



van en voor mensen met een beperking

(K)LETSkrant

een krant voor iedereen

verschijnt eenmaal per kwartaal

25^e jaargang nr. 3

Juni 2022

Retouradres:
Secr. St. Onder Dak
Postbus 244
8250 AE Dronten



Het bruisende hart van de polder!

Printshop, thee, koffie, atelier én een kadowinkel
in de bibliotheek van Emmeloord.

Bij Kleurkracht komen creatieve concepten,
maatschappelijk ondernemen en een arbeidsproces
voor mensen met een beperking samen.



Harmen Visserplein 5a
8302 BW Emmeloord



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>7</i>
<i>Talententraject.....</i>	<i>9</i>
<i>Teken- en schilderlessen</i>	<i>10</i>
Onder Dak algemeen	10
<i>Leszwemmen voor kinderen met een beperking.....</i>	<i>11</i>
Activiteiten van andere organisaties.....	11
<i>SPGF (Stichting Paardrijden Gehandicapten Flevoland) ..</i>	<i>11</i>
<i>Inloophuis 'De Herberg'</i>	<i>12</i>
<i>ActiveringsCentrum (AC)</i>	<i>12</i>
<i>Alzheimer Café Dronten.....</i>	<i>13</i>
<i>Diabetescafé</i>	<i>14</i>
<i>NVA Informatiepunt Dronten.....</i>	<i>14</i>
<i>Pauzegebouw.....</i>	<i>14</i>
Talententraject.....	15
Mantelzorg.....	16
Nieuwe kijk op Multiple Sclerose (MS)	18
Pas op voor zomerhitte	20
Nogmaals aanschaf scootmobiel	22
Uitdagingen.....	26
Recept... Pastinaaksoep	29
Colofon.....	30
Alle contactgegevens op een rijtje	31



Voorwoord van de voorzitter



Misschien is het u opgevallen in de media of heeft u het elders gehoord, maar Stichting Onder Dak Gehandicaptenberaad Dronten heeft de naam ingekort tot Stichting Onder Dak.

Sommigen onder u kunnen zich misschien nog herinneren dat dit ooit onze naam al was.

Wij zijn overgegaan naar een gehandicaptenberaad omdat wij graag de verbindende factor wilden zijn tussen al die organisaties die zich in Dronten inspanden (en vaak nog inspannen) op het gebied van ondersteuning voor chronisch zieken en/of gehandicapten. En dat dan in al zijn verscheidenheid.

Wij waren misschien wat te vroeg met dat idee.

Want er waren weliswaar veel organisaties die de intentieverklaring tekenden, maar vervolgens kwam de samenwerking nooit lekker van de grond.

Jaren later kwam er op zeer natuurlijke manier en ook dankzij inzet van de gemeente steeds meer een vorm van samenwerking tot stand.

Organisaties konden elkaar steeds beter vinden en samenwerking werd eerder normaal dan uitzonderlijk.

Uiteindelijk ging men nog een stap verder en vond er zelfs verbinding plaats met verenigingen, stichtingen en bedrijven die op heel andere gebieden werkzaam waren.

Kortom, we kregen meer oog voor elkaar en de samenwerking werd steeds uitgebreider.

Natuurlijk nog steeds niet ideaal, maar de ideale wereld bestaat nu eenmaal niet.



Alle ontwikkelingen bij elkaar genomen vonden wij dat ons onderdeel 'Gehandicaptenberaad' wel mocht verdwijnen. In verband met nieuwe wetgeving hadden we toch al nieuwe statuten nodig en een nieuw huishoudelijk reglement, dus dit was een mooi natuurlijk moment om dan gelijk onze naam aan te passen.

Vandaar dus Stichting Onder Dak zonder lange toevoegingen.

Voor het werk maakt het verder geen verschil.

We blijven ons gewoon inspannen voor een Dronten waar alle inwoners zich veilig en fijn kunnen voelen.

Natuurlijk beperken we ons hierbij wel tot ons eigen gebied.

Wij zijn geen verlengstuk van de gemeente of andere organisaties en kunnen dus ook niet alles voor elkaar krijgen. Maar we doen ons best.

