

UITGAVE VAN WONEN PLUS WELZIJN - Lokaal, laagdrempelig en samen sterk voor ieders welzijn!

SAMEN IN HET KOOKCAFÉ



ONTMOETINGEN



6,7,30

SAMEN ETEN VERBINDT



15

SERIEUS LANGEDIJK



27

THUISABONNEMENT: EEN HELPENDE HAND

Als het allemaal niet zo gemakkelijk meer gaat is een helpende hand vaak erg welkom. U vindt de hulp die u zoekt bij Wonen Plus Welzijn. Voor een klein bedrag per maand kunt u een Thuisabonnement afsluiten. Hiermee kunt u hulp krijgen bij onder meer onderhoud in de tuin of in en om de woning, vervoer, boodschappen, administratie etc.

Dit wordt gedaan door deskundige vrijwilligers. Indien u een woning huurt bij een Woningbouwvereniging, kan het zijn dat u korting krijgt op het Thuisabonnement. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met het servicepunt in uw regio.

MAALTIJDENSERVICE

Thuisbezorging van koelverse maaltijden. De maaltijden voor Schagen, Hollands Kroon en Dijk en Waard worden onder meer bereid door Voedingsdienst Samen en thuisbezorgd door vrijwilligers van Wonen Plus Welzijn. Wilt u gebruikmaken van onze maaltijdservice of informatie hierover inwinnen, dan kunt u elke werkdag tussen 8.30 en 12.00 uur contact opnemen met het Maaltijdservicepunt van WPW

via tel. **0224-273150** of maaltijden@wonenpluswelzijn.nl. In Langedijk worden ook warme maaltijden bezorgd, bereid bij Chantel's Mengelmoes. Koelverse maaltijden in Heerhugowaard worden hier tevens bereid door Van Hoeckel. Contact: Tel. **072-5717170** of dijkenwaard@wonenpluswelzijn.nl.

WAT BIEDT WONEN PLUS WELZIJN NOG MEER?

ADMINISTRATIEVE ONDERSTEUNERS

Vrijwilligers worden ingezet om mensen die de grip op hun administratie kwijt raken te ondersteunen. Met bijvoorbeeld het inzicht geven in administratie: begroting maken, post openen en ordenen, toeslagen aanvragen.

BUURTVERBINDER / KWARTIERMAKER / ONDERSTEUNING BIJ INITIATIEVEN

In gesprek gaan over behoeftes met buurtbewoners en op locaties waar mensen samenkomen. Zichtbaar zijn in buurten. Adviseren en stimuleren van buurt- en burgerinitiatieven.

CURSUSSEN / ACTIVITEITEN / VOORLICHTING

Wij bieden een uitgebreid programma met cursussen, (ontmoetings)activiteiten en voorlichtingsbijeenkomsten.

DOET & ONTMOET / ONTMOETEN EN MEEDOEN

Bijeenkomsten om andere mensen te leren kennen en om contacten op te bouwen. De activiteiten zijn creatief, actief, recreatief, educatief en vooral erg gezellig.

INFORMATIE / ADVIES / ONDERSTEUNING

Voor vragen op welzijnsgebied kunt u terecht bij onze vrijwillige onafhankelijke adviseurs (VOA's). Voor vragen over wonen kunt u terecht bij onze Senioren Woonadviseur.

INZET ZORGVRIJWILLIGERS / MANTELZORG-ONDERSTEUNING

Een steuntje in de rug voor ieder die zorgt voor een ander. Deskundige vrijwilligers nemen (tijdelijk) de zorg en aandacht voor een deel even over. Denk aan een gesprek, samen erop uit of een hobby of activiteit uitoefenen. Een steuntje in de rug voor ieder die zorgt voor een ander.

TAALMAATJES

Vrijwilligers ondersteunen mensen bij het verbeteren van het spreken, lezen en schrijven in de Nederlandse taal.

WERKLEERBEDRIJF DE FACTORIE

Ondersteuning op weg naar (vrijwilligers)werk. Kandidaten krijgen ondersteuning op maat. Het is mogelijk werkervaring op te doen binnen alle diensten van WPW. In Dijk en Waard is er eenzelfde soort project, Talent voor Ambacht.

AANDACHT VOOR VERLIES (SCHAGEN)

Een luisterend oor wanneer u graag uw verhaal deelt met iemand van buitenaf.

CONTACTCIRKEL

(DIJK EN WAARD & HOLLANDS KROON)

Deelname aan de contactcirkel zorgt voor een gevoel van veiligheid en onderlinge verbondenheid. Dagelijks belt een groep deelnemers met elkaar.

MEEDOEN (DIJK EN WAARD)

Statushouders een dagbesteding bieden en te begeleiden naar een volwaardige plek in de samenleving.

ONDERSTEUNING NA CVA (SCHAGEN)

Wekelijkse ontmoeting voor mensen die een CVA door gemaakt hebben. Toegankelijk voor deelnemers die in het bezit zijn van een Wlz-indicatie. De bijeenkomsten hebben als thema erkenning en herkenning, lotgenotencontact, netwerkversterking en de draad van het leven weer oppakken en leren omgaan met de beperkingen na het doormaken van een CVA.

STEUNPUNT MANTELZORG (DIJK EN WAARD)

Een steuntje in de rug voor iedereen die voor een ander zorgt. Voor informatie, advies, begeleiding en lotgenotencontact.

BUURTBEMIDDELING

Wat als je niet (meer) met je burens overweg kunt en er steeds meer irritaties ontstaan. Door bijvoorbeeld harde muziek, blaffende honden of tuinproblemen. Als samen praten niet lukt, kunt u contact opnemen met Buurtbemiddeling. Het doel van Buurtbemiddeling is om (weer) het gesprek tussen u en uw burens op gang te brengen, zodat u samen tot een oplossing kunt komen.

Meer informatie en contact:

Buurtbemiddeling Schagen

www.buurtbemiddelingschagen.nl

info@buurtbemiddelingschagen.nl

Of neem contact op met het servicepunt via: 0224-291042 (van ma t/m vr. tussen 09.00 en 17.00 uur).

Buurtbemiddeling Dijk en Waard

www.buurtbemiddelingdijkenwaard.nl

info@buurtbemiddelingdijkenwaard.nl

Of neem contact op met het servicepunt via: 072-5717170 (van ma. t/m vr. tussen 09.00 en 12.00 en tussen 13.00 en 16.00 uur).

BEZOEKERSADRESSEN

Werkleerbedrijf De Factorie en kantoor Schagen
Zijperweg 14, 1742 NE Schagen, tel. 0224-273140

Werkleerbedrijf De Factorie en kantoor Hollands Kroon
Kruiswijk 14A, 1761 AR Anna Paulowna

Werkleerbedrijf De Factorie Dijk en Waard
Rozenlaan 2, 1702TG Heerhugowaard
tel. 072-5717170

ADRESSEN EN TELEFOONNUMMERS VAN DE SERVICEPUNTEN VAN WONEN PLUS WELZIJN**De Balie/ Servicepunt Schagen/ Markt 18**

Torenstraat 1A, 1741 CB Schagen

Tel. 0224-291042

Ma. t/m vr. van 10.00 tot 13.00 uur.
schagen@wonenpluswelzijn.nl

Servicepunt Anna Paulowna

Keijzershoff 64, Anna Paulowna

Tel. 0223-535826

Ma. t/m vr. van 9.00 tot 12.00 uur.
annapaulowna@wonenpluswelzijn.nl

Servicepunt Nieuwe Niedorp

Watersnip 72, Nieuwe Niedorp

Tel. 0224-542660

Ma. t/m vr. van 9.00 tot 12.00 uur.
niedorp@wonenpluswelzijn.nl

Servicepunt Hippolytushoef

Parkzicht 11, Hippolytushoef

Tel. 0227-591570

Ma. t/m vr. van 9.00 tot 12.00 uur.
wieringen@wonenpluswelzijn.nl

Servicepunt Wieringerwerf

Cultuurschuur, Loggersplein 1, Wieringerwerf

Tel. 0227-600079

Ma. t/m vr. van 9.00 tot 12.00 uur.
wieringermeer@wonenpluswelzijn.nl

Servicepunten Dijk en Waard

Trefpunt Rozenlaan, Rozenlaan 2, Heerhugowaard

Ma., wo. en vr. van 9.00 tot 12.00 uur.

De Binding, Bosgroet 12, Zuid-Scharwoude

Ma., di. en do. van 9.00 tot 12.00 uur.

Tel. 072-5717170

dijkenwaard@wonenpluswelzijn.nl

Telefonisch bereikbaar van ma. t/m vr. van 9.00 tot 12.00 uur en van 13.00 tot 16.00 uur.

NOORDKOPVOORELKAAR EN VRIJWILLIGERSPUNT DIJK EN WAARD

De plekken waar vraag en aanbod op het gebied van vrijwilligerswerk bij elkaar komen.

Vrijwilligerspunt Noordkopvoorelkaar Markt 18

Torenstraat 1A, 1741 CB Schagen, tel. 0224-291042.

