't Senior Bledsje

jaargang 19 | nr. 3
september 2018
informatieblad voor ouderen

Een uitgave van Impuls

In samenwerking met MeanderGroep,
de Centrale voor Ouderen
en de Katholieke Bond van Ouderen

COLOFON

wordt uitgegeven onder eindverantwoording van

en wordt gerealiseerd als samenwerkingsproject van Impuls, Meander-Groep, de Centrale voor Ouderen en de Katholieke Bond van Ouderen.

REDACTIEADRES 't Senior Bledsje
p/a Postbus 65, 6460 AB Kerkrade
redactieseniorbledsje@impulskerkrade.nl

REDACTIE
Helma Kölgen, Wim Robroek, Wiel Vlaspoel, Ria Berikoven, Ger Smeijsters, Annemie Housen, Wiel Paffen en Hub Vanhommerig

AAN DEZE UITGAVE WERKTEN VERDER MEE: Leon Jeurissen, Marie-Th.Bindels, Nettie Engels, Martin Simons, Werner Nijssen, Christina Milev, Jos van Caldenborgh, Rob Strijbos, Jack Schreurs, Pascale Mali, Truus Ploum, Yvonne Vrouwenraets, Karin Burhenne, Tiny Smeijsters, Els Ramekers, Marie Rose v/d Wall, Wim Krahmer, Riet Geurts, Stg. Eygelshoven door de eeuwen heen.

FOTOGRAFIE
Wiel Vlaspoel

BEZORGING
Wim Robroek
Klachten of verhuizingen tel.: 546 40 70
e-mail: g.robroek-schreurs@hetnet.nl

VORMGEVING
René Jasker | www.grafisch-bureau.nl

DRUK Kontinu Drukwerk & Ontwerp

VERSPREIDING
De verspreiding vindt plaats door 150 enthousiaste vrijwilligers.
Oplage 8400 exemplaren.

INSTUREN KOPIJ: 19 oktober
redactieseniorbledsje@impulskerkrade.nl

De redactie behoudt zich het recht voor artikelen in te korten, te wijzigen of niet te plaatsen.

Deze uitgave werd mede mogelijk gemaakt dankzij financiële ondersteuning van de gemeente Kerkrade, Sector Samenleving, afdeling Zorg en diverse sponsoren.

'T SENIOR BLEDSJE DIGITAAL:
https://www.impulskerkrade.nl/nieuws/
Jaargang 19, nr. 3 - september 2018.

voorwoord

Beste Lezers

Beste Lezers
Gelukkig de zomer is nog niet voorbij, maar toch.... de herfst nadert.
Op de voorpagina ziet u hoe u gezond kunt bewegen, speel walking football, voor zowel dames als heren, lees verderop het artikel in ons blad. Deze editie boordevol met informatie over de wijkagent, het Zuyderland ziekenhuis (Sjpe-taal), lees het interview.... er is nieuws uit Haander. Graag verwijzen wij ook naar de column van der Battraaf. Verder natuurlijk een verzameling van informatie, zoals u dat van ons gewend bent. Ook de oplossing van onze puzzel van de vorige editie.
Gelukkig ontvangen wij reacties van lezers.... mogen er best nog meer worden!

Fijne nazomer en herfst.

De Redactie

In deze uitgave o.a.

De Wijkagent: een spilfunctie binnen het politieapparaat	4-5
Walking Football	6
't Westhoes	7
Heeft u al een rondrit gemaakt met de Beleefbus Kerkrade?	8
De zevve kanjers va Kirchroa - D'r Battraaf	9
Met lotgenoten praten over verlies en rouw	10
Mineralen verzamelen, mijn hobby...!!	11
Interview: Piet Rouschen van café Oad Haander	12-13
Bewonersplatform op de bres voor de belangen van bewoners	15
Workshop 'Positief Gezond Ouder!'	16
Ouderenzorg in Herzogenrath	17
ANWB AutoMaatje zorgt voor sociaal contact	18
't Sjpetaal is werm óp!!!!	19
Samenwerking thuiszorg en ziekenhuis Zuyderland succesvol!	20
Muzikale Kaffieëklatsj "Sans Âge"	21
Ik kan de dood van mijn man beter plaatsen	22
Wijkpunten Samen Leven	23

De volgende uitgave van ons blad verschijnt in december 2018.
De Kerkraadse senioren die in 2018 65 jaar werden of worden, ontvangen pas in 2019 " 't Senior Bledsje".

DAGBOEK VAN EEN EYGELSHOVENAAR IN DIENST VAN NAPOLEON

Tijdens de Franse overheersing van de Oostenrijkse Nederlanden was Joannes Henckens van 1801 tot 1811 burgemeester (maire) van de gemeente Eygelshoven. Toen de Franse regering de dienstplicht invoerde, werd ook zijn oudste zoon, de in 1780 geboren Johannes Leonardus Henckens, door het lot aangewezen om in het Franse leger dienst te nemen. In 1802 werd hij te Maastricht ingelijfd bij het 6e regiment bereden jagers (chasseurs à cheval). Op 15 februari 1803 vertrok hij vanuit Maastricht naar Zwitserland. Hij maakte veel veldtochten en veldslagen (ook van Napoleon) mee. Hij reisde door heel Europa en legde naar schatting 20000 à 30000 kilometer af, te voet en te paard, vaak onder erbarmelijke omstandigheden.
Hij trok naar Italië en Oostenrijk en nam deel aan de Russische veldtocht, waarin hij zich dapper gedroeg. Begin november 1813 keerde Leonard als luitenant gewond (tijdens de slag bij Leipzig op 16 oktober 1813) naar Eygelshoven terug. Hij vocht in de slag bij Waterloo en nam in 1816, na de opheffing van zijn regiment, ontslag uit het Franse leger. Later trad hij in dienst bij het Nederlandse leger, bracht het tot luitenant der marechaussee, en werd als kapitein gepensioneerd. Leonard Henckens hield gedurende zijn gehele Franse diensttijd van 1803 tot 1816 een dagboek bij. Zijn zoon E.F.C.A. Henckens, gepensioneerd als generaal-majoor in het Nederlandse leger, heeft deze (in het Frans opgetekende) mémoires van zijn vader in 1910 uitgegeven. In dit dagboek komen geen systematische beschrijvingen van veldslagen voor, maar wel tal van bijzonderheden en persoonlijke belevenissen, die een verrassende kijk geven op de toestanden en gebeurtenissen uit die tijd.

De Limburgse schrijver Frans Erens (1857-1935) schreef destijds hierover: 'Dit boek is een leerrijk en belangwekkend stuk mensenleven en is zeker meer waard te worden gelezen, dan menig met gretigheid verslonden hedendaagse roman. Het is een stuk voedsel, iets substantieels, iets waarvoor men respect kan hebben.'

Door de Stichting 'Eygelshoven door de eeuwen heen' werd in 2004 een Nederlandse vertaling van dit boek uitgegeven. In deze uitgave is de oorspronkelijke tekst met veel illustraties aangevuld en zijn een twintigtal kaarten opgenomen, waarop de routes, die Henckens heeft afgelegd, zijn weergegeven.
Deze Nederlandse versie is nog steeds verkrijgbaar bij genoemde Stichting, die gevestigd is in de Laethof:
Putstraat 17, 6471 GB Eygelshoven.
Bezoekuren:
maandag van 19.30 tot 22.00 uur
donderdag van 09.30 tot 12.00 uur
Telefoon: (045) 205 70 88
(tijdens bezoekuren)

Het Henckenshuis (uit 1796) in de Torenstraat in Eygelshoven (bron: Stichting 'Eygelshoven door de eeuwen heen')

De Wijkagent: een spilfunctie binnen het politieapparaat

De politie en haar bereikbaarheid, de afstand tussen burger en politie, het zijn vaak voorkomende gespreksonderwerpen bij de man in de straat. ,,Die mensen zie je veel te weinig in de buurt", hoor je meer dan eens. Of mensen geven aan dat je vroeger bij een telefonische melding iemand aan de lijn kreeg in Kerkrade, die de buurt kende en meteen in de gaten had waar je het over had. Nu kom je ergens in den lande terecht bij personen die de situatie ter plekke echt niet kennen.

Tijd om eens te gaan praten met de politie zelf, met personen die dicht bij de mensen in de wijk staan. Een vertegenwoordiging van de redactie bracht daarom een bezoek aan het politiebureau aan de Kerkradersteenweg, waar een geanimeerd gesprek plaatsvond met de wijkagenten Huub Steinbusch en Brian Arets. Je zou kunnen zeggen dat zij samen met hun collega Michael Reijnders het politiewerk voor Kerkrade-West 'runnen'.

Huub Steinbusch, geboren en getogen in Chevremont, getrouwd met Kitty, vader van twee kinderen en trotse opa van drie kleinkinderen, is al sinds 1978 bij de politie, voor het overgrote deel als wijkagent in onze gemeente. Ook Brian Arets, getrouwd met Peggy en vader van twee dochters, heeft de nodige jaren op de teller. Hij viert dit jaar het 25-jarig ambtsjubileum. Beide mannen, die als gezamenlijke hobby koken hebben, staan dus midden in het leven. Zij hebben recht van spreken als het gaat om de verhouding tussen de wijkbewoner en de politie.

Huub, afkomstig uit een politiefamilie, is in feite ietwat toevallig agent geworden. Eigenlijk wilde hij hovenier worden, maar daarvoor moest hij in Venlo naar school. Dat zag hij niet zitten. Buurman Martin Dassen adviseerde hem te solliciteren bij Hermandad. Dat heeft hij gedaan. Spijt ervan heeft hij niet gekregen. Huub is te vinden in de wijken Gracht en Locht evenals op de Roda-boulevard. Brian Arets, actief in Spekholzerheide, Terwinselen en Dentgenbach, kwam vanuit de HAVO en MEAO op een administratiekantoor terecht. Al snel drong tot hem door dat hij geen 40 jaar aan het bureau wilde zitten. ,,Toen heb ik bij de politie gesolliciteerd. Buiten zijn, contacten met mensen hebben, het sociale aspect, dat leek mij veel beter. Dat alles tref ik nu in mijn werk als wijkagent." Huub Steinbusch beaamt dat volmondig.

Met betrekking tot de zichtbaarheid en de bereikbaarheid van de wijkagent, vertellen Huub en Brian, beurtelings: ,,We hebben, nu méér dan vroeger, een vaste agenda, waarin ook andere taken zitten. We komen tegenwoordig dus wat minder in de wijk. Sociale activiteiten tussen de inwoners binnen een wijk worden minder in aantal. Het sociale leven raakt steeds meer uitgehold. Dat brengt met zich mee dat we minder worden gezien. Je hebt echter ook mensen, die veel thuis zijn, op een stoeltje voor hun woning zitten of wat vaker hun auto wassen. Voor hen zijn we vaker zichtbaar.