Als wij een toverstokje hadden, dan werden er heel snel heel veel nieuwe woningen gebouwd die allemaal aangepast konden worden op het moment dat dat nodig zou worden. En als we dat stokje hadden, kon u ook met ongeacht welke beperking in iedere winkel rondneuzen zonder hele stapels koopwaar omver te trekken. Maar er is veel goede wil in gemeente Dronten en als er dus iets niet klopt: vertel ons wat er mis is, waar de plek precies is en wij gaan ermee aan de slag voor u. Met hopelijk het juiste resultaat.

Kijk rustig rond in deze nieuwe uitgave van de (K)Letskrant, volg de GGD-regels op in geval van problemen met hitte, geef u op voor ons Talententraject of sluit u aan bij onze scootmobiel- en fietsclub.

Fijne zomer.

Judy Koopman, voorzitter



Agenda

Activiteiten van Stichting Onder Dak



Attentie: de Pas van Dronten is voor iedere bewoner van onze gemeente. Mensen met een laag inkomen komen in aanmerking voor een tegoed op deze pas, waarmee bij vele winkels en organisaties betaald kan worden. Stichting Onder Dak is aangesloten bij de Pas van Dronten. Daarom kan een cursus of deelname aan een activiteit betaald worden via deze pas, mits u in aanmerking komt voor een tegoed op deze pas. De contactpersonen van de werkgroepen kunnen u hier meer over vertellen. www.pasvandronten.nl

Computerlessen

De lessen zijn voor mensen met allerlei soorten beperkingen.

Onze (blinde) leraar is van heel veel

hulpmiddelen op de hoogte en heeft mensen met heel uiteenlopende beperkingen kunnen helpen. Een handicap is bijna nooit een reden om niet op een computer te kunnen werken.

Snelheid van de lessen wordt aangepast aan de behoefte van de cursisten.

Kosten: € 30,- voor 10 lessen. Als de groep heel klein is, kan er soms sneller gewerkt worden en dan worden er minder lessen gegeven en wordt er ook minder in rekening gebracht.

Wij geven niet alleen les in Windows, maar ook cursussen over iPad of iPhone.





Als u dus meer wilt leren over Windows, iPad of iPhone, geef u dan snel op bij het secretariaat (secretaris@onderdak.nl), want meer dan vier personen laten wij niet toe in de les.

Bij te veel aanmeldingen hanteren we een wachtlijst.

Wij nemen dan contact op zodra weer een cursus van start gaat.

We combineren NOOIT cursisten die niet met hetzelfde besturingssysteem willen leren werken, want dat zou alleen maar verwarrend zijn.

Informeer dus gerust naar de mogelijkheden bij Paul.

Bel dus met 06 – 45 52 64 01 of mail naar:

pam.otter@gmail.com.

Scootmobiel- en fietsclub

De groep maakt gezamenlijk tochtjes in de omgeving zolang het weer het toelaat. De eerste rit is alweer gereden. Er wordt rekening gehouden met de gangbare coronaregels, dus ook mensen met een zwakkere gezondheid kunnen veilig meereizen.



Zolang het nodig blijft, worden de pauzes buiten gehouden op veilige afstand van elkaar. Dan kan er toch gezellig gepraat worden onder het genot van koffie / thee en een kleine traktatie erbij.

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. Dit kan uiteraard pas weer als het volkomen veilig is.

De tochten worden gehouden op de laatste zaterdag van de maand.



In de winter wordt er niet gereden, maar vroeg in het voorjaar gaan we weer van start en dan verzamelen we om 13.15 uur bij De Ark.

Tussen de georganiseerde tochten door kunnen de deelnemers uiteraard ook onderling afspraken maken om er lekker tussenuit te gaan.

Meegaan met een tocht kost € 5,-. Voor dit bedrag krijgt u een leuke middag plus een kopje koffie met iets lekkers onderweg.

De tochtjes die mensen tussendoor maken kosten uiteraard nooit geld, want dan wordt het aan de deelnemers zelf overgelaten om eventueel voor drinken te zorgen. Aangezien wij fietsen en scootmobielen combineren, is het mogelijk voor het hele gezin om gezellig aan te sluiten.

Een scootmobiel- en fietsclub heeft nooit te veel 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.

Wij zouden ook heel graag groepen vormen in Swifterbant en Biddinghuizen.

