



van en voor mensen met een beperking

(K)LET*Sk*rant

een krant voor iedereen

verschijnt eenmaal per kwartaal

20^e jaargang nr. 2

maart 2017

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	6
<i>Computerlessen</i>	<i>6</i>
<i>Scootmobiel- en fietsclub.....</i>	<i>6</i>
<i>Teken- en schilderlessen</i>	<i>7</i>
Onder Dak algemeen.....	7
<i>Kinderclub</i>	<i>8</i>
<i>Leszwemmen voor kinderen met een beperking</i>	<i>8</i>
<i>Zwemmen voor volwassenen.....</i>	<i>9</i>
Activiteiten van andere organisaties.....	9
<i>SPGF (Stichting Paardrijden Gehandicapten Flevoland)</i>	<i>9</i>
<i>Inloophuis 'De Herberg'</i>	<i>10</i>
<i>ActiveringsCentrum (AC).....</i>	<i>10</i>
<i>Rijbewijskeuringen algemeen</i>	<i>11</i>
<i>Rijbewijskeuring voor ouderen 75+</i>	<i>12</i>
<i>Alzheimer Café Dronten.....</i>	<i>13</i>
Teken- en schilderlessen / warmwaterzwemmen	14
SOD op zoek naar vrijwilligers	15
Kwaliteit van leven	16
Vooraankondiging 'Dag op Wielen'	18
Al wel eens van Vraag Elkaar gehoord?.....	19
Scouters	20
Recept.....	21
Wist u dat.....	22
Colofon	26
Alle contactgegevens op een rijtje	27

Voorwoord van de voorzitter



Dit voorwoord wordt voor één keer geschreven lang voordat de (K)Letskrant bij u op de mat valt of in de mailbox verschijnt.

Dat maakt het lastig te beoordelen wat wel en niet inmiddels opgelost is, welke problemen er juist in Dronten zijn ontstaan et cetera.

Zo hoop ik, dat alle startproblemen omtrent de Pas van Dronten inmiddels opgelost zijn. Op het moment dat ik dit stukje schrijf, blijft mijn telefoon rinkelen over deze pas.

Lang niet alle verenigingen en organisaties doen namelijk mee aan de pas. En dat heeft grote gevolgen voor mensen die een tegoed van de gemeente op deze pas hebben gekregen.

Tot en met 31 december 2016 hadden mensen met een laag inkomen de mogelijkheid om voor het hele gezin bepaalde zaken te declareren bij de gemeente via het toegankelijkheidsfonds. Weliswaar met een bepaald maximum, maar het hielp wel.

Nu krijgen deze mensen een tegoed op de pas waarmee ze rechtstreeks kunnen betalen. Een stuk simpeler dus.

De pas werkt alleen als je hem via internet activeert. Maar als je nu geen computer hebt en daar ook niet aan wil of kunt beginnen? Dan ben je dus afhankelijk van anderen om je te helpen.

Internet wordt overigens wel deels vergoed, maar dat kan niet rechtstreeks via de pas betaald worden. Dus moeten daarvoor weer allerlei handelingen uitgevoerd worden.

En wat dacht u van de zwemles? Wie bij Overboord kinderen op zwemles heeft, ontdekte dat Overboord niet meedoet. Dus hoe moeten de zwemlessen nu betaald worden? Of moet je dan maar verplicht overstappen naar bijvoorbeeld Aphrodite die wél meedoet?

Voetballen bij ASV Dronten? Prima, maar dan zonder tegemoetkoming van de gemeente, want deze organisatie deed in ieder geval in januari ook nog niet mee.

En zo kan ik wel even doorgaan. Er is veel paniek onder de minima en het is te hopen, dat dit stukje een oubollig achterhaald iets is, omdat alles inmiddels geregeld is.



Als dat niet zo is en u bent daardoor in de problemen gekomen: meld het bij de gemeente, trek aan de bel bij het OBD, licht alle kranten in.

Ooit is de Pas van Dronten misschien een prachtig initiatief. Laten we hopen dat dit stukje gewoon te vroeg geschreven is.

Rest mij nog om u een heel prettig voorjaar toe te wensen met veel zonnige dagen.