Beiden vervolgen; ,,we zijn nog steeds goed bereikbaar. Steeds meer mensen hebben een computer en kunnen daarmee terecht onder www.politie.nl. Via contact en contactverzoek kom je bij het contactformulier voor de wijkagent, waarna de postcode ingetypt kan worden. Wij krijgen dan een e-mail en weten je, om het zo maar eens te zeggen, te vinden. Ook telefonisch werkt het best goed. Voor de meeste zaken kom je met een belletje bij het Servicecentrum in Maastricht terecht. Het telefoonnummer is 0900-08844. De dienstdoende agent daar stelt je vragen en vult intussen een formulier in met de relevante gegevens van de melding. Vervolgens laat hij de beller weten dat hij of zij wordt benaderd".

Ouderen zijn een gewild slachtoffer van criminele activiteiten. De pannenverkoper, de persoon met een gestolen politie-uniform, de 'foute' medewerker van Meander die er vervolgens met de pincode vandoor is, we zien het in de media allemaal voorbij komen. Huub Steinbusch geeft een paar tips, terwijl Brian Arets instemmend knikt. Hij zegt: ,,Wees niet te goedgelovig, vertrouw het niet, tenzij. Vraag om identificatie. Laat geen vreemden binnen. Raadpleeg bij twijfel eerst je naasten of vrienden."
De wijkagent heeft in feite een spilfunctie in de buurt, Huub en Brian dus in West. Zij moeten de informatie halen bij de buurtbewoners. Daarom hebben zij een goed contact nodig met mensen in de wijk. Als zij een probleem niet alleen kunnen oplossen zoeken zij hulp bij netwerkpartners als woningstichtingen, Impuls, de gemeente, de recherche en ga zo maar door.

Er is een omvangrijk netwerk van instellingen dat voor de burger beschikbaar is. Samen worden zaken opgelost, maar de wijkagent is veelal het eerste aanspreekpunt voor de burger.

Om problemen van sociale aard aan te kaarten kunt u in Kerkrade terecht op een zevental wijkpunten, bijvoorbeeld Firenschat in Terwinselen. De locaties kunt u vinden door te surfen naar www.kerkrade.nl en vervolgens de zoekterm "wijkpunten" in te geven. Maar, zoals gezegd kan, een telefoontje als het om politiekwesties gaat, snel uitkomst bieden. Ook al gaat het nu iets anders dan vroeger.

Politiewerk is vaak ernstig van aard, zeker als het om criminaliteit gaat. Maar er zijn ook leuke gebeurtenissen. Huub Steinbusch, geamuseerd: ,,Een oude man, hij was 91, vertrok om 9.30 vanuit zijn woning richting de dichtbij gelegen Jumbo. Zijn snelheid, tussen aanhalingstekens, was 1 kilometer per 2 uur en 10 minuten. Om half vier was hij nog niet thuis. Zijn zus was bezorgd en belde de politie. Er kwam snel een melding dat de man in de buurt was aangetroffen en een verwarde indruk maakte. Wij op pad. De man bleek niet verward, had slechts zijn gebit vergeten, wist verder waar hij was en vond het helemaal niet nodig dat zuslief had gebeld. Hij was 6 uur onderweg geweest. Maar de boodschappen had hij toch maar mooi gehaald. Een taxi vond hij niet nodig, ook niet voor de toekomst."

Walking Football

Walking Football, een ideale uitlaatklep!

Voetbal is een sport voor alle geledingen uit de maatschappij. Dat is genoegzaam bekend. Minder bekend is, dat het spel er ook voor alle leeftijden is. Een redelijk nieuwe variant voor mannen en vrouwen op gevorderde leeftijd (55+) is walking football. Bent u 55 jaar of ouder en wilt u sportief bezig zijn, gezelligheid ervaren, sociale contacten onderhouden en als speler de grasmat betreden van mooie stadions, dan kunt u, onder prima begeleiding terecht bij Roda JC. Bovendien is het altijd beter sportief bezig te zijn dan thuis voor de TV en achter de geraniums te blijven zitten.
Elke woensdag, zo ook vandaag, het is 13 juni, wordt er getraind in het prachtige decor van het Parkstad Limburg Stadion. Zo'n 30 mensen zijn bezig met de bal. Een aantal geblesseerden kijkt toe. De leiding is in handen van ex-prof Roel Brouwers, samen met Amber Both, stagiaire van de Fonty's Hogeschool. Om walking football te promoten steunt Roda JC Midden in de Maatschappij het initiatief, samen met het Nationaal Ouderenfonds en sponsoren als Corio Center, Meander en Taxi Van Meurs en heeft de club met ex-speler Roel Brouwers een uitstekend uithangbord afgevaardigd. Wie immers stelt het als 55-plusser niet op prijs een training te volgen van iemand die heeft gespeeld voor ons eigen Roda JC, SV Paderborn en Borussia Mönchengladbach, bij welke laatste club hij ervaring in de Champions League heeft opgedaan? Een persoon trouwens, zo blijkt, met een innemende persoonlijkheid.

Deelnemers op het veld zijn o.a. Gunther Fürst (72) en Henk Grooten (75). De oudste van het gezelschap is Piet Waterval. Hij heeft maar liefst 82 jaren op de teller. Gunther en Henk zeggen niets dan lof te hebben over de manier waarop Roda JC het aanpakt. „Het is toch mooi dat ze iemand als Roel ter beschikking stellen", klinkt het in koor. Ook zeggen de beide mannen: „De contributie is nu € 150,-- per jaar. Inbegrepen is elke week een uurtje training, een kop koffie en vaak reisjes met de spelersbus van Roda JC naar toernooien, zoals niet lang geleden in het PSV-stadion. Om daar te mogen spelen is een ervaring op zich, als je dan ook als eenvoudige speler mag aantreden tegen clubs als PSV, Ajax, Vitesse, Schalke'04 is dat schitterend. En je loopt er bekende voetbalberoemdheden als Sjaak Swart, Hans Erkens, Willy van der Kuylen en Keest Kist tegen het lijf."

Voor de prijs hoeft u het dus niet laten. Kleding krijgt u bij deelname overigens in bruikleen. Handig is natuurlijk wel om bij aanmelding even de juiste maten, door te geven. Sportief hoeft u zich evenmin zorgen te maken. Mannen en vrouwen, of ze op jongere leeftijd actief waren of niet, zijn welkom. De regels zijn ook aangepast. Rennen mag niet. Alleen wandelen is toegestaan. Het heet niet voor niets walking football. Lichamelijk contact en slidings zijn uit den boze. „Je wordt hiermee gezond moe", zegt Gunther Fürst. Dolletjes zijn ook in deze voetbalgroep niet van de lucht. Gevraagd naar hoogtepunten zegt Henk Grooten, lachend richting Guntther Fürst: „Ik droom ervan jou de bal door de benen te spelen". De laatste kan het wel op waarde schatten. Wat beide mannen bij herhaling laten doorklinken, is dat men zich verheugt op het wekelijks trainingsuurtje, de uitstapjes, het lichamelijk actief blijven en het onderhouden van sociale contacten. Of anders gezegd, het midden in de maatschappij blijven meedoen. Aanwas is nog steeds mogelijk. Roel Brouwers: „Als er nog veel mensen bijkomen, moet er wel een trainer bij. Je kunt moeilijk 100 mensen door één trainer laten begeleiden." Wie weet, brengt juist uw aanmelding de aanstelling als oefenmeester van een oude krijger uit het roemruchte geel-zwarte verleden teweeg. U kunt zich per e-mail melden bij rbrouwers@rodajc.nl of via www.rodajcmiddenindemaatschappij.nl.

't Westhoes

't Westhoes is als 'multi functionele accommodatie' in juni begonnen met een voorzichtige start. "Voorzichtig" omdat het vooralsnog gaat om beperkte openingstijden.

De verbouwing van de Onze Lieve Vrouw van Altijddurende Bijstand kerk is half maart opgeleverd.
De aanvankelijk beoogde opening (half april) bleek om meerdere redenen niet haalbaar.

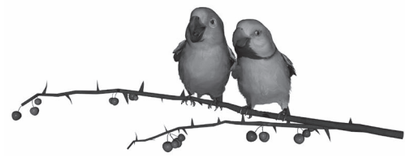
In juni is er besloten om voorzichtig te beginnen en een tweetal concerten te gebruiken als "tryout", om zo leerpunten inzichtelijk te krijgen. De twee verenigingen die deze concerten organiseerden zijn nu ook de enige die hun wekelijkse repetities, tot de zomerstop, in het gebouw houden. Zo kan hun instrumentarium ook definitief in het pand blijven en kan de "Auw Noeëdkirk" als thuishaven verlaten worden.

Alles is er op gericht om na de zomervakantie ook de andere verenigingen, organisaties en wijkactiviteiten wekelijks te kunnen ontvangen en een nieuw thuis te bieden.

't Westhoes beoogt een verenigings- en wijkgebouw te worden, waarbij de facilitering gedaan wordt door mensen met een (tijdelijke) arbeidsbeperking en vrijwilligers.
Ook zullen er in en vanuit het gebouw diverse zorgorganisaties hulp gaan bieden aan de bewoners van Kerkrade-West. Er is een coöperatie gevormd die verantwoordelijk is voor het sociaal beheer en de exploitatie van het gebouw. Met het oog op de gezamenlijke doelstellingen van sociaal beheer en exploitatie zijn het de verenigingen, gemeente Kerkrade, 2 zorgorganisaties en een welzijnsinstelling die deze coöperatie starten.
Deze opzet, mede vanuit het gemeentelijk beleid 'Samen Leven', is een unieke insteek. Geïnitieerd vanuit de sector Maatschappelijke Zorg kent Nederland weinig gelijksoortige vormen van Wmo aanpak.

Er is nog veel te regelen en te leren de komende maanden.
Wel kan al gezegd worden dat iedereen met zijn/haar vragen welkom is in 't Westhoes. Mensen die bereid zijn om een steentje bij te dragen aan het ontwikkelen van dit nieuwe concept, zijn van harte welkom.