Donderdag van 10.00 tot 12.30 uur.

info@noordkopvoorelkaar.nl

www.noordkopvoorelkaar.nl

Tel. 072-5717170

info@hetvrijwilligerspuntdijkenwaard.nl

www.hetvrijwilligerspuntdijkenwaard.nl

VERVOER

Deur tot deur vervoer naar sociaal-recreatieve bestemmingen binnen de gemeentegrens van Dijk en Waard. Onze lokale vervoersvrijwilligers halen en brengen u graag naar uw sociale/recreatieve activiteit. Gezellig en laagdrempelig. Medisch vervoer nodig (naar behandeling of specialist)? Dat kan ook binnen de gemeentegrens. Overleg met onze planners naar de mogelijkheden. Aanmelden via de desbetreffende servicepunten. Voor Schagen is er de 60+ bus. Reserveren via tel. 0224-272888 van maandag t/m vrijdag tussen 14.00 en 15.30 uur. De Seniorenbus is te reserveren voor de regio 't Zand, Sint Maartensbrug en de kustdorpen via tel. 0223-535826 tussen 9.00 en 11.00 uur.

VERVOER VIA GRAAG GEDAAN

Warmenhuizen • Tel. 0226-393838

• Ma. en vr.: van 9.15 tot 10.15 uur.

Tuitjenhorn

• Tel. 0226-393335

• Ma./wo./vr.: van 9.00 tot 10.00 uur.

Waarland

• Tel. 0226-422571 b.g.g of

dringende zaken: 06-57829795

• Ma./wo./vr.: van 9.00 tot 10.00 uur.

Schagen

• Tel. 0224-296366

• Di. t/m vr.: van 9.00 tot 10.00 uur.

Oud-Zijpe

• Tel. 06-57150110

• Ma./wo./vr.: van 9.00 tot 10.30 uur.

VRIENDSCHAPPELIJK HUISBEZOEK

Vrijwilligers gaan op regelmatige basis op huisbezoek bij mensen die behoefte hebben aan een maatje. De insteek is dat zowel vrijwilliger als deelnemer een gezellige tijd ervaren. Bijvoorbeeld door samen een spel te spelen of er even op uit te gaan.

ENERGIE EN VERDUURZAMING (DIJK EN WAARD EN SCHAGEN)

Vrijwillige energiecoaches komen aan huis en kijken waar voor inwoners energiewinst is te behalen.

GEHEUGENPROBLEMATIEK EN DAGBESTEDING

Hollands Kroon: Bij het Ontmoetingshuis op Wieringen, in Anna Paulowna en bij De Verbinding in Julianadorp organiseren we ontmoetingsgroepen waar diverse activiteiten ondernomen worden.

Schagen: In het Ontmoetingscentrum aan de Nieuwe Nes zijn activiteiten en in de Buurtkamer Huys ten Oghe in Callantsoog zijn verschillende mogelijkheden voor activiteiten en ondersteuning op maat.

Dijk en Waard: In Broek op Langedijk is een Ontmoetingsgroep in Museum BroekerVeiling en in het Behouden Huis in Oudkarspel. In Heerhugowaard zijn er dagactiviteiten in de Horst en in het Arboretum.

Voor alle locaties geldt dat het zowel met als zonder indicatie mogelijk is aan te sluiten. Tevens zijn er mogelijkheden om ambulante ondersteuning te ontvangen.



DE GRAAF

mobiliteit & welzijn

OPMEER

AMSTERDAM

Wij helpen u graag op weg!

- Afspraak aan huis
- Persoonlijk contact
- ANWB Pechhulp
- Reparatie & Onderhoud
- Gelijkvloers
- Invalidentoilet
- Parkeren voor de deur
- Eigen terrein voor proefritjes

De grootste keuze aan: Elektrische voertuigen • Invalidervoertuigen • Brommobielen • Scootmobielen (Elektrische) rolstoelen • Rollators • Sta-op-Stoelen

Dé specialist voor al uw Mobiliteit- & Welzijnsproducten



Bent u op zoek naar mobiel vervoer?

- ✓ Alle merken uit voorraad leverbaar, ook elektrisch
- ✓ Lease nu al mogelijk vanaf € 300,- per maand
- ✓ Reparatie & onderhoud, inclusief ophaalservice



Bent u op zoek naar uw hulpmiddel?

- ✓ Nieuwe en gebruikte modellen op voorraad
- ✓ Onderdelen en accu's op voorraad
- ✓ Beschikking over een eigen werkplaats
- ✓ De beste service en instructie



Wij demonstreren ook aan huis!



T 0800 - 45 45 123 (GRATIS)
degraafmobiliteit.nl



Vestiging Opmeer
De Veken 5 • 1716 KE Opmeer

Vestiging Amsterdam
Nieuwe Hemweg 7c • 1013 BG Amsterdam

Eindejaarsdagen

HET jaar 2024 is pas net begonnen. Het is voor veel mensen een tijd om terug te kijken op het afgelopen jaar. Wellicht was er een mooie vakantie waar u met veel plezier op terugkijkt en wachten de foto's om er een mooie collage van te maken en/of waren er dierbare ontmoetingen met vrienden en/of familie. Is er verdriet en gemis in het hart omdat een dierbaar persoon of personen uit uw leven ontvallen zijn. Vooral zo op dit soort momenten laat dit verlies zich extra voelen. Ook kijkt u wellicht terug op het eigen handelen en zijn in het afgelopen jaar dingen waar u tevreden en dankbaar voor bent en wat misschien anders had gekund.

In de wereld om ons heen was er het afgelopen jaar veel donkerte. De oorlog tussen Rusland en Oekraïne die al bijna twee jaar duurt en waar er nog helemaal geen uitzicht is op een oplossing. En dan een nieuwe oorlog in Israël en de Gazastrook, mensen doen elkaar zoveel onrecht en geweld aan, hoe moet dat nu verder? Niemand lijkt dat te weten en het lijkt te ontbreken aan wijze mensen die een weg kunnen wijzen naar een duurzame vrede.

Al dat gebeuren in de wereld kan somber maken, ook al is het ver weg en ligt het niet in onze hand. Wat wel

in ons vermogen ligt is hoe we zelf met de dingen omgaan. In de kleinere samenleving waar we zelf leven, met onze burens, vrienden en ook de mensen die we niet persoonlijk kennen. Elke dag hebben we weer de mogelijkheid om het goede proberen te doen, hoe klein dat ook moge lijken, de wereld wordt daar toch een klein stukje beter van.

Namens de collega's en Raad van Toezicht van WPW wens ik u heel veel goeds en voorspoed toe voor in het nieuwe jaar.

Hartelijke groet,

Peter de Wit,
directeur - bestuurder Wonen Plus Welzijn



INHOUDSOPGAVE

Algemeen	2 t/m 12
Schagen	13 t/m 17
Hollands Kroon	19 t/m 23
Dijk en Waard	25 t/m 29
Julianadorp	30
Column Ria Beijersbergen en Woordzoeker	31



Colofon

MAGAZINE

WPW Magazine is een uitgave van Wonen Plus Welzijn. Aan de inhoud is veel zorg besteed. Desondanks kunnen aan de inhoud van het magazine op geen enkele manier rechten worden ontleend, van welke aard dan ook.

Uitgever: JWV Uitgeverij - www.jvwuitgeverij.nl

Opmaak: Max Grafische Vormgeving

Redactie: Bèr Gordijn, Eddie Bernhardt, Harriët van Domselaar, Kees Broek, Ria Beijersbergen en Willy Vlaar

Eindredactie: Caroline de Vries, Ineke Vroling en Hanneke van Zanen

Met bijdragen van: Marika de Jager, Peter de Wit, Iris Stammes, Monica Reisser, Sandra van der Vaart, Angelique van Beckhoven, Annie Glas en Spike van der Steen.

Oplage: 7.500 exemplaren

WPW Magazine wordt gratis verspreid onder de thuis-abonnees en vrijwilligers. Tevens digitale verzending naar betrokken organisaties en instanties.

Volgende uitgave: Voorjaar - 2024

Dit magazine wordt gedrukt op gerecycled papier.

Voor vragen, opmerkingen of aanmelding, neemt contact op met het servicepunt bij u in de buurt. Of bekijk onze website www.wonenpluswelzijn.nl.

U kunt ons ook volgen op Facebook: Wonen Plus Welzijn of Wonen Plus Welzijn Dijk en Waard en op LinkedIn.

Ontmoetingen

HET woord ontmoeting betekent volgens het woordenboek: een moment waarbij twee of meer mensen samenkomen. Het mooie van zo'n moment kan zijn dat het de waarde krijgt van elkaar echt zien en horen. Korte of lange gesprekken voeren. Mooie dingen delen, maar ook moeilijke. Dat maakt het extra bijzonder en schept een band. Soms een tijdelijke, maar ook ontstaan er langdurige vriendschappen. Dat geldt overigens zowel voor de deelnemers aan diverse activiteiten van WPW als voor de vrijwilligers die daarbij aanwezig zijn.

Er zijn veel vrijwilligers die enthousiast vertellen over hun ervaringen en ontmoetingen bij activiteiten van WPW. Zoals Henk Pauw, maaltijdbezorger in de gemeente Dijk en Waard. "Ik kom bij zoveel mensen aan de deur om eten te brengen. En altijd zijn ze weer blij. Of het nou om warme maaltijden gaat of de koelverse. Een praatje maken hoort er ook meestal wel bij, maar ik heb natuurlijk niet voor iedereen evenveel tijd. Dan zou ik niet voor donker thuis zijn, haha..."