Judy Koopman, voorzitter

NASCHRIFT: HALF FEBRUARI ZIJN DE PROBLEMEN NOG NIET OPGELOST, MAAR WORDEN WEL ALLERLEI OPLOSSINGEN GEBODEN DOOR DE GEMEENTE MITS MENSEN ZICH MELDEN.
--

Agenda

Activiteiten van Stichting Onder Dak



Computerlessen



Vanwege het ontbreken van een computerleraar kunnen we helaas in 2017 niet gelijk starten met computerlessen. Er zal eerst een nieuwe computerleraar gevonden moeten worden.



Scootmobiel- en fietsclub

Deze groep maakt gezamenlijk tochtjes in de omgeving. Er rijden gediplomeerde verkeersregelaars mee op de fiets, zodat veiligheid zoveel mogelijk gewaarborgd is.

Een enkele keer gaat de groep per bus naar een andere locatie om daar de dag door te brengen.

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



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 scootmobiel combineren, is het mogelijk voor het hele gezin om gezellig aan te sluiten.

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 tel. 06 - 29 45 99 35.

Teken- en schilderlessen



Door het jaar heen worden meerdere cursussen gegeven. De cursus wordt gegeven op de dinsdagavonden van 19.30 - 21.00 uur in De Regenboog in het Clubhuis

(te vinden bij het Wijkplein).

Een cursus van tien weken kost € 50,- en opgave geldt pas op het moment, dat het cursusgeld ontvangen 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

Wij hebben geen eigen gebouw meer, maar u bent van harte 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 tel. no. 31 49 51.

Kinderclub



Momenteel ligt de club stil, maar wij hopen spoedig weer te kunnen beginnen. 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 dringend 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 Eva, tel. 06 - 15 46 71 18 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).

Voorals mens 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.

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

Secretariaat 33 84 20

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

Rijbewijskeuringen algemeen



Rijbewijskeuringen met of zonder lidmaatschap
Ouderenbonden in Zalencentrum Open Hof

Wie voor verlenging van het rijbewijs een medische keuring moet ondergaan, kan daarvoor terecht op elke 4e dinsdag van de maand. Voor de komende tijd is dat dus op: 28 maart, 25 april, 23 mei, 27 juni enz.

Het is belangrijk direct een afspraak te maken zodra u bericht heeft ontvangen van RDW.

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, de bril die u nodig heeft in de auto of bij het tv kijken en uw rijbewijs.

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.

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

Rijbewijskeuring voor ouderen 75+

Rijbewijskeuring voor ouderen 75+ georganiseerd door de ouderenbonden.

De St. SBA verzorgt namens de bonden de rijbewijskeuring voor ouderen van 75+ op de laatste dinsdag in de maand in het Denksportcentrum in de Woonark, de Oost 52 te Dronten (naast kerkcentrum de Ark). Ook beroepschauffeurs en 'jongere' ouderen die wegens hun gezondheid jaarlijks gekeurd moeten worden, kunnen hier terecht.



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 2017 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: 33 60 76	h.demoes@kpnmail.nl
KBO: dhr. H. Tip	tel: 321714	harm.wil.tip@gmail.com
PCOB: dhr. W.E.P. Boer	tel: 31 03 39	boer.dronten@solcon.nl
NBP: mevr. A. Schuur-Viet	tel: 06 - 46 65 24 34	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

Teken- en schilderlessen / warmwaterzwemmen

Stichting Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten organiseert al vele jaren teken- en schilderlessen en warmwaterzwemmen.

Wij zijn blij te kunnen melden, dat er bij beide groepen plek is voor nieuwe deelnemers.



Voor de teken- en schilderlessen is geen ervaring vereist en de lessen zijn toegankelijk voor mensen met en zonder beperkingen. De lessen worden gegeven in De Regenboog op dinsdagavond van 19.30 – 21.00 uur en staan onder leiding van een professionele kracht.

Een cursus van tien weken kost € 50,-.



Het warmwaterzwemmen is bedoeld voor iedereen die baat kan hebben bij beweging in extra verwarmd water.



De lessen worden gegeven door een fysiotherapeute.

Zij doet ook de intake en regelt met uw eigen ziektekostenverzekering de vergoeding.

Zelf betaalt u uitsluitend de toegang tot het zwembad.

Aanmelden voor deze activiteiten kan via tel. 0321 – 31 79 26 of 06 – 24 46 40 45.