Oplossing puzzel



Beste Lezers, onderstaand de oplossing van de puzzel, zie uitgave 02.2018

Oplossing tekst met vogelnamen

zin 1	kanarie, uil
zin 2	nachtegaal
zin 3	eend
zin 4	oehoe, koekoek
zin 5	leeuwerik, ekster
zin 6	specht
zin 7	merel
zin 8	valk
zin 9	gaai
zin 10	lijster
zin 11	patrijs
zin 12	raaf, vink
zin 13	havik
zin 14	meeuw
zin 15	kievit
zin 16	koolmees
zin 17	gans
zin 18	mus, stern
zin 19	ooievaar
zin 20	grutto
zin 21	reiger
zin 22	snip, beo
zin 23	adelaar
zin 24	arend
zin 25	aasgier
zin 26	parkiet
zin 27	sperwer
zin 28	putter
zin 29	pelikaan
zin 30	ara

Totaal: 36

NK SCOOTMOBIEL RIJDEN

Het NK scootmobielrijden dat op 27 juni in Zandvoort plaatsvond, was een heuse happening. Tientallen 80-plussers streden op het parcours voor die ene felbegeerde eerste plek.
Een groep enthousiaste vrijwilligers van Verpleeghuis Lückerheide deed ook mee. “We hebben helaas geen prijs gewonnen, maar zijn wel een ervaring rijker”, lacht activiteitenbegeleidster Jacqueline Bonie die als coach mee was gegaan. “Sommige ouderen waren reuze fanatiek en er werd af en toe behoorlijk vals gespeeld waardoor de rit moest worden hervat. Maar al bij al was het een geslaagde dag!”

Heeft u al een rondrit gemaakt met de Beleefbus Kerkrade?

Ook deze zomer rijdt de Beleefbus Kerkrade weer langs de vele bezienswaardigheden die de stad rijk is. Onze gidsen laten u de mooiste plekjes van de stad zien tijdens de 2,5 uur durende rondrit. Zo komt u alles te weten over het Kerkrade van vroeger én nu.

Wanneer?
Tot en met 28 oktober 2018.

Welke dagen?
In september iedere woensdag en zondag (let op: geen rondrit op 9 september i.v.m. Eurode Omloop). In oktober alleen op zondag 7, 14 en 28 oktober (niet op woensdag).

Vertrek
13.00 uur vanaf de Rodaboulevard (bij Decathlon);
13.15 uur vanaf de Rodahal (hoek Van Beethovenstraat/Mozartstraat). Let voor de opstapplaats op het bord ‘Beleefbus Kerkrade’.

Waarlangs?
o.a. Museumplein Limburg, standbeeld Viva la Vida, Schacht Nulland, Abdij Rolduc, Wormdal, mijnwerkerskolonie Hopel, Anstelvallei, Kasteel Erenstein, Botanische Tuin, Parkstad Limburg Stadion.

Tussenstop
Onderweg stapt u uit om onder leiding van de gids een kijkje te nemen bij twee bezienswaardigheden.

Prijs
Volwassenen 3 euro, kinderen t/m 12 jaar 1 euro.

Tickets zijn te koop in de Beleefbus en via www.beleefbuskerkrade.nl. Op deze website vindt u ook uitgebreide informatie.

Meer bewegen voor Senioren

d'r POOL

Wilt u ook meer bewegen?
Wilt u beweging en gezelligheid?

Maak dan kennis met onze bewegingslessen in het water. Deze lessen zijn speciaal ontwikkeld voor senioren en zijn daardoor ook goed vol te houden door senioren.

Natuurlijk is er na de les tijd om gezamenlijk koffie te drinken.

Deze lessen zijn op verschillende dagen, zowel in de ochtenduren, de middag en zelfs ’s avonds.

Kom een keer meedoen met een proefles of vraag meer informatie.

Recreatiecentrum D’r Pool
Putgang 8 6461 EK Kerkrade
Tel.: 045 – 545 71 41
www.drpool.nl info@drpool.nl

De zevve kanjers va Kirchroa

In ’t Hollendsj jieëft ’t wöad woa-s te in ’t Kirchröadsj nit direk ing uvverzetsoeng vuur has. Pak diech zoeë woad wie kanjer. Ömjekierd hat ’t plat wöad die-s te nit richtieg in ’t Hollendsj kans övverzetse. Ing vótmitoere, ‘ne behaitskrieëmer of ‘ne hampleman zunt van die wöad. Doe kans besser enne neume, dems te dat etiket zous wille ópplekke es wie dat-s te e equivalent in ’t Hollendsj móts zukke vuur zoeë enne. Iech sjrief dat allemoal öm miech tse rechtfertieje vuur ’t woad kanjer. Durch zevve kanjere weëde vuur besjtuurd de nieëkste veer joar: ‘ne burjemeester en zes wethoudere. Zes wethoudere, uur leëst ’t richtieg. I Amsterdam hant ze d’r ach, mar die jemeende is óch tswantsieg kier jroeëser. Uur wilt nit jeleuve wat doabij kunt kieke. En die ach hant jing tsiet öm diploma’s oes tse rikke an kaatkampioene of blömsjer tse bringe went enne né poetiek ópdeet. ’t Heesjt dat doa jewirkt weëdt. Mit die zes va ós darfe v’r besjtemd tsevreie zieë. Mit ‘ne vuurzitser an d’r kop van d’r dusj en ‘ne volbesjeftiegde sekreteer an de anger zie passere doa jans jet sjtukker. Doabij weëdt d’rvan oes-jange, dat ze ziech die sjtukker van tse vure jeleëze hant. Woa die uvver junt?
Nog nit zoeë lang jeleije hat ’t Centraal Bureau vuur d’r Sjtatistiek vas-jesjteld, dat vuur ós a vönnef zaache jiddere daag erjere: jong lu die jet eröm hange, hóngssjtróngs óp de trotware, tse hel durch jen sjtroas zause, erjer mit parkiere en drugsprobleme. Ós zevve kanjere hant ziech vuurjenaome doa werk van tse maache.
D’r burjemeester – deë nit de naas ópholt vuur‘ne vieze jeróch – hat ziech jemeld öm al deë Kirchröadsjer kak vuur ens en ömmer aa tse pakke! Heë häu al ens ieëder in die ton jereurd. Alle keermensjer krient nui häosje en ing oesbildoeng vuur ’t diploma sjtróngskiebelmensje. Dat huret óch bij de portefeuille Openbare Orde en Netheid van d’r burjemeester, minte de anger kanjere Weë va hön ziech mit die anger zaache jeet inlosse, is nog nit oes-jemaad. Dat wuur polletiek en doa wuur d’r jemeenderoad vuur. D’r jemeenderoad hat al jeld vrij jemaad vuur de campagne: Kerkrade first free from shit!. Dat maachet ’t óch jet jemekliejer öm d’r burjemeester bij zie absjied iereburjer tse maache, woeëd jezaad. Kirchroa wuur dan kuttelevrij en dan kuëm jenne mieë heem mit sjtróngs an de sjóng. Weë zou dan nit vroeë zieë!

D’r Battraaf

Met lotgenoten praten over verlies en rouw

Als een geliefde sterft, lijkt de wereld voor je stil te staan. De wereld draait door, maar voor jou is er een volledige breuk met het verleden. In de eerste dagen na een overlijden is er zoveel te regelen en alles draait om je lieve dode. Je krijgt voortdurend aanloop, post en aandacht. En dan, als alles voorbij is, begrafenis of crematie geweest is, het leven weer zijn gewone gang zou moeten gaan, dan wordt het stil rondom je. Maar in je innerlijk barst een storm van gevoelens los: groot verdriet, ongeloof om wat je overkomen is, kwaadheid dat dit jou overkomen is, angst voor de toekomst zonder je geliefde. Van de vele mensen die je verzekerden dat ze vlug langs zouden komen, blijven er maar enkelen over. Je merkt dat er mensen zijn die het contact met je vermijden omdat ze niet weten wat ze moeten zeggen. En dan zijn er de vele goed bedoelde adviezen: je moet zo snel mogelijk verhuizen, spullen opruimen, je moet onder de mensen komen... Je moet zoveel en je hoofd staat er niet naar.

Soms zijn er mensen in je omgeving die alleen maar luisteren, je laten uithuilen, een arm om je heen leggen. Wie zelf geen groot verlies heeft meegemaakt, kan zich niet voorstellen hoe dat voelt, ook al wordt dat gemakkelijk gezegd.

In Kerkrade bestaat de mogelijkheid om in het najaar samen met lotgenoten over dit ingrijpende verlies te praten en het te delen. Het kan gaan om het verlies van je man of vrouw, maar ook een kind, een ouder, een vriend of vriendin. Respect voor eenieders persoonlijke beleving, luisteren zonder raad te geven, emoties mogen tonen staan voorop. We praten rond een aantal zelfgekozen thema's, van afscheid nemen tot de reacties van de omgeving, van opruimen van kleding tot zorgen voor jezelf en alle thema's waaraan behoefte bestaat.

Eén van de deelnemers aan de groep formuleerde het zo: 'Men kon vrij en onbevangen praten. De gesprekken waren intens, gevoelig en concreet en ieder kon op zijn eigen manier, soms met een traan en een lach, zijn verlies onder woorden brengen. Zo besefte je dat jij niet de enige bent die moeite heeft met verlies en rouw. Daardoor werd de pijn wat verzacht en kon je de situatie iets makkelijker aanvaarden." Mensen kunnen helend zijn voor elkaar en soms blijven groepen elkaar nog lang na de bijeenkomsten opzoeken.

Op maandag 5 november, net na Allerheiligen, zal om 14.00 uur de kennismakingsbijeenkomst plaatsvinden in het gebouw van de Paters Sacramentijnen (velen zeggen nog "De Witte Zusters"), Hoofdstraat 20. Er volgen dan acht bijeenkomsten van twee uur. Opgave is mogelijk via telefoonnummer 06 - 21 92 83 31 of via de mail vdwallmh@ziggo.nl. Vrijblijvend naar de eerste kennismakingsbijeenkomst komen is ook mogelijk. Wie meer wil lezen over rouw raad ik het boekje: Vingerafdruk van verlies, van Manu Keirse aan. Op de website www.ruimtevoorverdriet.nl, is ook veel informatie te vinden.

Nieuw Hospice

Op zaterdag 30 juni jl. heropende Hospice Kerkrade aan de St. Pietersstraat in Kerkrade haar deuren. Daarmee werd ook de nieuwe naam geïntroduceerd: Hospice De Vlinderhof Kerkrade. Iedereen die de laatste fase van zijn of haar leven niet thuis wil of kan doorbrengen, is van harte welkom. Ook een tijdelijk verblijf is mogelijk, bijvoorbeeld om de mantelzorg te ontlasten.