VOLDOENING

"Het werk geeft veel voldoening", vervolgt Henk. "En je ontmoet speciale mensen. Zoals een dame waar ik altijd kunstwerkjes moet komen bekijken. Daar is ze heel trots op. Dus dan denk ik 'vooruit dan maar'. Bij een ander komen er soms foto's op tafel; die heeft zoveel meegemaakt in haar leven, dat ik daar altijd even tijd voor maak. Ik ben zelf intussen ook 'krap 80' dus we zijn bijna even oud. Vroeger reed ik op de 55+ bus, die is er helaas niet meer. Nu is er een auto van Lokaal Vervoer, waarmee ik onder andere dames naar hun kaartmiddag breng. Onderweg hebben we de grootste lol. Dat zijn gewoon een soort vriendinnen geworden. Maar om uit al mijn jaren een bijzondere ontmoeting te noemen, doe ik liever niet. Eigenlijk zijn alle gesprekken mooi. Vaak ook intens. Over hun huwelijk of schooltijd. Mensen vertrouwen me vaak dingen toe, die privé zijn. Dat wil ik graag zo houden. Maar dankbaar is het. Mooi werk!"



Alisha en Henk bij hun eerste ontmoeting

POSITIVITEIT

Alisha Migné-Gupta is actief in Dijk en Waard. In wijkcentrum De Zon begeleidt zij deelnemers aan de Doet & Ontmoet-bijeenkomsten. "Het is de bedoeling dat het een gezellig samenzijn wordt, waar iedereen zelf mag doen wat hij of zij wil. Maar als er vraag naar is, kan en wil ik ook knutselwerkjes voorbereiden. Soms zeggen mensen 'dat kan ik niet hoor', maar dan wordt het voor mij een extra uitdaging. Dat ze verstedd staan van eigen kunnen. Dat levert positiviteit op."

WAARDEVOL

Alisha had lang gezocht naar vrijwilligerswerk dat haar aan zou spreken. "Nadat ik in contact kwam met WPW klikte het meteen. Ik voel

me thuis in die sfeer. Ik wil namelijk graag iets doen voor anderen, naast mijn gewone werk. Er ontstaan onverwachte vriendschappen. Soms is een waardevolle ontmoeting al voldoende. Welke mij het meeste bijstaat? Die met mijn collega Henk Pauw", zegt ze lachend. "Voordat we samen op de foto gingen, kenden we elkaar niet..." ■

ZOMAAR WAT VOORBEELDJE

Ontmoetingen met onbekenden zijn soms waardevolle ervaringen. Vaak ook, al klinkt dat wat tegenstrijdig, doordat mensen elkaar aanvankelijk niet of nauwelijks kennen. Elkaar zodoende zonder vooroordelen tegemoet treden.

Dat voegt namelijk iets anders toe dan een praatje maken met de buurvrouw, je broer even bellen of je hart uitstorten bij een vriend. Dat kan op een bankje op een plein, bij de bakker, een bushalte, maar ook tijdens een WPW-bijeenkomst.

ZELFVERTROUWEN

Zo zag stagiaire Ritika aanvankelijk nogal op tegen haar eerste dagen bij WPW, omdat ze dacht dat ze misschien niet leuk gevonden zou worden. "Of dat ik niet geaccepteerd zou worden omdat ik uit een ander land kom. Maar daar had men juist meteen belangstelling voor. Dat gaf me zelfvertrouwen. Ik voelde me meteen welkom op mijn stageplek. Ik ben dankbaar voor deze kans en ik werd goed geholpen met de schoolopdrachten."

GEZELLIGHEID

Ook huis-tuin-en-keuken-ontmoetingen kunnen leiden tot een positieve ervaring. Zo'n voorbeeld wordt genoemd door vrijwilligster Nancy. Zij was met haar man uitgenodigd voor een feest, dat maar niet op gang kwam. "We raakten bij

toeval aan de praat met mensen uit Utrecht. Dat bleek de gezelligheid in gang te zetten. We hebben elkaars avond gered én nummers uitgewisseld." Een ander ontmoetingsverhaal speelde zich af in de wachtruimte op het vliegveld van Verona. Daar zat een moeder met twee kindjes, waarvan de oudste duidelijk maakte dat ze moest plassen. "Ik zag de moeder denken 'moet ik mijn baby en koffer meenemen naar de toiletten?' dus ik bood aan om daar op te letten. Daar was ze heel blij mee en toen ze terug kwam stelden we ons aan elkaar voor en stapten samen het vliegtuig in. Op Schiphol namen we afscheid."

SCOOTMOBIEL

Vrijwilliger Willem Kuiper heeft ook bijzondere ontmoeting meegemaakt. Dit was bij een klus van WPW bij een mevrouw in 't Zand. Hij moest de doorgang van het tuinhok bekijken voor haar scootmobiel. Willem kwam bij haar thuis en ging aan de slag met het meten. Hij overlegde zijn plan met mevrouw en vroeg haar even te kijken hoe hij het wilde aanpakken. Mevrouw ging daarop op haar scootmobiel mee naar buiten door het tuinhok en maakte een rondje terug. Bij de terugkomst ging het echter mis. Ze belandde naast het pad in het talud naast de sloot die ongeveer anderhalve meter naar beneden liep. Willem kon nog net op tijd ingrijpen voordat ze omkantelde. Toen ze van de schrik waren bekomen, heeft hij haar aangeraden daar niet meer te rijden voordat de onveilige situatie aangepakt was. Willem sliep er die nacht slecht van en heeft de volgende dag WPW op de hoogte gesteld. Hij deed een voorstel voor aanvraag van een hek of verhoogde trottoirband bij de gemeente. Zelf heeft hij vervolgens het hekwerk bij mevrouw verbreed. De gemeente heeft de aanvraag opgepakt en een hekwerk bij de sloot geplaatst. Mevrouw was heel blij met de inzet van Willem en heeft hem per mail een mooi bedankje gestuurd. Ook heeft hij complimenten ontvangen van WPW en de gemeente over zijn aanpak. Al met al een goed gevoel dat het zo is opgelost.

NAAIATELIER

Gestart als invalkracht en nu al bijna twee jaar vrijwilliger bij het naaiatelier in Schagen. Helma vindt het een prachtige plek. Op het naaiatelier wordt van alles gemaakt, maar wat het vooral speciaal maakt zijn de gesprekken met de kandidaten, die vaak een andere culturele achtergrond hebben. Een van de gesprekken ging over hoe we naar relaties kijken en ook naar die van onze kinderen. Wat zijn de overeenkomsten en verschillen. Overeen kwam de zorg en aandacht voor je kind(eren). Als verschil noemde een van de kandidaten dat haar kinderen na een

periode van verkering gaan trouwen met een groot feest. En dus niet zoals vaak in Nederland gebeurt, dat een relatie na een bepaalde periode overgaat in een latrelatie of samenwonen. Helma vindt het mooi dat deze gesprekken gevoerd worden, het brengt ons dichter bij elkaar. ■



V.l.n.r.: Erowyna, Mohammadatiq, Jacqueline en Helma

LIEFDE IS ALTIJD HET ANTWOORD

Tessa Jansen is vrijwilligster in Anna Paulowna. Zij blikt terug op een bijzonder ontmoetingsmoment: "Het was een mooie ochtend door verbinding met muziek. En met emoties. Mensen die herkenning voelden in de muziek. Bij emotionele liederen werden sommigen geraakt, bij vrolijke liedjes werd meegeklapt en soms ook gelachen. Ik merkte dat ik geraakt werd."

"Een van de dames – waarmee ik een diepe connectie heb – moest huilen. Ik ging op mijn hurken naast haar zitten en sloeg een arm om haar heen. We hielden elkaars hand vast en ik merkte dat ze dat fijn vond. Maar deze mevrouw zei vervolgens ook: 'Je hoeft mij niet te troosten hoor'. Ik zei tegen haar: 'Ook jij mag getroost worden' en het leek alsof ze zich gesterkt voelde, want ze bleef mijn hand vasthouden. Dat raakte mij."

Tessa vervolgt: "Ik mag met wat ik in mij heb mensen helpen. Door middel van woorden en energie mensen laten voelen dat zij het waard zijn. En belangrijker: dat zij het zelf voelen, ook al zijn ze oud. Want wat is oud? Iedereen is het waard. Ik ben zo dankbaar dat ik al deze mooie mensen mag zien en horen. Met een glimlach, een schouder, een kop koffie of een potje sjoelen, waar ik zelf trouwens vet fanatiek in ben, haha. Door dit vrijwilligerswerk leer ik ook steeds meer over mezelf. Wat mijn krachten zijn, waar mijn goud ligt en waar ik nog mag leren. Ik doe wat ik doe met liefde en dat is misschien wel een van mijn grootste 'superpowers'. Mijn hart is geraakt, warm en vol liefde. Laten we samen het licht verspreiden in de wereld, dat is mijns inziens heel hard nodig. Maar ook de donkerte, die er ook is, en ook helemaal mag zijn, omarmen. Laten we voor elkaar zorgen, elkaar zien en horen. Elkaar en onszelf liefhebben, want liefde is altijd het antwoord." ■



*In een wereld wo
en vrede helaas nog n
maken wij sam*

*Namens a
een liefdevol 20*

Liefde ♦ Ge



*waar veel gebeurt
niet vanzelfsprekend is,
en het verschil.*

alle teams:

2024 toegewenst!

luk ♦ Vrede

Energie besparen blijft belangrijk, en

HOEWEL de energiecrisis achter ons ligt en de prijzen weer enigszins normaal zijn, blijft beperking van ons energiegebruik toch belangrijk. Daarom besteden we nog een keer aandacht aan de energiecoaches die ons adviseren over energiebesparende zaken. Tim Niesten (welzijnsconsulent in Schagen) en Elisabeth Hoekstra (welzijnsconsulent in Dijk en Waard) praten u graag bij.

