wil dat niet zeggen, dat we de BSC's helemaal uit het oog gaan verliezen.

Er zijn twee BSC's, die wij daarom in deze (K)Letskrant even extra aandacht willen geven.

Het gaat hier om Mariska Meiberg en André Warners. Beiden zijn rechtstreeks te benaderen voor advies en om ideeën door te geven. Daarom vermelden wij van beiden de contactgegevens.

Meer informatie over deze en andere BSC's kunt u vinden op:
www.sportindronten.nl/wie-zijn-wij

Mariska Meiberg

Taakgebied: mensen met een beperking.



Taakomschrijving: “Wil en kan ik meedoen aan het reguliere sportaanbod of richt ik mij op het aanbod dat aangepast is?”

Dat is de vraag die de richting van haar werkzaamheden bepaalt.

Zo biedt zij ondersteuning aan het individu door advies op maat, ondersteunt zij reguliere verenigingen in het toegankelijk(er) worden voor de doelgroep en worden G-sportaanbieders waar nodig versterkt.

Ook wordt de verbinding met de zorg gelegd door bijvoorbeeld aanbod op locatie aan te bieden. Dit alles om de doelgroep op een laagdrempelige manier kennis te laten maken met het aanbod.

Contactgegevens: telefoon 06-10028249, e-mail:
mariska@sportindronten.nl.

André Warners

Taakgebied: 55+

Taakomschrijving: Als Buurtsportcoach van de Senioren heeft hij de doelstelling om zoveel mogelijk ouderen aan het bewegen te krijgen. In de Gemeente Dronten zijn veel beweegaanbieders, maar niet iedere oudere weet ze te vinden en daar helpt hij hen bij met het ouderenconsult, dat iedere woensdag is in de Meerpaal van 10.30-11.30 uur.

Tevens probeert hij in samenspraak met de ouderen vraaggericht activiteiten op te zetten zoals Rollatorgym.

Contactgegevens: telefoon: 06-22141184, e-mail:
Andre@sportindronten.nl.



Spelletjesmiddag

Stichting Onder Dak wil kijken of er behoefte is aan af en toe een spelletjesmiddag,
Daarom gaan we bij wijze van test op 25 maart en 29 april zo'n middag organiseren.
Beide middagen worden gehouden van 14.00 tot 16.00 uur.
Deelname kost inclusief koffie en/of thee € 1,-.
Hopelijk mogen wij u dan verwelkomen.



Verplicht toegankelijk

Bron: Redactioneel / NOS-journaal / Tweede Kamer / ANP.

De Tweede Kamer heeft ingestemd met het VN-verdrag.

Men heeft er, na de bekrachtiging van het verdrag in de Verenigde Naties in 2006, tien jaar over gedaan om zover te komen. Als de Eerste Kamer ook instemt met het verdrag wordt Nederland eindelijk toegankelijker en inclusiever voor mensen met een beperking.

Uiteindelijk stemde een ruime meerderheid van de Kamer in met het VN-verdrag inzake de rechten van mensen met een handicap.

Dit is een belangrijke stap op weg naar echte veranderingen voor een toegankelijker en inclusiever Nederland.

In aanloop naar de stemmingen over het VN-verdrag dienden Tweede Kamerleden verschillende amendementen in. Ook werden er diverse moties door hen ingebracht. Hier is nu duidelijkheid over gekomen. Zo komt er een algemene verplichting om openbare gebouwen en ruimten toegankelijk te maken voor mensen met een handicap. De verplichting moet ingaan per 1 januari 2017.

In de Tweede Kamer is achter de schermen druk onderhandeld om een meerderheid te krijgen voor wijzigingsvoorstellen bij de uitvoeringswet van een verdrag. Daarover is nu overeenstemming bereikt.

Het compromis komt erop neer dat bedrijven eenvoudige aanpassingen moeten doen zodat gehandicapten overal toegang hebben, maar dat wel duidelijker wordt vastgelegd dan eerder de bedoeling was wat dat in de praktijk voor de betrokken instellingen betekent.

Het plan dat gebouwen toegankelijk moeten zijn, komt van PvdA, GroenLinks en ChristenUnie.

CDA en SGP stelden daarop voor dat in een algemene maatregel van bestuur (amvb) komt te staan welke verplichtingen de betrokken instellingen precies hebben. Daarin worden bepalingen opgenomen over wat redelijkerwijs van hen mag worden verwacht. CDA en SGP waren bang dat er anders allerlei rechtszaken zouden komen. De partijen hebben nu een akkoord bereikt over steun aan elkaars voorstellen en er is een meerderheid in de Kamer. PvdA-Kamerlid Van Dijk, de initiatiefnemer van

het in de wet vastleggen van de toegankelijkheid, spreekt van een historische dag voor mensen met een beperking. "Toegankelijkheid wordt de norm, ontoegankelijkheid de uitzondering."