Als u op de hoogte gehouden wilt worden van deze mogelijkheid, neem dan contact op met ons secretariaat via de mail: secretaris@onderdak.nl of tel: 06 – 24 46 40 45.

Zodra we voldoende mensen bij elkaar hebben, gaan wij ook daar van start.



Talententraject

Dankzij Het beste idee van Dronten bieden wij mensen met een laag besteedbaar inkomen de mogelijkheid om een jaar lang gratis te ontdekken waar hun interesse en/of aanleg ligt op creatief gebied.

Deze gezamenlijke ontdekkingsreis bevat onder andere tekenen, schilderen, fotografie, creatief schrijven en toneel. Wij beginnen in september en de exacte startdatum en locatie worden later bekendgemaakt.

De volgorde van de overige onderdelen worden samen met de cursisten bepaald.

Dit is DE KANS om gratis allerlei activiteiten uit te proberen en met gelijkgestemden deze uitdaging aan te gaan.

Aanmelden kan via voorzitter@onderdak.nl o.v.v.

Talententraject of telefonisch 0321 – 314951. Wacht niet te lang, want er zijn al aanmeldingen binnen en we willen de groep niet al te groot maken.



Teken- en schilderlessen

Zodra er weer aanmeldingen binnen zijn, wordt gekeken wanneer de volgende cursus start.

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

Jan Reijmerink start zelf ook regelmatig nieuwe groepen via zijn Pauzegebouw en daarom kunt u die informatie terugvinden bij de activiteiten van andere organisaties hieronder.

Tijdens de crisis geeft Jan ook regelmatig minicursussen via Facebook: <https://www.facebook.com/jan.reijmerink>.

Blijf bezig en geef u op bij ons of bij hem zodra het weer kan en mag.



Onder Dak algemeen

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. 31 49 51.



Leszwemmen voor kinderen met een beperking



Kinderen met een beperking vanaf 6 jaar kunnen zwemles krijgen bij De Kemenade in Dronten. Er zijn vier groepen, die op verschillende dagen en tijden zwemmen.

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: Joke, telefoonnummer 31 79 26.

Informatie kan ook worden gevraagd via dit telefoonnummer of per e-mail: kinderzwemmen@onderdak.nl.



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 ze huifkartochten voor groepen.

Website: www.spgf.nl

Informatie: info@spgf.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 het Denksportcentrum aan de Oost 52 in 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 Denksportcentrum (let op: dit is een gewijzigde locatie)

Secretariaat: Watersportkade 41, 8253 ZA Dronten.

Telefoon: 0321 - 38 38 31.

E-mail: secretariaat@herbergdronten.nl

Website: www.herbergdronten.nl

ActiveringsCentrum (AC)

Locatie: Hogerhuis 10, 8251 LZ Dronten

Inloop

- op maandag van 9.00 – 20.00 uur,
- op dinsdag van 9.00 – 17.00 uur,
- op woensdag van 9.00 – 21.00 uur,
- op donderdag van 9.00 – 17.00 uur,
- op vrijdag van 9.00 – 21.00 uur en
- op zaterdag van 9.00 – 17.00 uur.

Op maandag, woensdag en vrijdag is er tevens een warme maaltijd verkrijgbaar.

kwintes
sterk in de samenleving



Op maandag zijn de kosten € 2,50 voor een maaltijd en op woensdag en vrijdag zijn de kosten voor een maaltijd € 3,50.

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.

Kijk voor meer informatie 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.

Alzheimer Café Dronten

alzheimer café dronten

Wanneer? De tweede woensdag van elke 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:

<https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/flevoland/alzheimer-cafe-dronten>

Waar? De Meerpaal, De Rede 80.

Contactgegevens Alzheimer Café Dronten:

Telefoon: 06 - 48 63 73 03

e-mail: alzheimerdronten@gmail.com

Twitter: www.twitter.com/acdronten

Website: www.alzheimercafedronten.nl

Facebook: <https://www.facebook.com/alzheimerdronten>



Diabetescafé

Voor meer informatie kunt u contact opnemen via de e-mail met Monique Baartman, Trijntje Hartman en Inge Verlaan: dvnflevoland@gmail.com

Als u liever belt, mag u bellen met ons secretariaat en dan wordt het daar zo spoedig mogelijk voor u uitgezocht: 06 – 24 46 40 45.