Het hospice ligt weliswaar op het terrein van Verpleeghuis Lückerheide, maar is een op zichzelf staand initiatief. Uiteraard wordt dankbaar gebruik gemaakt van de professionele medewerkers van de MeanderGroep voor hoogwaardige verpleegkundige zorg.

Hospice De Vlinderhof heeft acht eenpersoonskamers, elk met een eigen toilet. Daarnaast is er een gezamenlijke huiskamer, keuken en stilteruimte. Familieleden van gasten zijn 24 uur per dag welkom in een huiselijke sfeer. Het professionele team wordt ondersteund door een groot aantal vrijwilligers. Mede door hun inbreng is het mogelijk echt individuele aandacht te hebben voor de gasten.

De medische behandeling wordt verzorgd door een specialist ouderengeneeskunde die tevens kaderarts palliatieve zorg is, eventueel in samenwerking met de eigen huisarts van de gast. Tevens kan er een beroep gedaan worden op andere professionele disciplines zoals fysiotherapie, ergotherapie, logopedie, diëtetiek, psychologie en geestelijke verzorging.

Hospice De Vlinderhof is daarnaast aangesloten bij het Netwerk Palliatieve Zorg Oostelijk Zuid-Limburg: een samenwerking van zorgvragers, professionele zorgaanbieders en -zorgverleners en organisaties van vrijwilligerswerk op het gebied van palliatieve zorg.

Hospice De Vlinderhof Kerkrade
Sint Pieterstraat 145
6463 CS Kerkrade
Telefoon 06 - 42 38 77 91

Mineralen verzamelen, mijn hobby...!!

Trommel draait 1.814.400 keer om gewenste kwaliteit te verkrijgen

In onze reeks bijzondere hobby's, vandaag een gesprek met Leo Wijnen, gepensioneerd medewerker van Stelrad in Nuth, alwaar hij een leidinggevende functie heeft bekleed.

Om maar meteen met de deur in huis te vallen, van deze hobby zullen echt maar weinig mensen hebben gehoord, stellen we de prangende vraag: Hoe kom je tot zo'n hobby? We krijgen als antwoord, dat hij altijd al geïnteresseerd is geweest in geologie en van daaruit ook in mineralen. Toen hij met pensioen ging is hij klein begonnen, door het kopen van een rubberen trommel, waarin de mineralen behandeld worden en, logisch, een doosje vol met mineralen. Die mineralen worden verder behandeld door ze te slijpen en te polijsten. Met behulp van informatie uit informatiegidsen e.a. heeft Leo zich verder bekwaamd in het behandelen van de stenen.

Herkomst stenen, soorten en verdere behandeling

We stellen de vraag hoe Leo Wijnen aan de mineralen komt. Hij geeft aan dat hij dat doet door beurzen te bezoeken en daarnaast door zijn vele reizen naar Aziatische landen, waar hij onbewerkte stenen kon kopen. De onbewerkte stenen worden in een proces van 4 weken of langer, verder behandeld, door ze in bovengenoemde trommel te stoppen, die rond draait, 24 uur per dag, week na week. Iedere week gevuld met een slijppoeder, silicium carbide, dat wekelijks van korrelgrootte verandert. Van grof tot zeer fijn. Als laatste worden de mineralen gepolijst m.b.v. aluminiumoxide, om het gewenste resultaat te krijgen. De mineralen worden voor het slijpen op hardheid gesorteerd volgens de schaal van Mohs en die gaat van 1 tot 10. Nr 1, het zachts is talk, nr. 10, het hardst is diamant. Dit is om te voorkomen dat na een week sommige zachtere mineralen in de trommel vermalen zijn. Nadien worden deze stenen bewaard in een glazen vitrine, waar iedereen ze kan bewonderen. Natuurlijk hoort bij iedere steen een verhaal, nou en dat kan Leo fantastisch vertellen. Welke soorten stenen komen zoal voorbij? Natuurlijk toont Leo tijdens ons bezoek de agaat in diverse verschijningsvormen, calsiet, kwarts, jaspis, tijgeroog, chrysopraas, lapis lazuli enz. enz. enz. Dat alles trouwens in prachtige kleuren.

Leo Wijnen drijft er geen handel in, hij bezoekt wel een beurs, maar enkel om stenen te bewonderen, te verkrijgen en om ze verder te kunnen behandelen. Regelmatig worden de stenen uit de vitrine gepoetst , met als doel dat zij er flonkerend bij blijven liggen, opdat iedereen die op bezoek komt, ze kan bewonderen. Leo besteedt iedere week enkele uren aan zijn bijzondere hobby. Tijd is voor hem geen probleem.
Of er nog meer mensen in Kerkrade zijn, die deze hobby hebben, vragen we. „Nou, dat weet ik niet", luidt zijn antwoord.
Op een andere vraag volgt een zelfverzekerde reactie. Wij vragen: „Wat zeggen de buren van jouw hobby, hebben zij geen last van het lawaai van de trommels?" „Nee", klinkt het duidelijk! Mijn buren vinden het leuk dat ik deze hobby heb.

We geven graag de mogelijkheid in contact te komen met deze wel heel aparte hobby. Wellicht levert dat een bijzondere invulling van uw vrije tijd op. Mensen die geïnteresseerd zijn, kunnen contact zoeken met Leo, via zijn e-mail : l.e.wijnen@home.nl

Piet Rouschen van café Oad Haander

‘Bier tappen nu nog een hobby’!

Een beetje uit dommigheid, althans dat zegt Piet Rouschen zelf, is hij in 1993 café Oad Haander aan de Meuserstraat in Haanrade gaan exploiteren. Na 25 jaar heeft hij van dit besluit nog geen dag spijt gehad. Hij koopt in 1983 de woning die opa Mathies Rouschen in 1929 heeft gebouwd, waarbij ook het café. Aanvankelijk wil de nu 69-jarige Rouschen van het café af en laat tekeningen maken om er appartementen te laten bouwen. Dat stuit op weerstand. Het café werd destijds enkele keren verhuurd, maar zonder veel succes. Uiteindelijk heeft Piet de knoop doorgehakt en besluit in 1993 het café zelf te gaan runnen. Maar zijn vrouw Gerda mag niet achter het buffet staan.

Piet Rouschen is, ondanks alle beslommeringen rond zijn café, altijd blijven werken bij de Glaswerke in Herzogenrath. ,,Vanaf het begin dat ik het café run, gaat het als een tierelier”, vertelt Rouschen. ,,We tappen soms tien biervaten per week leeg. Dat is nooit eerder gebeurd. De kegelbaan is elke dag bezet en wel dertig verenigingen hebben bij ons onderkomen. Het café beschikt echter over slechts 1 wc en drie potten voor de mannen om te plassen. Dat is op een gegeven moment niet meer te doen als bijvoorbeeld dertig mannen van het fluit- en tamboerkorps aanwezig zijn.”

In 1998 heeft dan ook een grote verbouwing plaatsgevonden. Met eigen mankracht en hulp van familie wordt alles gesloopt en een zaal gebouwd. In 1999 vindt de heropening plaats.

In de beginjaren van het café wordt Gulpener bier geschonken. Later wordt dat Kronenburg en vanaf 1995 is het Grolsch omdat Kronenburg weg is gegaan uit Nederland en door Grolsch is opgekocht.
Na het rookbeleid in 2008 is er volgens Rouschen veel veranderd. ,,De omzet wordt toch minder”, zegt Rouschen.

,,Ik zie het café nu meer als een hobby, een bruin verenigingslokaal. De tekeningen aan de muur in het café stralen de nostalgie van vroeger uit.

Ook de teloorgang van de wijk Haanrade ziet hij met lede ogen aan. ,,Haanrade had vroeger een bakker, een slager, vier kruidenierszaken en een basisschool. Nu is er niks meer. Alles is weg, ook de kerk is nagenoeg dicht. Voor het behoud van de school is in mijn ogen te weinig gevochten. Tegenover het café zouden woningen worden gebouwd. Daar is niks van terechtgekomen. De plaatselijke verenigingen hebben het moeilijk zoals de voetbalclub. Ik neem een petje af voor de organisatoren van het recente jeugdkamp van de voetbalclub om toch maar weer 37 kinderen bij de club te betrekken. In het verleden is wel eens sprake geweest van een fusie tussen Haanrade en Miranda. Maar de laatste club heeft dit tegengehouden. Ook een fusie met de jeugd van LHC is door de ouders gecanceld. Het samengaan van de fluit- en tamboerkorpsen van Holz en Haanrade is echter een goede zaak. Dat zorgt voor een opleving. Als eenmaal een school weg is, is er ook geen jeugd voor de voetbalclub of harmonie.”

De datum van vier juni 2004 staat nog vers in het geheugen van Rouschen. Op die bewuste dag boort een vrachtwagen zich in de zaak van Hans Rieteco aan de Meuserstraat, met onder meer een wisselkantoor. ,,De woning van de heer Piefer ernaast is zodanig beschadigd, dat deze moet worden afgebroken. Dat vond ik pijnlijk voor deze man. Als het wisselkantoor op dat tijdstip open was geweest, waren er veel doden gevallen. De mensen stonden soms rijen dik voor het kantoor.”

Het werken bij de Glaswerke en het runnen van het café heeft ook zijn tol geëist als het gaat om de gezondheid van Rouschen. In 2003 wordt hij getroffen door een hartinfarct en een jaar later door een herseninfarct, beide keren bij de Glaswerke. Maar hij is er helemaal bovenop gekomen.

Het houden en fokken van reisduiven is al jarenlang zijn hobby. Hij neemt deel aan grote wedstrijden. In 2005 heeft hij alle duiven verkocht en wil stoppen. Maar samen met Pierre Slechtriem is hij in 2008 weer begonnen. ,,Er zit weer een stijgende lijn in, maar helaas is Pierre vorig jaar overleden.”

Over het gemeentebeleid ten aanzien van het verlenen van vergunningen voor evenementen, heeft Rouschen geen goed woord over. ,,Er vindt totaal geen afstemming plaats. In hetzelfde weekend organiseert men bijvoorbeeld op de markt een bierfeest, in Bleijerheide houdt KVC Oranje een feest en in Haanrade is een schuttersfeest. Met de wijken wordt in ieder geval weinig rekening gehouden. Alles gaat naar het centrum, de markt. Het WMC is een marktfeest geworden en ook op carnavalsdinsdag concentreert zich alles rond de markt. De gemeente zou dat allemaal niet moeten toelaten.”

Haanrade ligt er zo slecht bij, dat je geneigd bent te zeggen dat Haanrade maar bij Herzogenrath moeten worden ingelijfd. Je bent verplicht een auto te hebben om inkopen te doen.