SOD op zoek naar vrijwilligers

Vrijwilligerswerk is een bevredigende vrijetijdsbesteding. En u wilt graag een handje helpen.

Maar u heeft niet alle dagen tijd.

Wel heeft u ervaring in het werken met kinderen met een beperking.

Dan zijn wij naar u op zoek.

Onze Kinderclub ligt namelijk momenteel stil door een gebrek aan kundige vrijwilligers. En dat vinden wij erg jammer.

Misschien kunt u ons daarom uit de brand helpen.

De Kinderclub komt één zaterdagmiddag in de maand bij elkaar.

Daarnaast wordt eens per maand overlegd.

Alles bij elkaar kost het u dus 5 à 6 uur per maand.

Meer niet.

En het maakt een groot verschil voor de kinderen.

Belangstelling? Meldt u dan aan bij onze secretaris via mail secretaris@onderdak.nl of telefonisch op tel. 06 – 24 46 40 45.

Kwaliteit van leven



Mijn kwaliteit van leven.

Via internet kunt u twee keer per jaar uw persoonlijke vragenlijst invullen om te kijken hoe het met uw leven staat in diverse opzichten.

Zelf doe ik al enige tijd mee en ik ben soms verbaasd als ik terugkijk hoezeer dingen kunnen veranderen in een korte periode.

Ik kan deelname van harte aanbevelen.

Lees hieronder maar waar het om gaat en hoe het werkt.

Judy Koopman

Wat is Mijnkwaliteitvanleven.nl?

Mijnkwaliteitvanleven.nl is een landelijk initiatief dat laat zien waar goede zorg om draait. Juist nu er veel in de zorg verandert. Door twee keer per jaar de online vragenlijst in te vullen, brengt u in beeld wat voor u belangrijk is. De vragen gaan over uw persoonlijke situatie, uw mogelijkheden en beperkingen. Hoe u uw gezondheid ervaart en hoe u de zorg en leefomgeving waardeert.

Door mee te doen draagt u bij aan het verbeteren van de zorg. Uw verhaal telt. Door de vragenlijst in te vullen, brengt u uw situatie helder in beeld.

U kunt meedoen aan Mijnkwaliteitvanleven.nl als:

- u een chronische ziekte of beperking heeft,
- u merkt dat uw leven verandert nu u ouder wordt,
- u als mantelzorger zorgt voor uw kind, partner, een ander familielid of bekende.

Mijn Kwaliteitsmeter: uw persoonlijke overzicht

Na het invullen van de online vragenlijst ontvangt u binnen 48 uur uw persoonlijke overzicht, Mijn Kwaliteitsmeter

(<https://www.mijnkwaliteitvanleven.nl/mijn-kwaliteitsmeter>).

Hiermee heeft u helder in beeld wat goed gaat en wat beter kan. Bijvoorbeeld of u verwacht dat uw gezondheid zal veranderen de komende periode.

Ook maakt het duidelijk over welke hulp en ondersteuning u tevreden bent en wat u juist nodig heeft.

Zo bent u goed voorbereid om in gesprek te gaan met uw familie, zorgverlener of de gemeente.

Grootschalig onderzoek

Door de vragenlijst van Mijinkwaliteitvanleven.nl in te vullen, draagt u bij aan een landelijk onderzoek om de zorg te verbeteren.

Uw naam en e-mailadres worden losgekoppeld van uw antwoorden voordat deze voor onderzoek gebruikt worden.

We analyseren situaties en ervaringen per gemeente, per regio en landelijk.

De anonieme resultaten brengen wij onder de aandacht bij beleidsmakers, gemeenten en zorgorganisaties.

Mijinkwaliteitvanleven.nl is een initiatief van Patiëntenfederatie Nederland in samenwerking met Mezzo, Per Saldo, Zorgbelang Nederland, PCOB en NOOM.

Meedoen aan Mijinkwaliteitvanleven.nl

Wilt u ook meedoen met Mijinkwaliteitvanleven.nl?

U kunt zich aanmelden via

<https://profiel.mijinkwaliteitvanleven.nl/registreren/>.

Vindt u het lastig om de vragenlijst zelf online in te vullen? Vraag dan iemand in uw omgeving om u te helpen.