NVA



Informatiepunt Dronten

NVA is de Nederlandse Vereniging voor Autisme en op 9 februari 2022 is men gestart met het organiseren van ochtenden. Deze vinden plaats op de even weken op woensdag van 10 uur tot 11.30 uur in 'It's' lunchcafé aan De Noord 53 in Dronten.

Pauzegebouw



Jan Reijmerink geeft regelmatig teken- en schilderlessen voor beginners - leren waarnemen:

Kosten voor deze lessen zijn: 10 lessen voor € 100,- inclusief materiaal.

Meer info: drontywood@hotmail.com of via de website <http://www.janreijmerink.nl/pauzegebouw/>.



Talententraject

Geef je op voor het 'Talententraject' (winnaar Beste Idee van Dronten 2021)

Stichting Onder Dak organiseert een compleet talententraject.

Stichting Onder Dak is een gehandicaptenorganisatie, die graag activiteiten stimuleert met zowel mensen met een beperking als mensen zonder beperking.

Dankzij Het beste idee van Dronten bieden wij mensen met een laag besteedbaar inkomen de mogelijkheid om een jaar lang gratis te ontdekken waar hun interesse en/of aanleg ligt op creatief gebied.

Deze gezamenlijke ontdekkingsreis bevat onder andere tekenen, schilderen, fotografie, creatief schrijven en toneel. Wij starten met tekenen en schilderen in september en de exacte startdatum en locatie worden later bekendgemaakt. De volgorde van de overige onderdelen wordt samen met de cursisten bepaald.

Dit is DE KANS om gratis allerlei activiteiten uit te proberen en met gelijkgestemden deze uitdaging aan te gaan.

Aanmelden kan via voorzitter@onderdak.nl o.v.v.

Talententraject of telefonisch 0321 – 31 49 51. Wacht niet te lang, want er zijn al aanmeldingen binnen en we willen de groep niet al te groot maken.



Mantelzorg

Mantelzorgers hebben het vaak zwaar. Naast de tijd om voor een naaste te zorgen is er ook vaak veel tijd nodig om alle zaken rondom de hulpvrager te regelen.

En als er dan even tijd voor ontspanning is, dan blijft het hoofd van de mantelzorger vaak toch actief nadenken over de hulpvrager.

En we noemen het hier wel hulpvrager, maar veel mensen vragen helemaal niet om hulp.

De mantelzorger moet vaak zelf achterhalen wat de niet-hulpvrager nodig heeft.

En hoe dat georganiseerd kan worden.

Hoe er ook nog tijd kan zijn voor ontspanning voor de mantelzorger.

Of alles wel echt goed geregeld is.

Enzovoorts.

Het hoofd staat nooit helemaal stil.

Met een beetje geluk wordt de zorg gedeeld met familie, vrienden, burens, professionals. Maar als iemand er alleen voor staat, wordt de last soms te zwaar. Als je niet oppast heeft de mantelzorger opeens zelf zorg nodig.

Dit alles klinkt nogal somber en dreigend, maar er zijn gelukkig meerdere mogelijkheden om de taken van de mantelzorger te verlichten.

Natuurlijk kunt u terecht bij de afdeling Welzijn van De Meerpaal en bij Mantelkring. De Meerpaal plaatst activiteiten



op social media. Ook kunt u hen een e-mail sturen via mantelzorgdronten@meerpaal.nl.

Maar uiteraard kunt u ook gewoon bellen naar de Meerpaal en op die manier contact zoeken. Het telefoonnummer is 0321 - 38 87 77.

Als u wilt meedoen aan activiteiten van Mantelkring, dan kunt u zich aanmelden via de website

<https://mantelkring.nl/aanmelden-mantelkring/> of bellen met de informatielijn via telefoonnummer 088 - 78 79 988.

Naast deze plaatselijke organisaties is er ook een landelijke organisatie waar u terecht kunt met al uw vragen over ondersteuning, belangenbehartiging, enzovoorts. U kunt dan gewoon bellen met de mantelzorglijn op 030 - 760 60 55. En uiteraard kunt u ook hier kijken op de website

<https://www.mantelzorg.nl/over-ons>.

Er is veel steun en informatie te vinden. Maar soms kost zelfs dat te veel energie.