,,Maar voor een redelijke prijs kun je in Oad Haander nog terecht voor een lekker getapt pilsje,” besluit Rouschen.

Seniorenraad Kerkrade

Vitaal oud worden

Welke kansen biedt Kerkrade?

Op donderdag 27 september 2018 organiseert de Seniorenraad in Theater Kerkrade een symposium over dit thema.
Op vertoon van een toegangskaart is de toegang gratis.

Toegangskaarten bestellen

Voor Kerkraadse ouderen is nog een beperkt aantal kaarten beschikbaar. Bestel snel want vol is vol.

Toegangskaarten zijn verkrijgbaar bij theater Kerkrade via de website www.plt.nl/symposium27september of aan de kassa van het theater in Kerkrade.
De kassa is geopend ma: 13 tot 18 uur, di+wo+vrij: 10-18 uur, do 10 tot 20 uur en za: 10 tot 14 uur.
Ook kunt u telefonisch (045) 571 66 07 kaarten reserveren. Dan ontvangt u de kaarten per e-mail of tegen betaling van € 3,- per reservering per post.

Het Programma

12.00 uur	Ontvangst met lunch
13.00 uur	Opening door mevrouw prof. dr. Sandra Zwakhalen, Hoogleraar Verplegingswetenschap, Geriatrische Zorg Thuis; Universiteit Maastricht en welkomstwoord door de heren Martin Simons (voorzitter Seniorenraad Kerkrade) en Leo Jongen (wethouder ouderenbeleid, maatschappelijke ondersteuning gemeente Kerkrade)
13.30 uur	Mevrouw dr. Silke Metzelthin, Assistant professor/ Senior onderzoeker; Universiteit Maastricht **Van zorgen voor naar zorgen dat ...samen met de thuiszorg naar een actief en betekenisvol leven**
14.00 uur	De heer dr. Ramon Daniëls, Lector Ondersteunende Technologie in de Zorg; Zuyd Hogeschool **Uw woning levensloopbestendig? Wat levert dat op?**
14.30 uur	De heer dr. Erik van Rossum, Lector Wijkgerichte Zorg; Zuyd Hogeschool **Vitaal thuis s.v.p.**
15.00 uur	Pauze
15.30 uur	De heer dr. Henk Reinen, lid managementteam Directie Maatschappelijke Ondersteuning Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport **Eenzaam en langer thuis wonen in relatie tot vitaal oud worden**
16.00 uur	De heer Paul Crutzen, Initiatiefnemer Center Court Kerkrade **Center Court Kerkrade: Een vitale en gezonde stijl van leven**
16.30 uur	De heer Raymond Clement MHA, Directeur Faculteit Gezondheidszorg; Zuyd Hogeschool) **In vita veritas, over Ervaringsleren...**
17.00 uur	Sketch
17.30 uur	Sluiting

Nog vragen?
Per mail aan: seniorenraadkerkrade@gmail.com

Bewonersplatform op de bres voor de belangen van bewoners

Wat zijn Bewonersplatforms?
Bewonersplatforms zijn onafhankelijke organisaties van wijkbewoners die, samen met gemeente en organisaties in de wijk, werken aan het verbeteren van de leefbaarheid. Zij doen dit door actief deel te nemen aan een positieve ontwikkeling van de wijk en bewoners die hun eigen leefomgeving willen verbeteren, te ondersteunen met raad en daad.

Relatie gemeente Kerkrade-Bewonersplatforms
De Bewonersplatforms zijn vaste gesprekspartners voor de gemeente Kerkrade in het wijkgericht werken en kunnen de gemeente gevraagd en ongevraagd adviseren over alle zaken die zij daarbij van belang vinden. De samenwerking is vastgelegd in een samenwerkingsovereenkomst.

Mijn Bewonersplatform
Kerkrade is verdeeld in 3 wijken t.w. Noord, Oost en West. Iedere wijk heeft zijn eigen Bewonersplatform. Het Bewonersplatform van jouw wijk bestaat uit inwoners van de wijk, ook jij kunt deelnemen aan de activiteiten door onze bijeenkomsten te bezoeken en mee te praten over actuele plannen en gebeurtenissen of door actief mee te doen met een van projectgroepen.

Projectgroepen
De Bewonersplatforms hebben projectgroepen die plannen maken om zaken binnen een buurt aan te pakken en die vervolgens met gemeente, organisaties en buurtbewoners te realiseren. Voorbeelden daarvan zijn de ontwikkeling van wandel- en fietsroutes, opknappen van achterpaden, organiseren van laagdrempelige cultuuravonden, wijkkranten, Buurtkamer, vrijwilligers-complimenten zoals de Bonus op Actie, Wijkpreventieteams en WhatsApp-groepen. Er gebeurt meer in de wijk zoals je ziet, maar er kan nog veel meer als alle inwoners meedoen.

Informatie over wat we allemaal doen in de wijk vind je op de internetpagina's:
Kerkrade-West
www.kerkrade-west.nl
Kerkrade-Noord
www.kerkrade-noord.nl
Kerkrade-Oost
www.kerkrade-oost.nl

Interesse?
Neem contact op met het platform van jouw wijk en je zult zien samen maken we het verschil.

Meander Wonen.
Prettig wonen voor iedereen.

Bent u 55 jaar of ouder en wilt u luxe en comfortabel wonen met de zekerheid van zorg binnen handbereik? Wilt u ook wanneer uw functioneren achteruit gaat, sociale contacten kunnen blijven onderhouden en gebruik kunnen maken van een warme maaltijdvoorziening? Kies dan voor een van de 32 luxe appartementen van Meander Wonen in Klein Winselen in Kerkrade of De Nieuwe Dormig in Landgraaf.

Bent u geïnteresseerd in een van onze appartementen neem dan contact op met de klantenservice van Meander Wonen, tel. 0900 - 6990699 of kijk op www.meanderwonen.com voor het actuele woningaanbod.

Geregeld appartementen beschikbaar.

Meander Wonen

Meander Wonen maakt deel uit van MeanderGroep Zuid-Limburg.

Workshop ‘Positief Gezond Ouder!’

Bij Positieve Gezondheid ligt het accent niet op uw ziekte of aandoening, maar op uzelf, uw veerkracht en zaken die uw leven betekenisvol maken. Het gaat uit van wat u wél in plaats van niet kan. De eigen regie en mogelijkheden staan hierbij centraal.

Het Huis voor de Zorg biedt de workshop “Positief gezond Ouder” aan. Tijdens deze workshop maakt u nader kennis met het concept van Positieve Gezondheid en hopen wij u te inspireren en motiveren om met uw eigen (positieve) gezondheid aan de slag te gaan. Kortom, een doe-workshop, vol gesprek en mogelijk aanzet tot actie.

Graag nodigen wij u uit voor de workshop ‘Positief Gezond Ouder’.

Wanneer?
30 oktober van 10.15 tot 12.15 uur
Waar?
In het Raadhuis in Kerkrade, Markt 1.

Deelname is gratis. Let op: er is een aantal beperkte plekken vrij! Bent u geïnteresseerd? Meldt u zich dan aan via gemeentehuis@kerkrade.nl Vermeld hierbij uw naam en met hoeveel personen u wilt komen.

Grensoverschrijdende samenwerking
Deze workshop wordt mede mogelijk gemaakt door het project ‘Senior Friendly Communities’ waarin de gemeente Kerkrade deelneemt.
Het project is gestart in september 2016 en heeft een looptijd van 3 jaar.

Interreg Euregio Maas-Rijn
Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling
EUROPESE UNIE

Maastricht University · Huis voor de Zorg · Mutualité Chrétienne · Dienststelle für Selbstbestimmtes Leben · Heinsberg · logo LIM Gezondheid Troef · Gezond Zuid Limburg · CHU de Liège · euPREVENT | EMR crossing borders in health

With the support of the 'European Regional Development Fund (ERDF), the European Commission is investing in your future.

Interreg Euregio Maas-Rijn Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling EUROPESE UNIE · Ministerium für Wirtschaft, Energie, Industrie, Mittelstand und Handwerk des Landes Nordrhein-Westfalen · provincie limburg · Wallonie

Fysiotherapie nodig?

Meander Paramedische Dienst

D’r Pool • Putgang 6 • Kerkrade
Anselderlaan 31 • Eygelshoven

Breed aanbod • géén wachttijden

Afspraak of meer info:
T 045 546 74 80 of
E secretariaatparamedischedienst@mgzl.nl

- Vind jij het leuk nuttig werk te doen in je vrije tijd? Meld je dan aan als vrijwilliger.
- Heb jij een lichamelijke beperking en kan de Zonnebloem wat voor je betekenen?

DE ZONNE BLOEM

Neem contact op met Frans Driessen, 045 - 54 51 946 of 06 - 30 41 03 36 fhm.driessen@home.nl

Ouderenzorg in Herzogenrath

Twee redactieleden van het Senior Bledsje willen wel eens weten hoe onze Duitse buren omgaan met hun Ouderenzorg. Op een mooie zomeravond stappen ze in de auto, op weg naar Herzogenrath, klaar voor een interview met Maria Grunnwald. Zij is volgens insiders een coryfee op het gebied van sociale zorgverlening en dat men name voor de ouderenzorg in haar gemeente.

Maria werd in Mechnernich, een stadje in de Eifel, geboren.
Ze volgde een opleiding tot lerares aan de Grundschule en na een aantal jaren werd zij adviseur van de Pedagogische Hogeschool in Bonn, ze studeerde er zelfs nog een tijd, tot ze bevoegd was als lerares van de Hauptschule.
Door haar benoeming kwam ze terecht in Herzogenrath en ging ze vol energie aan de slag.

Vol enthousiasme vertelt Maria hoe spannend ze het wel vond om in Herzogenrath te gaan wonen, een stad die zo kort bij de grens lag. Ze smulde van alle verhalen over mijnwerkers, bokkenrijders en het smokkelen. Luisteren naar de Nederlands sprekende buren, inkopen doen in Kerkrade, dit gaf Herzogenrath een charme die Maria enorm waardeerde.

De stad en haar mensen leren kennen was erg belangrijk voor Maria. In de eerste jaren, dat zij in Herzogenrath woonde, cirkelde ze ‘s avonds en in de weekenden, met haar auto, door de stad en de gebieden er omheen. Het enige wat ze dan deed was kijken naar de wegen, de huizen, de winkels, de mijnen en daarna praten met de mensen die er woonden. Wat kon zij betekenen voor hen?