Tim vertelt: "September jl. is in Schagen een project gestart, waarbij burgers een subsidie van € 250 voor de aanschaf van energiebesparende middelen, plus een cadeaukaart van € 400 kunnen ontvangen. Het Centraal Bureau voor de Statistiek selecteerde uit het be-

stand toeslagaanvragers alsmede aan de hand van andere factoren de personen die hiervoor in aanmerking kunnen komen. Daarbij werd gekeken naar inkomen, energielabel van de woning, de wijk enzovoort. De geselecteerden, zowel huurders als eigenaren, krijgen een brief over de subsidies, met daarin hoe ze kunnen meedoen en ook dat ze advies op maat kunnen krijgen door de energiecoaches die (in Schagen) vallen onder de Noord-Hollandse Energie Coöperatie. WPW neemt vanaf deze brief de acties over. De ondersteuning moet worden aangevraagd bij www.duurzaambouwloket.nl/schagen. Het bedrag van € 250 kan worden gebruikt om via dit loket energiebesparende zaken, zoals tochtstrippen, radiatorfolie etc. te kopen (soort webwinkel). Met de € 400 kunt u een voucher (bon) krijgen, waarmee u of in een winkel naar keuze of online energiezuinig witgoed (wasmachines e.d.) kunt kopen. Digitaal kopen is meestal goedkoper. WPW Schagen biedt aan om energieklussers u te laten helpen bij de installatie van de gekochte zaken. Zij zijn opgeleid en kunnen u ook adviseren over energiebesparing."

De energiecoaches



energiecoaches helpen u daar graag bij

ENERGIECADEAU

Tim coördineert de energieklassers en behandelt daarnaast moeilijke vragen c.q. gevallen. Hij communiceert ook met de gemeente en andere deelnemende partijen, zoals de Wooncompagnie, Duurzaam Bouwloket, Humanitas enzovoort. In Schagen zijn tien tot vijftien energiecoaches actief en ongeveer zes klassers. Inmiddels heeft het CBS 900 mensen aangeschreven, waarvan 600 de brief al hebben gekregen. Van deze 600 hebben er 136 gereageerd en gebruikt gemaakt van dit 'energiecadeau'.

DIJK EN WAARD

Vanuit Dijk en Waard vult Elisabeth aan: "In Dijk en Waard is het anders geregeld. Daar zijn 27 getrainde energiecoaches werkzaam met het geven van adviezen over alle vormen van energiebesparing aan huurders. De gemeente stelt € 180 beschikbaar voor de aanschaf van energiebesparende zaken. De energiecoach vult samen met u een aanvraagformulier in en neemt dit mee naar WPW, naar mij. Dat de energiecoach dit for-

mulier meeneemt betekent al de goedkeuring voor de besteding van het geld. De aanschaffingen worden uit voorraad geleverd door WPW Servicepunt Heerhugowaard, waar een vrijwilliger het pakket samenstelt. U kunt voor de installatie ondersteuning krijgen van een energieklasser. Dijk en Waard doet ook nog meer. In deze gemeente bestaat een 'fix-team'. Dat is een externe organisatie die met een werkbusje vol materialen door de wijken rijdt. Bij door het CBS geselecteerde

'DE ENERGIECOACH HEEFT NAAST ZIJN KENNIS OOK DE BESCHIKKING OVER HULPMIDDELEN'

mensen wordt gesproken over energiebesparing en indien nodig worden besparende middelen gratis geïnstalleerd. Deze geselecteerden krijgen van tevoren een brief. Deelname is geheel vrijwillig. Tot nu toe heeft 50 procent van de aangeschrevenen van de regeling geprofiteerd. WPW heeft hierbij een adviserende rol."

HULPMIDDELEN

"De energiecoach heeft naast zijn kennis ook de beschikking over hulpmiddelen", vervolgt Elisabeth. "Met een CO2-meter kan hij de luchtkwaliteit in uw huis meten en zo de ventilatie beoordelen. Ook kan hij met een warmtemeter in uw huis eventuele warmtelekken opsporen en u adviseren over de oplossing. Denk niet: mijn huis is nog niet oud, het zit wel goed. Nee, ook bij redelijk jonge huizen is nog veel te winnen. De hulp van de energiecoach is gratis. Een voorbeeld van een maatregel: een vrouw had een kroonluchter met 10 à 12 'peertjes' van 40 Watt. Deze heeft zij laten vervangen door LED-lampjes van 6 Watt, waardoor de kroonluchter circa 396 Watt per uur minder verbruikte. Op zich niet zo'n enorme besparing, maar als u meer van dit soort besparingen in uw woning weet toe te passen loopt het voordeel toch mooi op."

EXTRA SUBSIDIE

Elisabeth somt nog enkele acties van de gemeente op. "De gemeente start binnenkort een 'actie zonnepanelen' voor woningeigenaren die deze nog niet geplaatst hebben. Deze krijgen een brief met een aanbod tot advies hierover. In januari 2024 verstrekt de gemeente, naast landelijke subsidie, zelf een extra subsidie voor maatregelen om uw huis te isoleren. Even afwachten dus. Bij het isoleren van spouwmuren bent u verplicht te kijken of daarin vlermuizen huizen. In plaats van dat uzelf dit probleem moet oplossen, gaat de gemeente dit misschien van u overnemen. Lijkt ons ook beter voor de vlermuizen als professionals naar ze kijken." Op www.dijkenwaard.nl/energiecoach vindt u nadere informatie over de gemeentelijke acties. ■



Energie besparen in Hollands Kroon

GEMEENTE Hollands Kroon helpt inwoners ook graag verder met energie besparen. Dit is goed voor het klimaat én je portemonnee.

Huur je een woning in de gemeente of ontvang je de eenmalige energietoeslag voor je eigen woning? Dan kun je eenmalig voor € 70 aan energiebesparende producten aanvragen of besparingsadvies krijgen van een energiecoach.

Energie besparen is makkelijker als je weet waar je op moet letten. Daarbij helpt een energiecoach. De energiecoach kijkt naar het energieverbruik in je woning en geeft advies over eenvoudige bespaarmogelijkheden. De energiecoach kan ook helpen met het bestellen van de juiste energiebesparende producten. De eenmalige energietoeslag voor 2023 kunt u aanvragen tot en met 31 augustus 2024. Zie voor meer informatie de website van de gemeente Hollands Kroon en <https://duurzaam.hollandskroon.nl/duurzaam>.

Karin Smit

Uitvaart
begeleiding



Een mooi en waardig afscheid hoeft niet duur te zijn.

T 06 81 35 81 10

dag en nacht
bereikbaar



uitvaartbegeleidingkarinsmit.nl

Vertrouwenspersoon voor cliënten en vrijwilligers

ONGEWENST GEDRAG: PRAAT EROVER

- De vertrouwenspersoon luistert naar uw verhaal over wat u als ongewenst gedrag in het onderling contact met een andere persoon binnen Wonen Plus Welzijn (cliënten en/of vrijwilligers) heeft ervaren. Het betreft bijvoorbeeld seksuele intimidatie, agressie en/of geweld, pesten, discriminatie;
- Wij zoeken samen met u naar een oplossing;
- Bij ernstige zaken helpen wij desgewenst met het opstarten van een officiële klachtenprocedure.

WIE ZIJN DE VERTROUWENSPERSONEN VOOR CLIËNTEN EN VRIJWILLIGERS?

U kunt telefonisch contact opnemen met Paula of Tonny. Wij nodigen u uit om in te spreken als u de voicemail treft. Wij bellen u dan terug.

VERTROUWELIJK

De gesprekken met de vertrouwenspersoon zijn strikt vertrouwelijk. U bepaalt welke verdere stappen er moeten worden genomen. De ondersteuning van de vertrouwenspersoon kost u niets.



Paula Overtoom
Schagen en
Hollands Kroon

☎ 06-82239274



Tonny Verdonk
Dijk en Waard

☎ 06-82777241

ONTMOETEN EN MEEDOEN

DOET & ONTMOET: Ontmoeting voor een gesprek, kop koffie en alle informatie over wonen, welzijn en zorg. Initiatieven zijn van harte welkom!

D&O DE GROENE SCHAKEL, Iepenlaan 56, Schagen

Elke dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur.

KOKEN IN DE BUURT, Elke laatste dinsdag van de maand vanaf 16.00 uur. Opgeven via het Servicepunt.

D&O BUURTHUIS, Loet 10, Schagen

Elke donderdag van 13.30 tot 16.00 uur.

D&O BUURTKAMER, Jozefpark 1, Tuitjenhorn

Elke woensdag van 10.30 tot 12.00 uur.

D&O BUURTKAMER, Sabinahof 1, Waarland

Elke vrijdag van 10.00 tot 12.30 uur.

GESPREKSGROEPEN SCHAGEN:

ONDER DE ACACIA'S, Acaciaplein 400, Schagen

Elke 1e maandag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur.

Elke 1e donderdag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur. Bij interesse kunt u zich opgeven voor een wachtlijst.

RAAD & DAAD

BUURTHUIS, Loet 10, Schagen

Elke woensdag van 10.30 tot 12.00 uur.

Informatie of aanmelding: via 0224-273140.

CURSUSSEN EN ACTIVITEITEN

GYMNASTIEK: Vrijdag: van 9.30 tot 10.15 uur.

Spartahal, Zuiderweg 2a.

Woensdag: van 9.30 tot 10.15 uur.