Bel dan gewoon even met de adviseur van Stichting Onder Dak en dan kan die misschien even helpen bij het eerste steuntje in de rug om de daadwerkelijke hulp te vinden.

En wacht niet tot u over uw grenzen bent gegaan. Doe het op tijd.

Adviseur: 0321 - 31 49 51.



Nieuwe kijk op Multiple Sclerose (MS)



Veel mensen staan er niet bij stil, maar ook in onze eigen gemeente leven en wonen veel mensen met een vorm van MS en elke vorm geeft weer bij iedereen andere klachten of problemen. Dit maakt onderzoek erg lastig, want welke soort MS neem je als uitgangspunt?

Jarenlang was er een theorie over het ontstaan van MS, maar op dit moment loopt er een onderzoek dat een ander idee heeft over het ontstaan.

Het Nationaal MS Fonds steunt de komende vier jaar in het Amsterdam UMC een onderzoek met een hele nieuwe kijk op het ontstaan van MS.

Het is een onderzoek dat niet uitgaat van de klassieke hypothese dat MS ontstaat door een auto-immuunreactie die zorgt voor afbraak van myeline.

Antonio Luchicchi, neurowetenschapper aan het Amsterdam UMC, gelooft dat de oorzaak van MS te vinden is in het ontstaan van blaren in de myelinelaag.

Wanneer uit dit onderzoek blijkt dat hij gelijk heeft, geeft dit nieuwe aanknopingspunten voor behandelingen van MS.

Lees meer over dit unieke onderzoek of bekijk de video waarin de onderzoekers aan het woord komen.



Klik hier voor de video:

<https://nationaalsfonds.nl/onderzoek/onderzoek-naar-myelineblaren/>

Wie wat meer algemene informatie wil ontvangen over MS kan deze informatie opvragen bij Judy Koopman, j.koopman44@chello.nl of 0321 – 31 49 51.

Wie graag donateur wil worden van het Nationaal MS Fonds om onder andere dit onderzoek te ondersteunen, kan bellen met Nationaal MS Fonds via 010 59 19 839 of informatie opvragen via info@nationaalsfonds.nl.

	SWIFTERBANT	DRONTEN	BIDDINGHUIZEN
	0321-321226 De Poort 4 8255 AA	0321-315555 Wardhof 10 8251 TH	0321-332522 Baan 20/B 8256 AX

Broeders **ORTHOPEDISCHE
SCHOENTECHNIEK**

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

Het Spaarne 71
8253 PE Dronten
0321 - 332050
www.broeders-orthopedie.nl

- * Aanpassingen aan confectieschoenen
- * Levering alle ziekenfondsen

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

Wij bezoeken aan huis



Pas op voor zomerhitte

De zomers worden steeds warmer. Daardoor kunnen mensen veel gezondheidsklachten krijgen. Soms kun je die klachten voorkomen, soms moet je achteraf maatregelen nemen.

De GGD heeft daarom een mooi lijstje samengesteld, dat wij graag met u delen.

Oververhitting

Hoe herken je het?

- Vermoeidheid
- Concentratieverlies overdag
- Hoofdpijn
- Duizeligheid
- Spierpijn
- Opgezwollen enkels (oedeem)
- Jeukende blaasjes

Wat doe je?

Drink voldoende water, thee of koffie, ook als je geen dorst hebt.

Doe rustig aan.

Een voetenbad kan helpen tegen oververhitting en opgezwollen enkels.

Neem contact op met de huisarts als de klachten erger worden.





Hitte-uitputting

Hoe herken je het?

- Flauwvallen
- Kramp
- Snelle hartslag
- Hevig zweten
- Een bleke huid

Wat doe je?

Stop met wat je aan het doen bent en zoek een koele plek.

Drink voldoende water of sportdrink in kleine slokjes.

Koel je lichaam: neem een koude douche of met natte doeken.

Als de klachten niet minder worden, waarschuw dan een arts.

Hitteberoerte

Hoe herken je het?

- Verhoogde lichaamstemperatuur van meer dan 39 °C
- Hoge hartslag
- Misselijkheid
- Rode huid
- Meestal geen zweet
- Stuiptrekkingen
- Bewustzijnsverlies

Wat doe je?