“Ik heb voor drie dingen hard gewerkt in mijn leven en daar heb ik me vol voor ingezet; onderwijs, maatschappelijk werk en het huishouden.”
Het onderwijs blijkt haar grootste passie te zijn geweest. Zelfs nu 82 jaar oud, zet zij zich nog in voor kinderen met studieproblemen. Haar ogen stralen als ze verteld over haar leerlingen.
Op de tweede plaats kwam haar sociale engagement. Mensen die hulp nodig hebben, kunnen, na al die jaren, nog steeds op haar rekenen. Haar keuze voor de politieke partij SPD lag in de lijn van de verwachting, in Mechernich werd ze lid van deze partij, in Herzogenrath gingen haar activiteiten als actief lid gewoon verder, vijftien jaar lang was ze ambtelijk partijsecretaris en gemeenteraadslid.
We praten met een vrouw die actief bewogen is door de wereld waarin zij leeft, die bij alles wat ze doet haar hart laat spreken. Ze was in ieder geval geen gewone huisvrouw.

Na haar pensionering in 1997 stortte zij zich op het Seniorenwerk en richtte zij met een aantal gelijkgestemden “Senioren ohne Grenze” op. Hun doel was: Samenwerking zoeken met mensen uit Nederland en België. Wat kunnen wij van elkaar leren?
Op de Volkshogeschool studeerde Maria zelfs enkele semesters Nederlandse taal.

Door deze samenwerking zag zij in Nederland woonvormen voor ouderen. Het bejaardentehuis met de aanleunwoningen: “Die mit dem roten Knopf”. Daar werd Maria helemaal enthousiast van!
Het ging niet zonder moeite, maar via een burgerinitiatief wist zij de weg te vinden, om ook in Herzogenrath deze Seniorenwoningen te realiseren. Een doorslaand succes! Voor de eerste vijfentwintig woningen werden honderdtwintig aanvragen ingediend.

Wij kennen de Wijkpunten in onze gemeente, Maria heeft nu haar eigen kantoor gekregen in het gemeentehuis van Herzogenrath. Ouderen kunnen bij haar, op een aantal uren per week, terecht met hun vragen, net als bij ons in de wijkpunten het geval is.
Door de vragen van mensen ontstaan initiatieven; er worden bankjes geplaatst op wandelwegen, een Notfallkarte en Notfallversorgungsliste werden ontwikkeld.

Maria een vrouw die haar 80ste verjaardag vierde met vrienden uit Herzogenrath en Kerkrade en die zelfs Martin Schulz, oud-Europees-parlementariër mocht ontvangen, heeft haar sporen wel achtergelaten en is nog steeds bereid om zich in te zetten. Een bijzonder mens.

ANWB AutoMaatje zorgt voor sociaal contact

Even boodschappen doen of een partner in het verzorgingshuis bezoeken is niet voor iedereen vanzelfsprekend. Ben je als oudere minder mobiel en zijn er weinig mogelijkheden om vervoer via familie of kennissen te regelen, dan is ANWB AutoMaatje wellicht een oplossing.

Opzet ANWB-automaatje

Het project is een initiatief van de ANWB in samenwerking met de Gemeente Kerkrade en Welzijnsinstelling Impuls. ANWB AutoMaatje is een vervoersservice waarbij vrijwilligers minder mobiele plaatsgenoten op verzoek vervoeren. Vrijwillige chauffeurs gebruiken daarvoor hun eigen auto.
Dit vervoer beperkt zich niet tot een bezoek aan ziekenhuis, dokter of fysiotherapeut. U schakelt ANWB AutoMaatje ook gewoon in voor leuke doelen zoals een bezoekje afleggen, naar de kapper gaan of gezellig winkelen.
Om gebruik te kunnen maken van ANWB AutoMaatje hoeft u alleen maar contact op te nemen met de lokale ANWB AutoMaatje coördinator bij Impuls. Aanmelden voor ANWB AutoMaatje is gratis. U betaalt alleen een kleine onkostenvergoeding van 30 cent per kilometer per rit aan de vrijwilliger.
Eenmaal aangemeld als deelnemer ontvangt u een deelnemerskaart en kunt u telefonisch uw vervoerswens kenbaar maken bij Impuls. Daar gaat men dan proberen een vrijwilliger voor deze rit te vinden. Is die eenmaal gevonden, dan wordt u daarvan op de hoogte gesteld en worden de afspraken vastgelegd. Geef u verzoek minimaal 2 dagen van te voren door, zodat er voldoende tijd is een beschikbare vrijwilliger te vinden.

Sociaal contact

Zo'n rit is meer dan vervoer alleen. Vaak gaan de chauffeurs mee op doktersbezoek of om boodschappen te doen. En elke rit betekent een nieuw sociaal contact, een gesprek tussen deelnemer en chauffeur. ANWB AutoMaatje beoogt dan ook meer te zijn dan een vervoersvoorziening. Ook de daaruit voortvloeiende sociale contacten zijn van groot belang in het kader van de bestrijding van eenzaamheid.

Eerste resultaten

Inmiddels zijn we een aantal maanden bezig en kunnen de eerste resultaten worden bezien. Gedurende de eerste 2 maanden hebben zich ongeveer 30 inwoners van Kerkrade als deelnemer gemeld. Er zijn in die periode 45 ritten aangemeld en in alle gevallen is een passend vervoersaanbod gedaan. Vaak betrof het ritten naar ziekenhuis of dokter, maar ook familiebezoek of winkelen kwamen voor. Opvallend is ook, dat er banden ontstaan tussen klanten en chauffeurs, mensen die vaker met dezelfde vrijwilliger op pad gaan.

Heel blij met het ANWB-maatje

Zo ook Marie-Louise Giesen, die vervoer zocht voor een bezoek aan het kerkhof. Met de vrijwilligster die haar naar het kerkhof bracht, ontstond vrijwel meteen een klik. Al snel bleek, dat er meer behoefte was aan een gesprek of de mogelijkheid eens naar bijvoorbeeld Rolduc te gaan voor een wandeling of samen een kopje koffie te drinken. Aangezien beiden daar wel voor voelden, zijn ook deze ritten via ANWB AutoMaatje gepland en is er een sociaal contact ontstaan.
Marie-Louise is zeer blij met hetgeen AutoMaatje haar op deze manier te bieden heeft. Ze is er eens even uit. Ook is ze erg blij, dat er vrijwilligers zijn die dit werk doen. Ze is zeker van plan nog veel meer gebruik te maken van ANWB AutoMaatje en zo ook nog andere vrijwilligers te ontmoeten.

Wilt u iemand blij maken en ANWB-automaatje worden?

Met de stijgende vraag om vervoer via AutoMaatje, is het ook van belang nog meer vrijwilligers te vinden die als chauffeur aan AutoMaatje willen deelnemen. Vrijwilligers krijgen een vergoeding van € 0,30 per kilometer plus eventuele parkeerkosten. De auto moet APK gekeurd zijn en minimaal een WA-verzekering met inzittendendekking hebben. Vrijwilligers moeten jonger zijn dan 75 jaar en er kan om een Verklaring Omtrent Gedrag gevraagd worden.

Aanmelden als klant of vrijwilliger?

Bel Impuls (045) 545 63 51 van maandag tot en met vrijdag tussen 9:00 uur en 12:00 uur of mail naar: automaatje@impulskerkrade.nl.

't Sjpetaal is werm óp!!!!

zuyderland

ZUYDERLAND MEDISCH CENTRUM KERKRADE

Zuyderland medisch centrum Kerkrade is een modern en geheel gerenoveerd nieuw medisch centrum geworden. Het is compact en mede daardoor bijzonder geschikt voor ouderen. De loopafstanden zijn door de compacte indeling relatief beperkt. Je kunt met de auto voorrijden en je bent binnen vijftig meter op de plek van bestemming.

In het nieuwe Zuyderland Kerkrade zijn de volgende functies gehuisvest:
Op de begane grond:

- Polikliniek Dermatologie
- Benenpoli Dermatologie
- Dagbehandeling Dermatologie
- Polikliniek KNO
- Poli Oogheelkunde
- Functieonderzoek Oogheelkunde
- Bloedafname

Op de 1e etage

- Longrevalidatie COPD
- Polikliniek Psychiatrie/ Psychologie
- Groepsbehandeling Psychiatrie/Psychologie

Daarnaast willen we in de toekomst functies uitbreiden. Tijdens de renovatie zijn flexibel bruikbare spreek-/onderzoekruimten gerealiseerd welke in de toekomst voor diverse functies bruikbaar zijn. Hierdoor is de locatie Kerkrade voorbereid op nieuwe toekomstige ontwikkelingen.
De poli's zijn voor patiënten na de grondige verbouwing weer gewoon in bedrijf.

Enkele reacties van ouderen, gevraagd door onze redactie

- Wat ee jeluk, nit mee noa Heële...!
- Woarum nit alle poli's tseruck? ...Jeld is óp...sjpa're...!

Nieuws Cekanet

SENIORWEB KERKRADE — CeKaNet Kerkrade

Na de zomervakantie beginnen op maandag 20 augustus de nieuwe cursussen. Zoals al eerder vermeld worden er lessen gegeven in kleinere groepen. Mocht u een bepaalde cursus willen volgen die u niet kunt vinden in de lijst op onze site (www.cekanetkerkrade.nl) dan kunt u contact opnemen met ons en wellicht vinden wij een oplossing.

De service die Cekanet biedt aan leden van Meander bieden wij, na 20 augustus, óók aan voor de leden van de KBO. Dit betekent dat als u bij aanmelding uw lidmaatschapnummer van Meander of KBO opgeeft, u 10% korting krijgt op de cursusprijs, niet op het lesboek! Wij hopen hierdoor nog meer mensen over de streep te trekken om te beginnen aan een cursus voor computer of tablet, want u merkt het steeds meer dat digitale kennis nodig is als u volwaardig mee wilt blijven functioneren in onze samenleving.

Contact kunt u altijd opnemen via (045) 545 58 24 of (045) 535 39 80.

STADSPARK

DE GEWONE VLEUGELNOOT!

Vrij schaars, maar in ons Stadspark te vinden bij de ingang aan de Niersprinkstraat. Deze bijzondere boom heeft, mede door zijn groeikracht een dominante uitstraling en is goed bestand tegen vandalisme.

Kenmerken Vorm: korte bonkige stam, dikwijls meerstammig of met een krans van zware takken. Loof: sappig groen, mooi weelderig ogend. Schors: grijs bruin, met zeer ruwe kruisende ribbels. Bladeren: groot geveerd met langwerpige, zittende, elkaar bij de voet bedekkende, vrij slappe blaadjes. Loten: dik, vrijwel kaal. Knoppen: vaak iets verwijderd van het bladlitteken uit het vorige jaar. Vrouwelijke bloemen: in aarvormige, tot 50 cm lange katjes, de hele zomer opvallend aanwezig. Vruchten: groene noten met 2 afgeronde, scheef aangehechte, 1 cm lange vleugels. De moeite waard om even tijdens het wandelen bij stil te staan!