Overigens moet na de Tweede ook de Eerste Kamer nog met de nieuwe wet akkoord gaan.



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

Wij staan op....

Hieronder vragen wij uw aandacht voor een groep, die sterk opkomt voor mensen met een beperking. Wij kunnen de website van harte aanbevelen.

Wij Staan Op! heeft een **Manifest voor vrijheid, gelijkheid en menselijkheid** opgesteld met 12 stellingen aan de regering en aan de samenleving. De groep vraagt iedereen in Nederland om een persoonlijke steunbetuiging te geven aan het manifest.



<https://docs.google.com/forms/d/1v4KdtTuzn-hHrHmOBFohi6iXsPm9u0fP6D7EQ09vpVc/viewform>

Wij Staan Op! wil het manifest en alle steunbetuigingen op de dag van de ratificatie van het VN-verdrag voor de rechten van mensen met een beperking overhandigen aan minister-president Mark Rutte. Het VN-verdrag is op 21 januari 2016 aangenomen oftewel goedgekeurd door de Tweede Kamer.

Nu moet het nog door de Eerste Kamer worden goedgekeurd. Als dat is gebeurd, dan begint het echte werk pas. De beweging voert campagne om het denken, doen en laten van Nederland te veranderen als het gaat om (de positie van) mensen met een beperking. Omdat zij alleen vanuit onze eigen ervaringen kunnen praten, gaan zij graag in gesprek met anderen.

Lees op de website www.wijstaanop.nl de open brief aan de Tweede Kamer n.a.v. het amendement van Otwin van Dijk.

Ook kunt u op de website op de persberichtenpagina de meest recente ontwikkelingen lezen van *Wij Staan Op!*

Vragen stellen kan op de website onder het kopje: Veel gestelde vragen.

Verder kunt u hier kennis maken met een aantal mensen, die deel uitmaken van deze beweging.

D'Etalage

Op het Redeplein vindt u 'onder de galerij' een inlooplek, die wel wat meer aandacht kan gebruiken. Mensen vragen zich vaak af waar dit pand nu precies voor gebruikt wordt.

De plek heet d'Etalage en hieronder vindt u een uitleg.

D'Etalage laat de zorg in Dronten zien.

Wilt u informatie vinden over de zorg in Dronten?

Kunt u daar wel wat hulp bij gebruiken of wilt u eerst eens 'proeven' van de verschillende aanbieders?

Dan bent u bij d'Etalage aan het goede adres.

Hier vindt u o.a. informatie over dagbesteding, budgetbeheer, het Wmo-loket en de gidsen van Dronten.

D'Etalage is niet alleen een informatiecentrum. Het is veel meer.

U vindt hier ook tweedehands kleding, sieraden en (zelfgemaakte) producten van onder andere De Pruimenpot, Hoeve Vredeveld, InteraktContour en Kwintes.

D'Etalage werkt samen met de gemeente Dronten en andere zorginstellingen en wordt mogelijk gemaakt door Kwintes.

Ook kunt u bij ons terecht als u behoefte heeft aan een praatje en een kop koffie of thee!

Contact:

De Rede 47-49, 8254 KA Dronten, telefoonnummer: 0321-744 022

Kijk ook op internet: acleeuwenart@kwintes.nl of www.kwintes.nl

Openingstijden: Dinsdag t/m Zaterdag van 10.00-16.00 uur.

Cursus Mindfulness | Meditatie**

Wilt u meer rust, meer zelfvertrouwen en fijner in uw vel zitten? Wilt u minder stress en minder angst ervaren?

Volg dan de vierweekse introductiecursus Mindfulness | Meditatie!

In vier avonden leert u heel veel over de hersenen, het zenuwstelsel en wat mindfulness nou eigenlijk is. We gaan aan de slag met praktische oefeningen. De cursus is wetenschappelijk onderbouwd en allesbehalve zweverig.

De groep is klein, dus er is ruimte voor persoonlijke aandacht en uitwisseling van ervaringen. Aan het einde van de vier weken heeft u leren mediteren en weet u hoe u mindfulness kunt toepassen in uw dagelijks leven.

Deze cursus wordt gegeven door drs. Sanne van Baal, meditatietrainer in opleiding.

Sanne mediteert al een flinke tijd. Het heeft haar veel gebracht en ze wil graag haar kennis en ervaring met u delen.

Sanne is afgestudeerd geestelijk verzorger (Radboud Universiteit) en naast meditatietrainer ook coach in opleiding. Voor extra begeleiding bent u dus ook aan het juiste adres!