Is dit voor u niet mogelijk? Heeft u vragen over MijinkwaliteitvanLeven.nl? Of heeft u vragen over zorg of ondersteuning?

Neem dan contact op met het Nationale Zorgnummer: 0900-2356780.

Vooraankondiging 'Dag op Wielen'



Op **zaterdag 1 juli** organiseert Stichting Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten in samenwerking met de Buurtsportcoaches een leuke middag. Het draait vooral om vormen van bewegen die passend zijn ongeacht het soort beperking.

Daarnaast wordt een voorlichtingsmarkt verzorgd.

De middag wordt gehouden rond Johan Cruyff Court en 'asfaltveldje'. Het programma staat nog niet definitief vast, maar we nodigen iedereen uit met een beperking. En het maakt niet uit of het hierbij gaat om een lichamelijke beperking, een licht verstandelijke beperking of om problemen in de sfeer van Ggz.

Het wordt een middag voor volwassenen, maar uiteraard kunnen kinderen meegenomen worden.

We hopen ook een aantal organisaties te mogen begroeten om antwoord op al uw vragen te kunnen geven.

Verder verklappen we nu nog niets.

Houd uw agenda dus vrij op zaterdagmiddag 1 juli 2017. Tot dan!



Al wel eens van Vraag Elkaar gehoord?

Vraag Elkaar probeert
laagdrempelig mensen bij elkaar
te brengen.
Het werkt heel simpel.
Sommige mensen willen iets voor
een ander doen.
Anderen hebben ergens juist
iemand bij nodig.
En weer anderen zoeken iemand, maar hebben zelf ook iets aan te bieden.



➡ **gewoon doen!**

Het kan gaan om van alles en nog wat: iemand die af en toe samen koffie wil drinken, of die een ander wel wil helpen met de boodschapjes, een enkele keer een boodschapje voor iemand doen of ... vul zelf maar aan.

Er zijn meerdere manieren om in contact te komen met de organisatie:
U kunt een mail sturen naar vraag@vraagelkaar.nl
(zie website <https://www.vraagelkaar.nl/>) of bellen met 0321-314803, aangezien niet iedereen internet heeft.
Of geef u eens op voor een VraagElkaarCafé. Daar ontmoet u mensen, kunt u deelnemen aan een activiteit en uzelf aanbieden of juist iets vragen.

Gewoon doen en genieten.

Scouters

Van huis uit ben ik een wantrouwend mens.

Zeker als het gaat om internet.

Iedereen belooft gouden bergen en zelden krijg je zelfs maar een gouden zandkorrel.

Maar ik moet eerlijk zeggen: de website www.Scouters.nl is een prachtige en duidelijke website.

Hier kun je vanaf hun startpagina aangeven over welk onderwerp je meer wilt weten.

Het gaat om b.v. slapen, eten, vervoer, boodschappen doen en nog veel meer.

Klik op zo'n onderwerp en er verschijnt veel informatie.

Soms moet je nog even een extra keuze maken om terecht te komen bij het onderdeel dat voor jou van belang is, maar alles wordt aangegeven met grote knoppen en is goed te volgen.

De teksten zijn simpel en staan vol informatie.

Er wordt niet geschroomd om door te verwijzen naar huisarts, specialist, ergotherapeut enzovoorts.

Geen website dus vol betweterige informatie, maar wel hele goede informatie.

Bij mij komt hij bij de favorieten in mijn computer te staan en er is gelijk een verzoekje naar onze webmaster gegaan om een link te plaatsen op onze eigen website.

Als u niet handig bent met een computer, maar toch graag deze website wilt bekijken of een keer gebruiken, neem dan contact op met een van de bestuursleden om een afspraak te maken om samen met een van hen de website te bekijken.

Alle contactgegevens staan keurig bij elkaar in deze (K)Letskrant.