(bron; bomengids van Europa, ANWB)

Samenwerking thuiszorg en ziekenhuis Zuyderland succesvol!

Onnodige opnames in het ziekenhuis voorkomen. Dat is de inzet van de samenwerking van Meander Thuiszorg met Zuyderland Medisch Centrum in Heerlen en Huisartsen Oostelijk Zuid-Limburg. De samenwerking verloopt succesvol: in één jaar tijd werden ruim 150 opnames voorkomen. Het begon op 1 april 2017 als een proef bij de Spoedeisende Hulp (SEH) en Huisartsenpost (HAP). Inmiddels is de samenwerking uitgebreid naar de acute opname afdeling (AOA). Wijkverpleegkundigen adviseren medewerkers van deze drie posten over het inzetten van passende thuiszorg. Dat doen zij de klok rond, zeven dagen in de week. Bovendien kunnen zij die thuiszorg zelf regelen, waardoor een opname vaak overbodig wordt. En soms nemen ze taken van de huisarts over.

Na een spoedbezoek fijn weer naar huis

Bijna niemand wil na een spoedbezoek aan het ziekenhuis graag opgenomen worden. Integendeel. “De meeste mensen vinden het echt veel fijner om weer naar huis te kunnen gaan, mits het thuis goed geregeld is”, vertelt wijkverpleegkundige Marion Collet.

Dat is precies waar de wijkverpleegkundigen in het ziekenhuis zich voor inzetten: patiënten, als dat mogelijk is veilig en verantwoord naar huis laten terugkeren. De samenwerking heeft veel voordelen voor patiënten in de regio, vertelt wijkverpleegkundige Anke Kromhout: “Zo kunnen wij ’s avonds en ’s nachts medische handelingen bij mensen thuis verrichten. Stel: iemand belt de Huisartsenpost, omdat zijn katheter is losgeschoten. Normaal moet die patiënt dan wachten tot een huisarts van de post kan langskomen. Of zelf naar de post rijden en daar gaan zitten wachten. Nu kan de Huisartsenpost met ons overleggen en kunnen wij naar de patiënt toe, dat is voor hem of haar veel prettiger.”

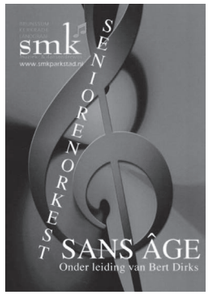
Onnodige opnames

Maar het grootste voordeel blijft dat onnodige opnames worden voorkomen. Want dankzij het overleg van artsen met wijkverpleegkundigen, wordt sneller duidelijk of iemand met de inzet van thuiszorg naar huis kan. “Wij kunnen de artsen van de Spoedeisende Hulp nu adviseren en waar nodig thuiszorg organiseren. Of mensen advies geven welke maatregelen ze thuis zelf kunnen treffen. Zo houden zij zelf de regie”, vertelt Marion Collet. “Andersom is het mogelijk dat wij adviseren om iemand niet naar huis te sturen als de situatie dat niet toelaat. Daarnaast kijken wij naar het netwerk van patiënten.” Anke Kromhout knikt: “Zo kwam laatst een vrouw op de Spoedeisende Hulp binnen met een gebroken been. Ze zorgde thuis voor haar dementerende man. Zij kon toch naar huis, omdat we zowel voor haar als hem thuiszorg hebben geregeld. In deze situatie hebben we ook de casemanager dementie erbij betrokken.” Op deze manier kan de juiste zorg op de juiste plaats geboden worden, klinkt het eensgezind.

Enthousiast

De wijkverpleegkundigen zijn verdeeld over drie teams: overdag is dat het team Care en Cure, buiten kantooruren (alleen niet ’s nachts) het team Zuyderland en ’s nachts een wijkverpleegkundige van de nachtzorg van Meander. Alle wijkverpleegkundigen zijn enthousiast over de samenwerking. En dat geldt ook voor artsen en huisartsen, vertelt Anke Kromhout. “Niemand wil dat mensen onnodig in het ziekenhuis liggen, want dat is helemaal niet goed.” Ja, beaamt Nicole Thomas, die de samenwerking als programmamanager Care en Cure voor alle betrokkenen coördineert. Zo doen ook de zorgorganisaties Cicero en Sevagram mee, omdat die diensten leveren waarnaar verwezen kan worden. “In het begin was nog wel sprake van koudwatervrees, maar die is helemaal verdwenen”, zegt Nicole Thomas.

Muzikale Kaffieëklatsj “Sans Âge”



Het seniorenorkest Sans Age “Leeftijd doet er niet toe” onder leiding van dirigent Bert Dirks organiseert in “De week van de eenzaamheid” op zaterdag 29 september 2018 een Muzikale Kaffieëklatsj, een concert voor eenzame ouderen in de HuB te Kerkrade, aanvang 13.00 uur.

Week van de Eenzaamheid

Met dit speciale koffieconcert wil het Seniorenorkest Sans Âge de eenzaamheid op muzikale wijze tegen gaan met een mooi gevarieerd repertoire om zo de eenzame ouderen onderling in contact te brengen, te verbinden en om bekenden te kunnen treffen tijdens het koffieconcert in de week van de eenzaamheid.

Van harte welkom

U bent van harte uitgenodigd om samen met ons en het seniorenorkest Sans Âge te genieten van een mooi stukje muziek. Muziek stimuleert de hersenen je wordt er blij, fit en gelukkig van.

Organisatie

De initiatiefnemer en organisator van dit concert is Truus Ploum-Cools, ouderenadviseur van Impuls Kerkrade. Zij bezoekt ouderen thuis in het kader van het project eenzaamheid. Tevens is zij de gitarist, coördinator en contactpersoon binnen het Seniorenorkest Sans Âge. Sans Âge maakt deel uit van de Stichting Muziekschool Kerkrade (SMK).

Opening

De opening van dit koffieconcert wordt verricht door de heer Leo Jongen wethouder Wmo.

Toegang

De toegang is gratis inclusief een kopje koffie. Wel een plekje reserveren, want vol is vol! Kaarten zijn verkrijgbaar aan de kassa van het Theater in Kerkrade, Theaterplein 30 of reserveren via telefoon (045) 571 66 07.

Support

Dit koffieconcert is mede mogelijk gemaakt door Seniorenorkest Sans Âge, het Theater Kerkrade de HuB, Meandergroep Zuid-Limburg en het Cultuurcluster HuB Kerkrade.

Meldpunt Eenzaamheid

Voor meer informatie kunt u bellen met het meldpunt Eenzaamheid Ouderenwelzijn Impuls Kerkrade, telefoon (045) 545 63 51.

Was- en strijkservice

Voor wie is de was- en strijkservice?

Sinds 2 november 2015 beschikt de gemeente Kerkrade over een was- en strijkservice. Met een indicatie van de Wmo voor “hulp bij het huishouden basis” en specifiek voor de algemene voorziening “was en strijkservice van d’r Sjalter”, kunt u gebruik maken van deze service.

D’r Sjalter

De was- en strijkservice wordt in samenwerking met de gemeente Kerkrade
verzorgd en uitgevoerd door d’r Sjalter.

Zijn er kosten aan verbonden?

U kunt 1 keer per week een wasmand aanbieden waarvoor u € 2,50 betaalt. Uw was wordt door d’r Sjalter opgehaald en nadat deze is gewassen en netjes gestreken, weer teruggebracht.

Hoe kan ik d’r Sjalter inschakelen?

Om d’r Sjalter in te schakelen kunt u van maandag tot en met vrijdag tussen 08.00 en 16.00 uur contact opnemen via telefoonnummer (045) 535 48 00. Een mail sturen kan ook naar info@sjalter.nl. Een medewerker van de was- en strijkservice van d’r Sjalter komt eerst naar u toe om alles uit te leggen.

stichting werkcorporatie d’r Sjalter dat werkt! sinds 1999 kerkrade

Reactie op uitgave 02.2018 van ons blad.

Op het door ons geplaatste gedicht “heemwiee” hebben wij positieve reacties ontvangen. Terecht kregen wij echter ook een opmerking binnen, namelijk van mevrouw Engels, die ons vertelde dat dit een gedicht was uit haar bundel.

Bij dezen onze excuses.

IK KAN DE DOOD VAN MIJN MAN BETER PLAATSEN

Aan het woord is mevrouw Wetzler, 69 jaar, wonend aan de Zonstraat. "Ik heb me gemeld bij het Meldpunt Eenzaamheid omdat mijn man toen al een tijdje overleden was en ik voelde me echt eenzaam. Iemand van Impuls is toen op bezoek geweest en die heeft me geattendeerd op een rouwverwerkingsgroep. Daar ben ik een paar keer naartoe geweest. Het was fijn om met gelijkgestemden bij elkaar te zijn, maar de groep hield nogal plotseling op".

Mevrouw Wetzler belandde op de lijst "eenzame ouderen" van Impuls en tot haar genoegen werd ze uitgenodigd voor een dagje GaiaZOO. Ze heeft een jaarabonnement en een uitje met een groep is haar uitstekend bevallen. "Alleen is ook maar alleen, je hebt niemand met wie je wat kunt vertellen".

Gewoon naar toe gaan

Iedere week bezoekt mevrouw Wetzler haar zus in Kling Nullet en ook komt ze vaker in de Hamboskliniek. Daar las ze over een lezing rouwverwerking. Mevrouw Wetzler vertelt dat ze meteen naar de receptie is gegaan en op een groot papier datum en tijd heeft opgeschreven. Deze lezing, van Manu Keirse en het bijbehorende boek (Vingerafdruk van Verdriet) hebben haar heel goed geholpen met de verwerking van het overlijden van haar echtgenoot. Ze kan de dood van haar man nu beter plaatsen. Het boek en ook de andere boeken van deze schrijver kan ze iedereen aanraden. Dat mevrouw ondernemend is blijkt wel uit het feit dat, toen ze stopte met kienen, ze op zoek ging naar iets anders: "Ik heb een gebroken rug en kan daarom niet aan alle bewegingsactiviteiten meedoen. Toen wees iemand van Impuls me op zit yoga. Ik ben daar gewoon naartoe gegaan en ik werd meteen opgenomen in de groep. Ik vind het heel leuk om te doen".