Praktisch: de cursus wordt op vier donderdagavonden gegeven: 3, 10, 17 en 24 maart 2016. De avonden duren van 19.30 tot 21.30 uur. De cursus vindt plaats in het gebouw van Stichting Onder Dak, Lancasterdreef 61 A, 8251 TG Dronten (naast het Johan Cruijff court).

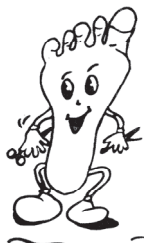
Kosten: €100,- inclusief btw voor particulieren, exclusief btw voor zzp'ers of bedrijven.*

Aanmelding of meer informatie: Bel of mail Sanne, 0614521052 of sanne_vanbaal@hotmail.com

Indien u verhinderd bent om op bovenstaande data deel te nemen, dan kunt u zich opgeven voor de volgende cursus op 3,10, 17 en 24 mei. Deze zal alleen van start gaan bij voldoende animo.

* Mochten de kosten de enige belemmering zijn waarom u deze cursus niet kan komen volgen, en bent u wel heel gemotiveerd? Neem dan contact op en dan zoeken we samen naar een oplossing.

**Dit stukje komt van een organisatie van buitenaf. Stichting Onder Dak is niet aansprakelijk voor de inhoud van dit bericht.



**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 voetverzorger/pedicure

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

Wist u dat...



- ♿ Camping De Ruimte in Dronten door de NSGK Speeltuinbende uitgeroepen is tot '**beste samenspeelplek**', voor kinderen met en zonder handicap?
- ♿ U bij www.able2.nl/mobiliteit regencapes voor op de scootmobiel kunt vinden? Klik gewoon op regenkleding en u kunt de mogelijkheden bekijken.
- ♿ U op www.nationalehulpgids.nl hulp kunt zoeken en/of aanbieden?
- ♿ Er een handige startpagina is met allerlei links voor mensen met een beperking? Het varieert van vakantie tot hulpmiddelen. Ga naar www.gehandicaptent.startpagina.nl en verbaas u over zoveel links.
- ♿ Joy v.d. Stel een boek geschreven heeft, dat Empower Mij heet? Zij weet als geen ander wat voor obstakels mensen met een beperking kunnen tegenkomen. Zij is een succesvol spreker en inspireert zo duizenden mensen binnen en buiten het bedrijfsleven met haar verhaal. 'Niet je handicap, maar jij bepaalt wie je wilt zijn en wat je kunt' is een uitspraak van Joy, die boekdelen spreekt. Zie verder op www.empowermij.com
- ♿ Heb je een (hulp)hond en zoek je een hondentrimsalon? Mirjam haalt en brengt de hond. Afspraak maken kan per telefoon 06-23968045 of per mail mirjamestherhoogenboom@gmail.com

Recept

Zoete kipreepjes

Roerbakken, Hoofdgerecht, 4 personen, Bereidingstijd 20 minuten, Fusion

Ingrediënten

- ketjap
- 4 kipfilets in reepjes
- 3 eetl honing
- 2 eetl olie
- kipkruiden
- 1 zak Italiaanse roerbakgroenten
- 1 oranje paprika in stukjes
- 1 gele paprika in stukjes
- 1/2 liter blik gepelde tomaten
- 2 theel Italiaanse kruiden
- 2 eetl gehakte gember

Bereiden

Meng de honing met 1 eetl. olie en kipkruiden naar smaak in een kom.

Voeg de kip toe en meng dit door elkaar.

Verwarm de overige olie in een wok.

Roerbak hierin de kip goudbruin en gaar.

Neem de kip dan uit de wok en houd warm in aluminiumfolie.

Roerbak alle groenten met de tomaten en de overige kruiden in de wok.

Leg de kip terug, voeg de gember toe en maak op smaak met ketjap, zout en peper.

Lekker met gekookte pasta en de groenten.

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*



Jelmar
Verspreiding vof

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



donker groen
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

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	(tijdelijk) 31 49 51
Penningmeester	Jaap Lont	31 73 94
Algemeen bestuurslid	Wil van den dungen	06 - 40 48 94 00
Algemeen bestuurslid	Mary Hanekamp	06 - 18 39 58 57

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
wm.vddungen53@gmail.com
Mary.hanekamp@gmail.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	Mary	06 - 18 39 58 57 / Mary.hanekamp@gmail.com
Computerlessen	Rob	06 - 20778406 / irtriest@hotmail.com
Kinderclub	Nancy	06 - 41 95 46 34 / kinderclub-dronten@hotmail.nl
Kinderleszwemmen	Wil	06 – 40 48 94 00
Scholenproject	Leo	31 59 55
Scootmobiel- en fietsclub	Lilian	06 - 29 45 99 35
Teken- en schilderlessen	Joke	31 79 26
Voorlichting	Trijntje	31 68 51
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