Een hitteberoerte is levensbedreigend!! Bel 112 en volg de aanwijzingen van de hulpdiensten.

Meer lezen? Kijk op:

<https://ggdleefomgeving.nl/omgeving/hitte/hitte-en-gezondheid/>





Nogmaals aanschaf scootmobiel

Zelf een scootmobiel aanschaffen? Let dan hierop en voorkom teleurstelling!

Bovenstaande kop komt uit een artikel van de (K)Letskrant van maart vorig jaar.

Daar hebben we wat reacties op gekregen van mensen die er iets van opgestoken hadden.

Helaas kreeg onze adviseur in de loop van vorig jaar en ook dit jaar steeds vaker te maken met mensen die een scootmobiel aanschaffen en die óf dat stukje niet gelezen hadden óf zich er niets van aantrokken.

Resultaat: heel grote scootmobielen en te weinig of geen plek om hem te stallen en op te laden.

Hadden al die mensen een heel grote scootmobiel nodig?

Nee, meestal ging het alleen om iets waarmee ze een ommetje konden maken en wat boodschapjes doen.

Ook denken nog steeds veel mensen dat een scootmobiel met vier wielen veiliger en stabiel is dan een scootmobiel met drie wielen. Een scootmobiel die op de juiste manier bereden wordt, slaat nooit om. Zolang je niet gaat meehangen in de bochten en ook wat vaart minder bij steile bochten, gaat het echt niet mis.

Een scootmobiel met drie wielen is veilig!! En hij kan beter manoeuvreren, keren en geparkeerd worden.

Zelfs als een winkel een driewieler aanbeveelt, kiest men vaak voor een vierwieler. Of nog vaker: kiezen de kinderen voor een vierwieler. Allemaal met de beste bedoelingen, maar pa of ma zit met de gebakken peren, want die kan die scootmobiel nergens kwijt. En als in de winkel iets vergeten wordt in een gangpad, is omkeren geen optie.

We gaan hier niet het hele artikel met alle uitleg nog een keer plaatsen.

Maar de checklist leek ons toch wel handig.

Laat die ook aan uw kind(eren) zien als zij met of voor u een scootmobiel willen aanschaffen. Dan denken zij ook wat beter na over de keuzes.

En wie echt geen plek heeft voor stallen en opladen in eigen huis of berging, laat die dan eerst contact opnemen met onze adviseur zodat we samen kunnen kijken of er een oplossing te bedenken is.

Want ondanks de gedachte dat bij een huurwoning de verhuurder verplicht is iets voor u te regelen ... dat is niet waar. En ondanks het feit dat er buiten uw appartement bij uw voordeur ruimte is om te parkeren, meestal mag dit niet vanwege brandvoorschriften.

Geef daar de verhuurder niet de schuld van. Die kan er niets aan doen.

Schakel vooraf een specialist in voor advies over berging en opladen.

Niet achteraf, want dat geeft elke keer enorme problemen en teleurstellingen.



En dan hier het beloofde lijstje:

- Wat voor scootmobiel is voor u het handigst?
- Wat voor stuur moet erop zitten om comfortabel te rijden?



-
- Heeft u een stuur nodig dat makkelijk naar voren en achteren verzet kan worden?
 - Is er extra veel ruimte nodig om boodschappen te kunnen vervoeren?
 - Gaat u lange stukken rijden en is daarbij grote actieradius en hoge snelheid nodig of gebruikt u hem vooral in uw eigen buurt en om een paar kleine boodschappjes te kunnen doen?
 - Hoeveel ruimte is er in uw huis of berging om de scootmobiel te stallen en op te laden?
 - Moeten er oprijplaten komen om in en uit die ruimte te komen?
 - Is er überhaupt wel stroom in de ruimte?
 - Wilt u de scootmobiel kunnen meenemen in de auto en wat voor soort past wel en niet in uw auto?

En dan nog een laatste die bijna altijd over het hoofd wordt gezien:

- wilt u een scootmobiel die heel wendbaar is of is dat voor u niet van belang?

Veel scootmobielen hebben een soort vierkantig stuur. Daarbij wordt gas gegeven aan de onderkant van de zijkanen van het vierkant. Voor sommige mensen is die houding op den duur pijnlijk in bovenarmen en schouders.