Even afleiding

"Ik hoorde een flatbewoner praten over een buurtontbijt en spitste meteen mijn oren. Ik heb er even over nagedacht en toen ik hem er weer over hoorde praten dacht ik waarom niet, heb je op zondagmorgen ook wat te doen. Ik ontmoette er meteen mensen die ik kende en voor € 1,50 een ontbijt, waar krijg je dat nog?." aldus mevrouw Wetzler. "Weet je, de eenzaamheid los ik er niet mee op, want als je thuis komt, valt het toch weer op je, maar je hebt even afleiding en denkt even niet na. Daar gaat het om".

Informatie Buurtontbijt en Meldpunt Eenzaamheid

Het Buurtontbijt wordt iedere zondagmorgen georganiseerd in het gebouw van Novizorg aan het Old Hickoryplein, van 9.30 tot 11 uur. Met een 5 rittenkaart kost het 5 euro.
Het Buurtontbijt zoekt nog vrijwilligers. Wilt u meewerken aan het Buurtontbijt of deelnemen, neem dan contact op met Mandy Römkens via telefoon 06 - 34 10 37 30.
Het Meldpunt Eenzaamheid is iedere werkdag bereikbaar via Impuls (045) 545 63 51.

Mevrouw Wetzler te midden van andere deelnemers van het Buurtontbijt.

De zomer voorbij

***Nu de zomer bijna voorbij is en de wintermaanden weer voor de deur staan, bent u misschien op zoek naar een leuke activiteit.
Dit kan op het educatieve, het recreatieve of het beweeglijke vlak zijn.***

Daarom biedt Kerngroep Centrum Zuid u op het educatieve vlak in het najaar Engelse of Spaanse les voor beginners aan.

Wilt u leuk en gezellig bezig zijn dan is sjoelen, koersballen, bloemschikken of een hobbyclubje misschien wel iets voor u.

Wilt u lekker bewegen dan zijn er verschillende mogelijkheden zoals: yoga, zityoga, gym, thai-chi, bewegen op muziek, ismakogie (Westerse bewegingsleer) of de trend body en mind. Dit is een combinatie van yoga, thai-chi en pilates, waarbij u flexibiliteit en kracht opbouwt en een gevoel krijgt van rust en kalmte.

Deze activiteiten zijn voor alle leeftijden en worden meestal overdag gegeven behalve Engels en Spaans. Deze zijn in de avonduren. De meeste activiteiten vinden plaats in het Patronaat te Bleijerheide of het Catharinahoes op de Holz. Voor meer informatie neem dan contact op met de voorzitter mevrouw Geurts, telefoonnummer 06 12260888 of kijk op de website van Kerngroep Centrum Zuid.

Bij Kerngroep Kerkrade Noord zijn er 2 hobby-groepen waar een aantal dames handwerken. Samen breien en borduren is best inspirerend en erg gezellig. Er is nog plek op donderdagmorgen van 9.30-11.30 uur en van 13.30-16.00 uur De activiteit vindt plaats in het Socioproject te Eijgelshoven, in de ouderensoos. U kunt zich daar rechtstreeks aanmelden, maar u kunt ook contact opnemen met de voorzitter mevrouw Ria Berikoven (06 47442415).

Cursus bloemschikken kerngroep Terwinselen

Op 27 september starten we weer met bloemschikken!
Er zijn nog enkele plekken vrij... dus meld u snel aan.
De lessen vinden plaats één keer per maand op donderdagavond van 19.00 tot 21.00 uur (in 't Stjaater Hoes gelegen aan de Schaesbergerstraat 27a)
Heeft u interesse dan kunt u zich aanmelden tot 20 september 2018 bij de voorzitter van kerngroep Terwinselen:
Per email: edschaaf46@gmail.com of telefonisch (045) 541 07 97
De lessen moeten vooraf betaald worden. De kosten bedragen €15,00 per les inclusief materiaal.

Deze cursussen worden ook bij andere kerngroepen gegeven. Mocht het vervoer een probleem zijn, verschillende activiteiten worden ook in andere wijken gegeven. Informeer bij Team Welzijnswerk Kerkrade telefoon (045) 545 63 51 en vraag naar Mariska Vreuls of Marco Vanhommerig.

WIJKPUNTEN SAMEN LEVEN

Samen kunnen we meer dan alleen. Door krachten te bundelen en mogelijkheden beter op elkaar af te stemmen, kunnen we meer betekenen voor de mensen om ons heen die zorg en hulp nodig hebben in hun eigen omgeving. Want zelfredzaamheid, sociale contacten en mee kunnen blijven doen in de maatschappij zijn van groot belang voor ieder mens.
De verschillende Kerkraadse (zorg)organisaties werkzaam in het lokale sociale domein maken gebruik van elkaars kracht. Ze werken zoveel mogelijk samen, maar vragen ook van de inwoners van Kerkrade hun bijdrage aan die samenwerking. De één vindt het fijn iets voor een ander te doen en die ander kan de hulp heel hard gebruiken. Door als samenwerkende organisaties inwoners aan te spreken op hún eigen kracht en die te bevorderen ontstaat er buurtkracht; deze informele zorg, zoals vrijwilligerswerk, zorgt er voor dat mensen mee kunnen blijven doen in de maatschappij. Met meer sociale contacten en sociale samenhang tot gevolg. Eigenlijk wisten we het al: samen staan we sterk! In Kerkrade wordt dit binnen 'Samen Leven' in de praktijk gebracht.
Heeft u vragen over de samenwerking of wilt u meer weten over de visie, doelstellingen, organisatie en aanpak van 'Samen Leven'? Of wilt u meer weten over de wijkpunten Samen Leven en hun programma's en activiteiten? Stuur dan een e-mail. Samen Leven Kerkrade heeft een eigen e-mailadres: samenleven@kerkrade.nl - Ook bereikbaar via 045-14045

Op diverse plekken in de Kerkraadse wijken zijn wijkpunten. Inwoners kunnen er terecht met hulpvragen of hulpaanbod en ideeën.

Kling Nullet	Maria Gorettistr. 24	**Pietershof**	Akkerheide 64
Laethof	Putstr. 1	**Firenschat**	Schaesbergerstr. 25
Socioproject	Laurastr. 10	**P3**	St. Pieterstr. 3
D'r Prick	Pricksteenweg 1b	**Centrum; Gebouw Novizorg**	Old Hickoryplein 1
Auw Noeëdkirch	Ons Limburgstr. 57	**'t Westhoes**	Kampstr. 50

activiteitenagenda

van september tot en met december 2018

Alzheimercafé	Elke 2e dinsdag van de maand	Themabijeenkomst Zorgcentrum Tobias, P. Malherbestr. 2, Heerlen. Aanvang 19.00 uur.
Steunpunt Mantelzorg Ruggesteun en Toon Hermanshuis	Elke 2e donderdag van de maand	Themabijeenkomst en vragenuurtje van mantelzorgers. Nieuw adres: Verpleeghuis Hambos. Multiruimte 2 (beg.grond) Kapellaan 2, Kerkrade van 14.00 tot 16.00 uur.
Maandag	10 september	CVO: Aanvang kwajongenscompetitie 2018 - 2019. Tijdstip: 13.30 uur. Locatie Café Ackens.
Donderdag	13 september	KBO: Lange wandeling. Informatie Jan de Ruiter, telefoon: (045) 546 26 15
Zondag	16 september	Tieëkezinge van 19.00 - 22.00 uur in de Wieëtsjaf aan de Markt.
Maandag	17 september	CVO: Kerkraads-kwajong kampioenschap 2018 Locatie Café Ackens. Tijdstip 13.30 uur.
Dinsdag	18 september	KBO: Lezing in samenwerking met KBO Landgraaf. Informatie Jan Linders, 06 13 05 45 76
Dinsdag	18 september	Korte wandeling Strijthagen en Overste Hof. Informatie Jan Beckers, telefoon: (045) 546 28 29
Vrijdag	21 september	KBO: "Samen aan Tafel" Informatie Jan Beckers, telefoon: (045) 546 28 29
Donderdag	27 september	KBO: Dagtocht naar de Gelderse Poort (Millingen en Kleve) met aansluitend diner. Kosten: € 65,- voor leden, voor niet leden € 75,- Aanmelden bij Gerda Bronnenberg, telefoon: (045) 546 06 03
Zaterdag	6 oktober	Boekenbeurs van 11.00 -15.00 uur in de Laethof.
Woensdag	10 oktober	KBO: Informatiebijeenkomst met als thema "Brandveilig Leven" Tijdstip 14.00 uur. Locatie Catharina Hoes. Aanmelden Gerda Bronnenberg, telefoon: (045) 546 06 03
Vrijdag	19 oktober	KBO: Lange wandeling. Aanmelden Jan de Ruiter, telefoon: (045) 546 26 15
Woensdag	31 oktober	KBO: Korte wandeling rond Erenstein. Aanmelden Jan Beckers. telefoon: (045) 546 28 29
Zaterdag	3 november	Boekenbeurs van 11.00 uur tot 15.00 uur in de Laethof
Woensdag	14 november	KBO: Informatiebijeenkomst met als thema: "Brandveilig wonen". Tijdstip 14.00 uur. Locatie Catharina Hoes. Aanmelden Gerda Bronnenberg, telefoon: (045) 546 06 03
Vrijdag	16 november	KBO: Lange wandeling. Informatie Jan de Ruiter, telefoon: (045) 546 26 15
Zondag	18 november	Unicef Bridgedrive met lunch in 't Sjaater Hoes. Kosten € 25,- Tijdstip 12.00 uur. Ontvangst 11.30 uur Aanmelden mfdiekeman@home.nl of telefonisch bij Elly Spierts (045) 541 80 42
Zondag	18 november	Mannenkoor David Spekholzerheide. Opluisteren Eucharistieviering in de Hamboskliniek. Tijdstip 10.45 uur
Donderdag	22 november	KBO: "Samen aan tafel" Informatie Jan Beckers, telefoon: (045) 546 28 29
Zaterdag	1 december	Boekenbeurs van 11.00 tot 15.00 uur in de Laethof
Zondag	2 december	Mannenkoor David Spekholzerheide. Opluisteren Eucharistieviering Kerk Terwinselen. Tijdstip 10.00 uur

Impuls voor iedereen!

- maatschappelijk werk
- sociaal raadslieden
- vrijwilligerscentrale
- jeugd- en jongerenwerk
- bureau integratie
- ouderenwelzijn
- ouderenadvies

Impuls

BEZOEKADRES Marktstraat 6, Kerkrade T (045) 545 63 51 **www.impulskerkrade.nl**
CORRESPONDENTIE Postbus 65, 6460 AB Kerkrade impuls@impulskerkrade.nl