Dorpshuis Kolfweid, Jewelweg 7c, Callantsoog.

JAZZDANS: Woensdag van 11.30 tot 12.30 uur.

BEWEGEN OP MUZIEK: Woensdag van 13.30 tot 14.30 uur.

Balletschool, Julianalaan 4b, Schagen.

FIT + BUITENSPORT: Donderdag: 9.00 tot 10.00 uur.

Cruyff Court naast Regius College, Schagen.

COUNTRY-LINE DANCING: Dinsdag 2 groepen: van 13.00 tot 14.30 uur en van 15.00 tot 16.00 uur.

Onder de Acacia's, Acaciaplein 400, Schagen.

NORDIC WALKING: Vrijdag loopgroep 9.30 tot 10.30 uur.

Diverse buitenlocaties Schagen.

KOERSBAL: Dinsdag: van 9.30 tot 12.00 uur.

Groeneweghal, Wilgenlaan 1a, Schagen.

DIGIBRON: Elke donderdag van 10.00 tot 12.00 uur.

In de centrale hal van Woonzorgcentrum De Bron, Kogerlaan 36a, Schagen.

Voor vragen kunt u bellen met het Servicepunt, tel: 0224-291042.

KOOKCAFÉ, Zijperweg 14, Schagen

Elke woensdag van 16.00 tot 19.00 uur.

REPAIR CAFÉ

BUURTHUIS, Loet 10, Schagen

Even weken op dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur.

WPW, Zijperweg 14, Schagen

Oneven weken op dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur.

WE-CYCLE SHOP

WPW, Zijperweg 14, Schagen

Geopend elke woensdag van 13.00 tot 15.30 uur.

KOOR OP EIGEN WIJZE

DE GROENE SCHAKEL, Iepenlaan 56, Schagen

Elke vrijdag van 14.00 tot 15.45 uur.

TAALCAFÉ

BIBLIOTHEEK, Torenstraat 1a, Schagen

Elke donderdag van 10.00 tot 11.30 uur.

BIBLIOTHEEK, Oostwal 6, Tuitjenhorn

Elke vrijdag van 10.00 tot 11.30 uur.

Buurtkamers:

Een levendige plek voor en door zowel de bewoners van de woonzorglocaties als voor buurtbewoners. Activiteiten worden in samenspraak met bewoners, buurt en vrijwilligers georganiseerd. Een laagdrempelige plek gericht op ontmoeting, elkaar (leren) kennen en het vergroten van vaardigheden. Buurtkamers vinden plaats in de gemeenschappelijke ruimtes van:

Buurtkamer Dirkshorn, Hornhoeve 1
Buurtkamer Tuitjenhorn, Jozefpark 1
Buurtkamer Waarland, Sabinahof 1
Buurtkamer Callantsoog, Huys ten Oghe, Patrijzenweg 2

Buurtkamer Warmenhuizen, Angelapark, Pastoor Willemsstraat 2



Informatiepunten Digitale Overheid

HEEFT u vragen over de digitale overheid, kom langs op één van onze informatiepunten:

Openingstijden IDO : Maandag van 14.30 tot 16.30 uur Bibliotheek Tuitjenhorn
 Donderdag van 13.30 tot 15.30 uur Bibliotheek Schagen



Zelfstandig thuis blijven wonen?

We worden steeds ouder en blijven steeds langer gezond. Ook als het allemaal niet meer zo makkelijk gaat, willen we thuis blijven wonen. Dat kan, want er is thuiszorg. Bij Thuiszorg Samen heeft u de keuze uit veel vormen van zorg en dienstverlening die u helpen en ondersteunen om zelfstandig thuis te kunnen blijven wonen. Samen met u stellen we vast welke ondersteuning u nodig heeft.


Meer informatie? Neem contact op via
088- 619 4100 of kijk op www.wzgsamen.nl


samen
bij u thuis



ANITA MESSELAAR
UITVAARTVERZORGING

**Altijd bereikbaar, ongeacht of
en waar uw verzekerd bent**

 06 - 20 91 50 51

 info@anitamesselaaruitvaart.nl

 www.anitamesselaaruitvaart.nl



ANITA MESSELAAR

Havenstraat 43
1736 KD Zijdewind



Breggit Smit
Uitvaartverzorging

Iedereen verdient een persoonlijk afscheid

- * Stijlvol en betrokken
- * Passende begeleiding
- * Afscheid nemen met aandacht voor uw persoonlijke wensen
- * Vrijblijvende voorbespreking

Voor het melden van een overlijden: 06-51847890
24 uur per dag bereikbaar

info@breggitsmituitvaart.nl - www.breggitsmituitvaart.nl



Zorgaanpassingen op maat
info@kesymobility.nl 06-29320359

Door: Ria Beijersbergen

Aanwaaien bij Wil

EEN poosje geleden las ik een oproep van WPW: vrijwilligers gezocht voor aandacht voor verlies. Het leek me wel wat, ik heb dat een flinke tijd geleden ook al gedaan voor WPW. Ik was welkom, dus ik ben weer begonnen.

Ik vind het fijn om er voor iemand te zijn die het lastig heeft, net zoals ik in mijn leven geholpen ben toen ik het lastig had. Ik kwam op huisbezoek bij Wil, een dame van 95, slecht ter been, maar nuchter genoeg om het een en ander te accepteren. Afspraken maken wil ze niet: "Waa maar aan!" Ik vind dat prima, als ze niet thuis is: geen probleem. We hebben fijne gesprekken gehad, maar ze bleef maar u en mevrouw zeggen. Ik waardeerde het dat ze op mijn verzoek inging en gewoon jij en Ria wilde zeggen. "Maar ik weet niet of ik je naam kan onthouden hoor."

Prima, dan zeg ik hem nog een keer. Ik vertrok na een bezoekje, ging voor haar staan om haar gedag te zeggen en zei: "Dag Wil!" Waarop ze mij aankeek en zei: "Dag Ria." Ik hoop dat ik nog een poosje bij haar op bezoek kom. ■



Door: Sandra van der Vaart

Samen eten verbindt

BEGIN 2023 is in Waarland een nieuwe activiteit gestart. Elke derde woensdag van de maand samen eten in Sabinahof.

Mensen kunnen zich vooraf opgeven en betalen een gering bedrag. Er wordt een heerlijke maaltijd met toetje geserveerd door Karin Oostenbrug, oud-werknemer van WPW.



De vrijwilligers Madeleine van Rossem en Hans Water bedachten deze activiteit, met het idee dat samen eten veel gezelliger is dan alleen. Zeker na corona kregen mensen behoefte aan gezamenlijke activiteiten. En dat klopt, want inmiddels melden zich gemiddeld 45 mensen voor dit gezellig samenzijn. Bij de start waren het voornamelijk de bewoners van Sabinahof, maar inmiddels weten ook mensen uit het dorp het gezamenlijk eten goed te vinden. Madeleine en Hans geven aan dat iedereen welkom is! Heeft u ook belangstelling? Bel of mail dan met Madeleine: 06-13437434 of madeleine.van.rossem@gmail.com. ■

Raad & Daad: Samen in het kookcafé

ELKE woensdag van 16.00 tot 19.00 uur wordt in de keuken op de Zijperweg in Schagen met een groep gelijkgestemden, gezamenlijk het eten voorbereid en gegeten. Door actief samen te zijn en onderling contacten aan te gaan, krijgt men weer vertrouwen in eigen kunnen, talenten en vaardigheden. Dit blijkt ook uit een eerder opgedane kookcafé-ervaring.



V.l.n.r.: Robin Wieferink, Tim Niesten, Truus de Graaf, Jan Geerligs, Jessica de Groot en Robyn Schermer

Onder de naam Raad & Daad heeft WPW dit kookcafé opgezet. In samenwerking met de gemeente, woningcorporaties en zorg- en welzijnsorganisaties begeleiden Tim Niesten, welzijnsconsulent, en Robin Wieferink, ervaringsdeskundige vanuit RCO de Hoofdzaak, deze groep.

START

Tim stelt mij enthousiast voor aan Robin. Hij vertelt graag dat hij is gevraagd om zijn kookcafé-ervaring die hij heeft opgedaan bij De Hoofdzaak, vanaf de start in Schagen te delen. Ook ondersteunt hij, in samenwerking met Incluzio, het kookcafé in cultuurhuis De Kolk in Lutjewinkel voor kinderen/jong volwassenen van 11 tot 21 jaar, die moeilijk contacten maken. Robin: "Het kookcafé op de Zijperweg in de huidige vorm is er sinds april 2022. Deelnemers helpen elkaar om een sociaal netwerk op te bouwen. Ook worden er onderling vriendschappen gesloten. Ik heb soms een kookidee voor de woensdagmiddag en daar wordt dan door

de groep mee ingestemd. Ook diëten en allergieën krijgen aandacht. Desgevraagd is er voor het eten een moment van stilte."

ERVARINGEN

Ellentine Broerse, genietend en vrolijk, wil graag haar ervaring vertellen. Zij is weduwe en kreeg een huisbezoek van een stagiaire van WPW die toen nog actief was voor het kookcafé. Bovendien gaf deze dame een overzicht van de activiteiten in Schagen voor iemand die alleen is. "Zij vroeg aan mij of het kookcafé misschien iets voor mij zou zijn. Dan gaan we met zijn allen bedenken wat we gaan eten, dat gaan we dan samen koken, echt heel gezellig. Ik dacht en besloot: Dat doe ik."