Dan is een recht stuur voor u handiger. Op de meeste scootmobielen kan het stuur vervangen worden.

Moet u door een aandoening kunnen wisselen van hand bij het gas geven? Als het nog niet standaard op een scootmobiel zit, kan het vaak alsnog aangepast worden.

Dan kunt u onderweg even stoppen, knop omzetten en met andere hand verder rijden.

Kortom: er is veel om over na te denken voor u de scootmobiel aanschaft. En als u het idee krijgt dat een verkoper u iets wilt verkopen, dat volgens u niet bij u past ...



ga dan naar een ander. Er zijn genoeg winkels in Nederland waar men wel luistert.

Telefoonnummer adviseur Stichting Onder Dak: 0321-314951
(Judy Koopman)

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



Uitdagingen

In het dagelijks leven zit er veel werk aan het gehandicapt en/of chronisch ziek zijn.

Dit kost zoveel energie dat de kwaliteit van leven soms ernstig beïnvloed wordt.

Het zou soms zoveel beter kunnen.

Een simpel voorbeeld: ziektekostenverzekeringen besloten dat incontinentiemateriaal niet meer via de apotheek werd verstrekt. Voortaan werd het centraal geregeld en kwamen de pakketten per post.

Oude situatie: zodra er nog genoeg materiaal is voor één week, bestel je nieuw materiaal voor een periode. Afhankelijk van de hoeveelheid ruimte voor opslag in je huis is die periode dan b.v. één of twee maanden.

Nieuwe situatie: de centrale belt en vraagt hoeveel materiaal er nog op voorraad is. Schuifelen naar de opslagplek en melden hoeveel er nog is. Als dat nog genoeg is voor b.v. vijf weken, dan meldt de telefoniste dat ze later opnieuw contact opnemen.



Dan wordt na twee of drie weken weer gebeld, weer schuifelen naar opslagplek, tellen en melden. O, dan is er nog voor een paar weken. Dan bellen we u binnenkort nogmaals.



Met een beetje geluk bellen ze ook echt na twee weken en heb je op tijd nieuw materiaal binnen. Maar soms gaat het even mis met je en verbruik je veel meer materiaal. Dan moet je snel bellen, want de ene telefoniste regelt dat nieuw materiaal volgende dag komt, de andere werkt op een manier, die minstens een week in beslag neemt. Kortom: veel telefoontjes en dan ook nog zitten afwachten hoe laat de pakketten komen.

Gelukkig maken leveranciers van hulpmiddelen betere afspraken. Als ze zeggen dat ze op vrijdag komen, dan komen ze ook op vrijdag. Wel jammer, dat ze niet kunnen zeggen op welk tijdstip, zodat je amper naar de wc durft. En o ja, ook niet fijn als je op 7 uur wakker wordt gebeld door je telefoon waarna je een bandje hoort dat de monteur onderweg is.

OP DE VERKEERDE DAG!!

Zo snel mogelijk jezelf wassen en aankleden en vol stress op de bank gaan liggen wachten op de monteur, die uiteraard niet komt, want hij komt gewoon de volgende dag pas.

Er is een tekort aan huishoudelijke hulpen via de Wmo en dus proberen organisaties zachte druk uit te oefenen, zodat je zelf meer gaat doen. En als je dat niet kunt? Hoeveel stress geeft dat wel niet?

Brief ontvangen met afspraak in een van de ziekenhuizen waar je loopt. Precieze vermelding van tijd en locatie. Helaas geen vermelding omtrent de afdeling of arts. Die kun je terugvinden op je eigen stukje op internet. En als je niet met internet overweg kunt? Dan kun je bellen en word je bij het ene ziekenhuis vriendelijker te woord gestaan dan bij het andere. Alweer het idee dat je lastig bent.



Er wordt een scootmobiel geleverd, die veel te groot is. Klein persoon, grote scootmobiel. Dus meld je degene die levert, dat dat ding te groot is. En het antwoord? Probeer het maar even uit, misschien went het wel. En anders kunnen we extra voetenplank plaatsen. Hallo!! Wel eens bedacht dat een klein iemand ook die extra hoge stap niet kan zetten? Dus moet er speciaal iemand uit Verweggistan komen die gelukkig gelijk begint te lachen als hij Klein Duimpje op die grote scootmobiel ziet zitten.