Judy Koopman,
voorzitter



Recept

Wortels, erwten en pasta voor 4 personen

Ingrediënten:

-  100 g Zeeuws spek
-  2 el (olijf)olie
-  200 g winterwortel
-  2 sjalotten
-  2 teentjes knoflook
-  3 kippenbouillontabletten
-  1½ liter water
-  400 g cannellini bonen
-  150 g boerenkool
-  75 g conchigliette of farfalle (pasta)
-  150 g tuinerwten of doperwten



Bereiden

-  Snijd het spek in kleine stukjes.
-  Verhit de olie in een soeppan en bak het spek 5 minuten op laag vuur. Schep regelmatig om. Schil ondertussen de winterwortel, halveer in de lengte en snijd in plakjes van ½ cm. Snijd de sjalotten in halve ringen, de knoflook fijn, voeg met de wortel toe aan het spek en bak nog 5 minuten op laag vuur. Schep regelmatig om.
-  Voeg de bouillontabletten en het water toe en breng aan de kook. Laat de bonen uitlekken en voeg samen met de boerenkool toe en kook 10 minuten op laag vuur. Voeg de pasta en tuinerwten toe en kook 5 minuten mee. Roer regelmatig.

Eet smakelijk.

Vrij naar een recept uit Allerhande

Wist u dat...



- ♿ Hulphond magazine digitaal gaat? Kijk op www.hulphond.nl/magazine
- ♿ Wij (Anja en Frederike) in 2012 de netwerkborrel Ander Zicht Zwolle begonnen zijn? Wij zijn dit begonnen geheel uit particulier initiatief en vinden het belangrijk om het onderling contact te bevorderen in de regio Zwolle voor mensen met een visuele beperking.
Het doel van de netwerkborrel is: nieuwe netwerkrelaties, kennis en ervaringen onderling uit wisselen betreffende (vrijwilligers)werk, hulpmiddelen, school/opleidingen, familie/gezin/relaties. Een ander kan je een verhelderend nieuw inzicht bieden of hulpmiddelen gebruiken waar jij nog nooit aan hebt gedacht. Iedereen is welkom. www.anderzicht.nl
- ♿ Er meerdere vakantieguids uitgegeven worden, al dan niet digitaal? Hieronder een opsomming:
 - De Support heeft weer de **SUPPORTVAKANTIEGIDS 2017** uitgegeven. Vakanties voor mensen met een beperking in binnen- en buitenland, groeps- en particuliere reizen. www.supportmagazine.nl/support-vakantiegids
 - De NBAV verzorgt de blauwe gids. Deze is uitsluitend digitaal in te zien op www.deblauwegids.nl
 - Tot slot ontvingen we ook nog de 'aangepaste vakantieguids'. Deze is ook te bekijken op www.aangepastevakantiegids.nl

Veel reisplezier allemaal!

- ♿ U met een geschil met een overheidsinstantie terecht kunt bij de Nationale ombudsman? www.nationaleombudsman.nl of telefonisch 0800 – 33 55 555 (meer informatie in Support Magazine 2017)



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

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

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



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

Colofon

Stichting Onder Dak

Secretariaat:

Postbus 244
8250 AE Dronten
tel. 06 - 24 46 40 45

Bank: ABN/AMRO

NL31ABNA0438291107

K.v.K. nr.

41 24 67 52

Samenstelling Dagelijks Bestuur:

Voorzitter	Judy Koopman	31 49 51
Secretaris.....	Mariëlle Dam	06 - 24 46 40 45
Penningmeester	Jaap Lont	31 73 94
Algemeen bestuurslid	Wil van den Dungen	06 - 40 48 94 00

Adviseurs:

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

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

webmaster:

Alfred Vorsselman

Lay-out (K)Letskrant

Barry Bolder

Alle contactgegevens op een rijtje

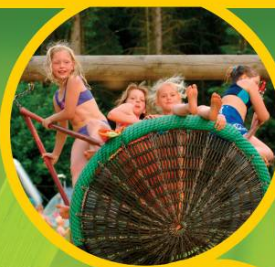
Adviseur	Judy	31 49 51 j.koopman44@chello.nl
BTB-groep	Judy	31 49 51 j.koopman44@chello.nl
Computerlessen	Judy	31 49 51 j.koopman44@chello.nl
Kinderclub	Eva	06 - 15 46 71 18 Kinderclub-dronten@hotmail.nl
Kinderleszwemmen	Wil	06 - 40 48 94 00
Scholenproject	Leo	31 59 55
Scootmobiel- en fietsclub	Lilian	06 - 29 45 99 35
Teken- en schilderlessen	Joke	31 79 26
Voorlichting	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 bungalowntenten en kampeerbungalows te huur



Van Dijk De Jongh

NOTARISSSEN 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-teenheid 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