Ellentine vervolgt: "Ik ben er direct de eerste woensdag heen gegaan en vond het geweldig. Je staat midden in de keuken aan zo'n vierkant blok, een eiland noemen ze dat tegenwoordig. De eerste keer aten we zelfgemaakte pizza's en iedereen deed iets, van het snijden van

tomaten tot salami. Ik vond de sfeer zo zo geweldig, dat ik meteen wist dat ik hier zou blijven. Ik heb mij opgegeven en kijk er elke woensdag weer naar uit. Het groepje is heel overzichtelijk met ongeveer acht vaste deelnemers, vooral tijdens de groepsgesprekken is dit kleine aantal fijn."

KOOKAPP

Verleden week was Ellentine met haar zoon en kleindochter naar Zweden, vertelt ze enthousiast. De groep heeft zonder haar pannenkoeken gebakken en gegeten. Daar

'DEELNEMERS HELPEN ELKAAR OM EEN SOCIAAL NETWERK OP TE BOUWEN'

houdt ze niet zo van, dat kwam dus goed uit. In de aangemaakte kookapp zag ze foto's van de bakresultaten. In deze app geven deelnemers ook aan of ze aanwezig zijn op de woensdag. Vorig jaar gingen ze met kerst barbecueën. Op het moment van het interview is het nog niet duidelijk wat de plannen voor dit jaar zijn. Ondertussen komt Tim binnen en geeft aan dat hij met stagiaire Robyn boodschappen gaat doen voor de macaroni. Op mijn vraag of er weleens iets opmerkelijks is gebeurd, antwoordt Ellentine: "We kregen een keer te horen na het koken en eten van rode kool, dat deze onsmakelijk was. Het bleek niet gaar en was bovendien onvoldoende gekruid. Geen hele spannende dingen dus." Verder staan er ook gerechten met mihoen en chilli con carne op het menu, net als een stampot zoals boerenkool. Met elkaar wordt er afgeruimd en de avond wordt weer met een goed gevoel afgesloten. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Tim Niesten via telefoonnummer 0224-273140 of e-mailadres schagen@wonenplus-welzijn.nl. ■

Door: Iris Stammes

Wat zijn jouw goede voornemens voor 2024?

ZIN om in beweging te komen, langer vitaal te blijven en andere mensen te ontmoeten? Lees snel verder over wat bewegen voor jou kan betekenen.

Bij bewegen wordt al snel gedacht aan sport, fietsen, stevig wandelen of zwemmen. Er zijn echter veel meer beweegactiviteiten waarbij je matig intensief kan bewegen, op ieders tempo en op vele verschillende manieren. Als je dagelijks beweegt op een manier die bij je past, dan houd je je uithoudingsvermogen, kracht en coördinatie op peil. Door te bewegen voel je je mentaal veel beter. Ook helpt bewegen om de kans op aandoeningen te verkleinen, denk aan hart- of vaatziekten, diabetes, somber zijn of dementie.



Wekelijks worden diverse beweegactiviteiten aangeboden door bevoegen docenten. De docenten houden altijd rekening met wat iemand kan en denken mee in welke bewegingsactiviteiten bij jou passen.

DAG	ACTIVITEIT	LOCATIE	TIJD
Dinsdag	Country & Line Dansen	Acaciaplein 400, Schagen	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag	Koersbal	Groeneweghal , Wilgenlaan 1a, Schagen	9.30 tot 12.00 uur
Dinsdag	Bewegen op Muziek	Balletschool, Julianalaan 4b, Schagen	Start in januari
Woensdag	Jazzdans	Balletschool, Julianalaan 4b, Schagen	11.30 tot 12.30 uur 13.30 tot 14.30 uur
Woensdag	Gym	Dorpshuis Kolfweid, Jewelweg 7c, Callantsoog	9.30 tot 10.15 uur
Donderdag	Buiten sport & Spel	Cruyff Court, voetbalveld bij het Regius College, Wilhelminalaan 4, Schagen	9.30 tot 12.00 uur
Vrijdag	Gym	Handbalkantine Spartahal, Zuiderweg 2a, Schagen	9.30 tot 10.15 uur
Vrijdag	Nordic Walking	Diverse startlocaties in Schagen	9.30 tot 10.30 uur

Zin om vrijblijvend te ontdekken of een van de activiteiten iets voor je is?

Kom naar een van de activiteiten en ontdek **een maand lang gratis** of het iets voor je is.

Neem gerust iemand mee en kom langs.

Voor meer informatie kun je contact opnemen met Iris Stammes, tel. 06-22185367. Ook in Dijk en Waard is deelname aan bewegingsactiviteiten mogelijk. Zie hiervoor pagina 25. ■



helpt beter verder leven

NIEUW!
Vanaf medio april 2024
ook in Schagen!
Meer info
begin volgend jaar.

Vanaf medio april gaan wij een winkel openen in Schagen! In onze winkel op de Fok kunt u terecht voor scootmobielen, driewiel fietsen, rollators en diverse andere hulpmiddelen. Ook voor woningaanpassingen en toegankelijkheidsadvies kunt u terecht bij ons. We zien u 2024 graag in Schagen. Uiteraard blijft u ook welkom in Anna Paulowna.

Rollators

Wij bieden verschillende merken met diverse modellen aan. Grote wielen, kleine wielen, aluminium of carbon frame. Wij bieden uitstekende garantie en service.

Driewiel fietsen

Als de onzekerheid toeslaat bij het fietsen op een tweewieler, is een driewieler een uitkomst. Het fietsen op een driewieler lijkt makkelijk, maar voor veel mensen betekent het vaak opnieuw leren fietsen. Wij werken ook samen met fietsdocenten van de Fietsbond. Wij begeleiden u kosteloos tijdens dit traject zodat u weer veilig kunt genieten van het fietsen.

Scootmobielen

Wij hebben diverse scootmobielen in onze showroom, nieuw en gebruikt, voor kleine en grote afstanden. U krijgt van ons kosteloos scootmobiel trainingen om veilig de weg op te gaan.

Toegankelijkheidsadvies

Bedrijven die hun toegankelijkheid en zo hun hospitality willen vergroten voor bezoekers die minder goed ter been zijn kunnen ook bij ons terecht voor advies. Wij maken een scan en voeren desgewenst de aanpassingen uit.



Zorgoutlet De Betue
Nieuweweg 3
1761 EC Anna Paulowna
info@zorgoutletdebetue.nl

Openingstijden:
Maandag op afspraak
Dinsdag t/m vrijdag van 13.00 uur tot 16.30 uur
Zaterdag op afspraak
Wilt u een afspraak buiten openingstijdens bel ons!

ONTMOETING

DOET & ONTMOET (VRIJE INLOOP), MATCHGROEPEN, ONTMOETINGSHUIZEN, INTERNET- EN REPAIR CAFÉ EN MEER.

Voor informatie en opgeven kunt u contact opnemen met één van de Servicepunten.

ANNA PAULOWNA

ONTMOETINGSGROEP KRUISWIJK, Anna Paulowna

Elke maandag van 9.30 tot 12.00 uur.

D&O BUURTKAMER KEIJZERSHOFF, Anna Paulowna

Elke vrijdag van 9.30 tot 12.00 uur.

BUURTKAMER KEIJZERSHOFF, Anna Paulowna

Internetcafé voor 50-plussers.

Elke woensdag van 9.30 tot 12.00 uur.

Computerles van 10.00 tot 12.00 uur.

MATCHGROEP KRUISWIJK,

Anna Paulowna

Elke maandag van 13.30 tot 16.00 uur.

Elke vrijdag van 9.30 tot 12.00 uur.

Elke vrijdag van 13.30 tot 16.00 uur.

D&O BUURTKAMER DE CAROUSSEL, Brezand

Elke woensdag van 10.00 tot 11.30 uur.

D&O LUNCHCAFÉ, Wieringerwaard

Elke maandag van 10.30 tot 13.00 uur.

KOOKCAFÉ DE OUDE SCHOOL,

Wieringerwaard

Elke donderdag van 17.00 tot 19.30 uur.

D&O Kruiswijk, Anna Paulowna (klussen en naaiatelier)

Elke donderdag van 9.30 tot 12.00 uur.

NIEDORP

MATCHGROEP DE KOLK, Lutjewinkel

Elke woensdag van 9.30 tot 12.00 uur.

D&O DORPSHUIS HARMONIE, 't Veld

Elke donderdag van 9.30 tot 12.00 uur.

D&O NIJEROP, Nieuwe Niedorp

Elke donderdag van 13.30 tot 16.00 uur.

Brunch Cultuurhuis De Kolk, Lutjewinkel

Elke laatste zondag van de maand van 11.30 tot 13.30 uur.

Gespreksgroep op het Servicepunt Niedorp

Elke 1e dinsdag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur.

Voorleescafé op het Servicepunt Niedorp

Elke donderdag van 14.00 tot 15.30 uur.

Creacafé op het Servicepunt Niedorp

Elke maandag van 14.00 tot 15.30 uur.

WIJINGERMEER

D&O DORPSHUIS SLOOTDORP, Slootdorp

Elke dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur.

D&O DE RUIMTE CULTUURSCHUUR,

Wieringerwerf

Elke 1e en 3e dinsdag van 9.30 tot 11.30 uur.

Elke 1e dinsdag tevens Repair Café van 10.00 tot 12.00 uur.

Elke donderdag van 13.30 tot 16.00 uur.

Een keer in de maand op donderdag een lunch om 12.30 uur.