We mogen blij zijn dat in Nederland heel veel geregeld wordt op een manier waardoor iedereen er gebruik van kan maken. Maar altijd dankbaar zijn heeft ook grenzen.

Soms wil je gewoon boos mogen worden omdat er altijd wordt aangenomen dat gehandicapten en chronisch zieken alle tijd hebben en dat iedereen daar over mag beschikken. We zijn er nog lang niet in Nederland en ik vrees dat dat ook niet gaat gebeuren. Maar we blijven strijden tegen dit soort onbenul en helpen u graag als u daarbij steun nodig hebt. Bel gewoon de sociaal adviseur (0321 – 31 49 51) en we bespreken wat we voor u kunnen doen.

Recept... Pastinaaksoep

Pastinaaksoep (romig, maar wel pittig)

- 2 el olie,
- 2 tl mosterdpoeder,
- 500 g pastinaak,
- 1 Goudrenet,
- 1 l groentebouillon,
- 1 el sojasaus,
- 1 tl (gedroogde) tijm,
- chilipoeder,
- zout,
- 1 dl yoghurt

Schil pastinaken en appel, verwijder pit uit appel en snijd pastinaken en appel in kleine stukjes.

Verhit olie in grote pan op laag vuur. Roer mosterdpoeder erdoor.

Voeg pastinaken en appel toe en roerbak paar minuten. Schenk bouillon erbij en breng aan de kook.

Laat met deksel op de pan 10 minuten sudderen.

Voeg sojasaus en tijm toe.

Pureer de soep tot hij glad en romig is en breng op smaak met zout en chilipoeder.

Als u chilipoeder te scherp vindt, dan kunt u prima gewone peper gebruiken.

Serveer met een eetlepel yoghurt in elke soepkom.

Lekker stukje stokbrood erbij en smullen maar.





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.....	Mariska van Ruitenbeek	06 - 24 46 40 45
Penningmeester.....	Theo den Hartog	06 - 42 74 97 66
Algemeen bestuurslid	Michèla Langstraat	06 - 52 15 08 53
Algemeen bestuurslid	Vacant	

Adviseurs:

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

E-mailadressen Stichting Onder Dak

Website	www.onderdak.nl
e-mail adressen	secretaris@onderdak.nl
	voorzitter@onderdak.nl
	penningmeester@onderdak.nl
Algemeen bestuurslid:	m.koopman55@hotmail.com

webmaster:

Alfred Vorsselman

Lay-out (K) Letskrant

Barry Bolder





Alle contactgegevens op een rijtje

Adviseur	Judy	0321-31 49 51 j.koopman44@chello.nl
BTB-groep	Judy	0321-31 49 51 j.koopman44@chello.nl
Computerlessen	Paul	06 – 45 52 64 01 pam.otter@gmail.com
Kinderleszwemmen	Joke	0321- 31 79 26 kinderzwemmen@onderdak.nl
Scholenproject	Leo	0321-31 59 55 leo.boersma@hetnet.nl
Scootmobiel- en fietsclub	Lilian	06 - 29 45 99 35
Teken- en schilderlessen	Joke	0321-31 79 26 jokedebruin99@gmail.com
Voorlichting	Judy	0321-31 49 51 j.koopman44@chello.nl

Uw kapper in Dronten-Zuid

Openingstijden:
di t/m vr van 9:00 tot
18:00 uur
za van 9:00 tot 17:00 uur



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





camping voor mensen met
en zonder een beperking

Natuurlijk De Ruimte



Restaurant de Boshut

Zonig beschut terras midden in het bos

- ✓ Drinken
- ✓ Vergaderen
- ✓ Dineren
- ✓ Lunchen
- ✓ Feestjes

Door de huidige corona epidemie
zijn er geen vaste openingstijden
Kijk voor actuele openingstijden
op onze website



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

www.campingderuimte.nl



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-eenheid van de cliënt en de notaris. Keer op keer zetten wij onze deskundigheid, efficiëntie en kwaliteit in om u optimaal van dienst te zijn.

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

De Rede 76
8251 EX Dronten

Postbus 195
8250 AD Dronten

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

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

onderdeel van het samenwerkingsverband
FLEVUM NOTARIAAT