DE DOORBRAAK, Kreileroord

D&O elke woensdag van 9.30 tot 12.00 uur.

Elke 3e woensdag tevens Repair Café van 9.30 tot 11.30 uur.

D&O KROONWAARD, Middenmeer

Elke dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur.

OPEN INLOOP HET POSTHUIS, Middenmeer

Elke 1e en 3e donderdag van 10.00 tot 12.00 uur.

Elke 3e donderdag tevens Repair Café van 10.00 tot 12.00 uur.

Klussen bij HET BOETJE VAN PRESENT, Middenmeer

Elke dinsdag van 9.30 tot 12.00 uur.

NAAIATELIER bij HET BOETJE VAN PRESENT, Middenmeer

Elke dinsdag van 9.30 tot 12.00 uur.

WIJERINGEN

D&O VIKINGSCHIP, Den Oever

Elke maandag van 13.30 tot 16.00 uur.

D&O PARKZICHT, Hippolytushoef

Elke maandag van 9.30 tot 12.00 uur.

D&O DORPSHUIS, Hippolytushoef

Elke woensdag van 9.30 tot 12.00 uur.

ONTMOETINGSHUIS op Wieringen

Elke dinsdag en donderdag van 9.30 tot 16.00 uur.

MAMA CAFÉ, DORPSHUIS Hippolytushoef

Elke woensdag van 9.30 tot 12.00 uur.

Informatiepunten Digitale Overheid

HEEFT u vragen over de digitale overheid, kom langs op één van onze informatiepunten:

Openingstijden IDO

Dinsdag	van 10.00 tot 12.00 uur
Dinsdag	van 10.00 tot 12.00 uur
Woensdag	van 10.00 tot 12.00 uur
Woensdag	van 14.00 tot 16.00 uur

bibliotheek Niedorp
bibliotheek Wieringerwerf
bibliotheek Anna Paulowna
bibliotheek Hippolytushoef

Trambaan 10
Loggersplein 1, Cultuurschuur
De Verwachting 13
Parkzicht 7

Door: Marika de Jager

Jongerenavond over Leefbaarheidsonderzoek

"WAT wij als jongeren willen voor Hippolytushoef, nou we hebben best wat wensen." De jongeren die aanwezig waren bij de jongerenavond die gehouden werd in café Arlette hadden twee flipovers vol geschreven met hun wensen.

Zo schreven zij onder andere: meer activiteiten voor jongeren in het dorps huis, meer activiteiten voor 12- tot 18-jarigen, een cocktailavond, een vistent, een kermis-tent en meer kermisactiviteiten, een game-avond, meer pubquizen en een buiten 'samenkomplek'. Op de vraag of zij ook mee willen helpen om dit neer zetten was de

reactie: "Nee, we willen meedoen. Maar helpen voorbereiden willen we wel." Ook de wat grotere thema's voor leefbaarheid werden genoemd, zoals meer huurwoningen voor jongeren, knappere wegen en stoepen en beter openbaar vervoer. De kerngroep, bestaande uit Team Sportservice, gemeente Hollands Kroon, Incluzio, LSBO-HK, Hollands Kroonse Uitdaging en WPW met de betrokken inwoners, heeft al deze input meegenomen in de uitwerking. Naar aanleiding van de jongerenavond, maar ook kijkende naar de algemene uitkomsten van het Leefbaarheidsonderzoek en de input die we hebben gehad bij de be-

wonersavond en tijdens de middag met organisaties, is er een top-5 gemaakt om aan te werken.

De top-5 is:

1. Ontmoetingsmogelijkheden binnen met activiteiten
2. Ontmoetingsmogelijkheden buiten met activiteiten
3. Publicatiemogelijkheden om activiteiten bekend te maken
4. Werving nieuwe vrijwilligers voor verenigingen
5. Een dorpsraad

Voor meer informatie of voor een reactie kan contact opgenomen worden met kwartiermaker Marika de Jager, tel. 06-46066317 of e-mail m.dejager@wonenpluswelzijn.nl. ■



Feestelijke opening locatie Kruiswijk

Een kleine impressie van de feestelijke opening van onze nieuwe locatie Kruiswijk op donderdag 7 september jl. Kruiswijk is een ontmoetings- en verbindingsplek, locatie voor werkleerbedrijf De Factorie en

werk- en vergaderplaats. De opening werd verricht door wethouder Mary van Gent. Er was onder meer een photobooth, een uilenshow, vermakelijke zang, een aantal acts en uiteraard koffie met taart!



Door: Eddie Bernhardt

Samen aan tafel in buurtkamers De Carrousel en Keijzershoff

EEN goede maaltijd en een fijne ontmoeting. Vanaf januari 2024 krijgen de buurtkamers in De Carrousel te Breezand en Keijzershoff in Anna Paulowna een smakelijke oppepper. Voormalig welzijnsconsulent van WPW Karin Oostenburg gaat met haar cateringbedrijf warme maaltijden serveren bij deze ontmoetingsplekken.

Een keer per maand wordt de bewoners van De Carrousel en Keijzershoff een maaltijd aangeboden. Niet alleen de bewoners maar ook alle inwoners van Breezand en Anna Paulowna kunnen zich inschrijven. Voor 10 euro en 1 euro extra staat er een hoofdgerecht en een nagerecht op tafel. "Gezamenlijk eten zorgt voor verbinding en gaat eenzaamheid tegen", vertelt Karin. "En het vergroot de saamhorigheid binnen de dorpen." De 1 euro extra zal worden besteed aan de onkosten voor de vrijwilligers en eventueel iets extra's. De 10 euro is exclusief drankjes.

**'GEZAMENLIJK ETEN
ZORGT VOOR
VERBINDING EN GAAT
EENZAAMHEID
TEGEN'**

Karin doet dit al enige tijd in de ontmoetingsruimtes in Dirkshorn en Waarland. Iedere keer krijgt ze weer een kick van de waardering, het applaus en gezelligheid tijdens het samen eten. In Dirkshorn en Waarland serveert ze voor rond de

45 bezoekers. Met ondersteuning van WPW hoopt ze per keer maximaal zestig gasten te ontvangen in de buurtkamers van Breezand en Anna Paulowna. De maaltijden zijn op die manier een bindmiddel in deze dorpen, zeg maar de maïzena van de samenleving. Dat moet zorgen voor een meer saamhorigheid tussen bewoners van de locaties en de inwoners van de dorpen.

In de buurtkamers kan overigens iedereen terecht voor een ontmoeting, een spelletje of om rustig een krant of boek te lezen.

Karin is welzijnsconsulent geweest bij WPW. Daarnaast heeft ze gewerkt als instellingskok in Mag-nushof te Schagen. Ze is dus zeker bekend met pollepel en garde. Bij de start in januari 2024 staat er ongetwijfeld iets lekkers op het menu. Laat u verrassen door de kookkunsten van Karin en schrijf u in. Om 17.00 uur is de inloop, rond 17.30 uur schuiven we aan tafel en rond 19.30 uur sluiten we de avond af. ■



Wilt u zich inschrijven, neem dan contact op met WPW:

Samen aan tafel in De Carrousel te Breezand. Altijd de eerste dinsdag van de maand: eerste keer op dinsdag 9 januari 2024. Opgave bij Nico Quant op telefoonnummer 06-13195449 of per mail quantnf@gmail.com. Opgeven kan tot en met 6 januari 2024 en contant betalen op de avond zelf.

Samen aan tafel in Keijzershoff te Anna Paulowna be-

gint op donderdag 11 januari 2024. Vanaf februari elke eerste woensdag van de maand. Opgave bij Servicepunt Anna Paulowna, Vredenhoff 66, 1761 BR Anna Paulowna (elke werkdag geopend tussen 9.00 en 12.00 uur), via telefoonnummer 0223-535826 of per mail annapaulowna@wonenpluswelzijn.nl. Opgeven kan tot en met 8 januari 2024 en contant betalen op het servicepunt tot en met 8 januari 2024. ■

Vervang je bad door een veilige en comfortabele Kinemagic douchecabine

Kinedo

- Lage instap
- Antislip douchevloer
- Wandbeugels
- Opklapbaar zitje
- Antikalk veiligheidsglas
- Ruime ingang



Installatiebedrijf OUD

Installatiebedrijf OUD B.V.
Heerenweg 67b
1768 BJ Barsingerhorn
t: 0224 - 53 19 53
info@installatiebedrijfoud.com

www.installatiebedrijfoud.com



Dementie roept veel vragen op, Geriant helpt!

Vergeten wat net gezegd is. In herhaling vallen. De bekende weg naar huis niet meer weten. Of iets opbergen waar het niet thuishoort... Wanneer er regelmatig stukjes uit het normale dagelijkse patroon wegvallen, kan er sprake zijn van een vorm van dementie. Uw huisarts kan u dan doorverwijzen naar ons. Wij bieden professionele begeleiding vanaf de eerste stappen in de diagnose. Voor u en voor uw naasten. Afgestemd op wat u wilt en kunt. Zodat u prettig thuis kunt blijven wonen zo lang als dat maar kan.

Daarnaast bieden wij cursussen en themabijeenkomsten aan gericht op het vergroten van kennis over dementie en over het ontwikkelen van vaardigheden om met deze ziekte om te gaan. Voor mantelzorgers, zorgprofessionals en -vrijwilligers, gemeenten, bedrijfsleven en verenigingen.

Geriant, van onderzoek en behandeling tot begeleiding en ondersteuning. Meer weten? Kijk op geriant.nl

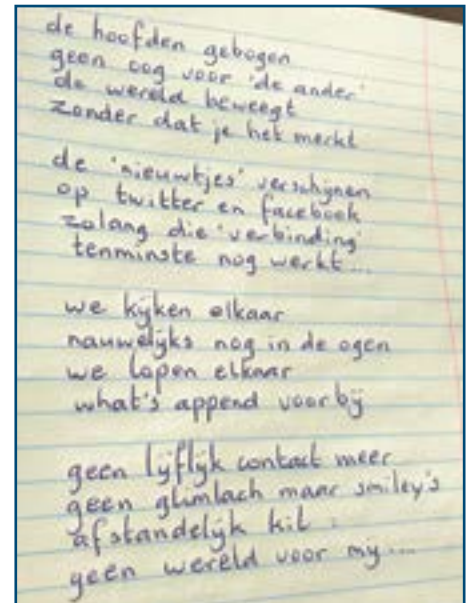
Door: Harriët van Domselaar

Glimlach of smiley?

TIJDENS de 'Week van de Ontmoeting' werden op diverse locaties van WPW bijeenkomsten georganiseerd, onder de noemer van het vertrouwde Doet & Ontmoet. Zo ook in Het Vikingschip in Den Oever, waar tientallen aanwezigen volop genoten van de heerlijke broodjes van De Polder-ei. Bijna vanzelfsprekend gepaard gaande met gezellige gesprekjes, die aan de ene tafel gemakkelijker op gang kwamen dan bij de andere. "Zijn Kees en Grietje er niet?" of "Volg jij die mooie televisieserie Oogappels?"

Er kwamen allerlei onderwerpen ter tafel. Waar nog wat gearzeld werd, bleken de placemats met ge-

spreksonderwerpen een uitkomst. Zo was daar bijvoorbeeld de volgende vraag op te lezen: "Waar kan ik je 's nachts voor wakker maken?" (een bordje patat of een slaappil, haha...) en dat leverde ook bij wat verlegen mensen gelach op. Evenals de vraag: "Wat voor een dier zou je willen zijn?"; wat varieerde van een olifant tot een stokstaartje of een vlinder. Al gauw werd duidelijk dat door de antwoorden op deze vragen ruimte ontstond voor het uitwisselen van persoonlijke ervaringen en gevoelens. Wat in het kader van dreigende eenzaamheid een mooi resultaat gaf. Zelfs al kenden de meeste mensen elkaar niet of nauwelijks. "Maar dat praat wel het gemakkelijkst", concludeerde een van de aanwezigen. "Juist ontmoetingen die verrassen openen mogelijkheden tot echt contact met



elkaar. Niet mailend of append, maar ouderwets elkaar in de ogen kunnen kijken. Ik ben echt heel blij dat WPW dit organiseert."

Met dank aan de gemeente Hollands Kroon, LINK Jongerenwerk, LSBO Hollands Kroon, Humanitas afdeling Kop van Noord-Holland en vrijwilligers. Want we hebben elkaar nodig, dat bleek wel! ■

Door: Angelique van Beckhoven

Mooie ontwikkeling voor Taalmaatjes Hollands Kroon

WEET u dat 2,5 miljoen volwassenen in Nederland moeite hebben met lezen, schrijven, rekenen en/of digitale vaardigheden? Zij hebben onvoldoende vaardigheden om zelfredzaam te kunnen zijn. Twee derde van hen is van Nederlandse afkomst en een derde heeft een anderstalige achtergrond.

Realiseert u zich wat dit betekent in het dagelijks leven? Invullen van formulieren, lezen van recepten, toepassen van veiligheidsinstructies, aanvragen van zorgtoeslag, betalen van rekeningen, een treinkaartje kopen, je kinderen voorlezen: het is allemaal heel lastig als je niet goed begrijpt wat er staat.

Om deze mensen te helpen heeft WPW de dienst Taalmaatjes. Een Taalmaatje is een vrijwilliger die volwassenen (vanaf 18 jaar) helpt om beter te lezen, te schrijven, te spreken, te rekenen en bij het verbeteren van

digitale vaardigheden. Via het Taalhuis, in de bibliotheek in Schagen, kunnen mensen zich aanmelden voor een Taalmaatje. Daar krijgen ze een intakegesprek waarin het niveau van de aanvrager en de hulpvraag worden vastgesteld. Ook wordt bekeken welk lesmateriaal het beste gebruikt kan gaan worden.

De aanvraag voor een Taalmaatje gaat naar WPW. Wij zoeken er dan een vrijwilliger bij en proberen zo een goede match te maken. Het is voor inwoners van Hollands Kroon vaak lastig om naar Schagen af te reizen voor een intakegesprek. Vanaf 2024 komt hier verandering in! Hollands Kroon krijgt op twee locaties een Taalhuis en daar kunnen ook intakegesprekken worden gevoerd. Een in de bibliotheek in de Cultuurschuur in Wieringerwerf en een in de bibliotheek in Anna Paulowna. Dit maakt het voor veel deelnemers makkelijker om dichterbij huis een intakegesprek te plannen en dus ook laagdrempeliger om deze stap te zetten.

Verder zijn er plannen om een Taalcafé in Hollands Kroon te realiseren. Een Taalcafé is een laagdrempelige bijeenkomst waar nieuwkomers die de Nederlandse taal willen leren samen komen om te oefenen met spreken en luisteren. Dit gebeurt onder de leiding van Taalmaatjes. Het Taalcafé is een gezellige, vertrouwde plek waar je durft te praten zonder angst om fouten te maken. Het haalt nieuwkomers uit hun isolement, is gezellig en levert sociale contacten op. Wij kunnen dan ook niet wachten om een Taalcafé in Hollands Kroon te realiseren!

Wordt u net als wij enthousiast van deze ontwikkelingen in Hollands Kroon en lijkt het u leuk om Taalmaatje te worden? Neem dan contact op met de coördinator van de dienst Taalmaatjes in Hollands Kroon. Dit is Angelique van Beckhoven, tel. 06-30292959 of per mail: a.vanbeckhoven@wonenpluswelzijn.nl. ■



Scan mij voor
meer informatie

voor al uw hulpmiddelen

Rollators • Scootmobielen
Duofietsen • Trapliften

Sta-op en realex fauteuils • etc. etc.

Met de beste service

Voor reparaties komen we bij u aan huis.
Of het nu een rollator, sta-op stoel, duofiets
of scootmobiel is, wij maken het allemaal.



Van Raam Easy Rider Compact

174 cm lang 73 cm breed
Geschikt voor de wat kleinere berguimte
Kleine draaicirkel

Onbetwist uw specialist

Mercurius 4d Scootmobiel

De scootmobiel is zeer
wendbaar ook in kleinere
ruimtes. Het rijcomfort, de
uitstekende vering, de
actieradius en de maximale
snelheid maken hem ook zeer
geschikt voor recreatieve ritten.

80 Ah-accu
Actieradius tot 50 km.
Digitaal scherm met
duidelijke weergave.
Met zijspiegels en extra luxe stoel
4-Wiel voor optimaal balans



Pride Endurance met duurzame lion accu met beveiliging om laadproblemen te voorkomen

Max 147 kg
Actieradius tot 20 km.
Demontabel in 5 delen van max. 12 kg. voor transport
Comfort- stressvering voor een comfortabele rit



Server Rollators

Ultra Light
Verkrijgbaar in het aluminium,
carbon in vele kleuren.
Met 7 jaar garantie.
Samen met het merk Topro zijn
dit de beste rollators die er zijn.
De rollators zijn super licht om
mee te nemen en gemakkelijk
in gebruik.
Komt u even langs om ze uit
te proberen?



**VanRaam
Premium dealer
Alle modellen
kunnen
uitgeprobeerd
worden**



**Wilt u ons hulpmiddel uitproberen?
Bel vandaag nog voor een afspraak**

www.ViaErwin.nl Hulpmiddelen | Hornweg 4Q 1721 CV Broek op Langedijk
Tel: 06 37 32 41 39 | E-mail: info@viaerwin.nl | Showroom open op afspraak

VOOR ALLE WAARDSE SENIOREN

'Samen zorgen wij voor senioren. Nu en in de toekomst.'





Pieter Raat biedt:

- Advies
- (Gespecialiseerde) zorg aan huis
- Huishoudelijke hulp
- Individuele begeleiding
- Beeldzorg via de Compaan
- Passende zorg in woonzorgcentra De Raatstede en Hugo-Waard
- Kortdurende opname
- Palliatieve zorg in ons hospice-appartement
- Personalarmering
- Welzijnsactiviteiten in De Raatstede, Hugo-Waard en wijkcentrum Arboretum
- Dagbestedingsactiviteiten op maat
- Maaltijdservice aan huis

Meer weten?
Kijk op www.dprs.nl
of bel 072 – 57 67 200.



wonen • zorg • welzijn  

LANGEDIJK

CURSUSSEN EN BEWEGING

- KOKEN VOOR MANNEN:** Vijf keer op maandag om 17.00 uur in het voorjaar Zorgcentrum Horizon in Broek op Langedijk.
- COUNTRYLINE DANS:** Elke maandag en vrijdag in Het Behouden Huis in Oudkarspel. Maandag groep 1 om 13.30 uur en groep 2 om 14.45 uur. Vrijdag is er een groep om 14.00 uur.
- KUNSTGESCHIEDENIS:** Vijf keer op woensdag om 10.00 uur in voor- en najaar in Het Behouden Huis in Oudkarspel.
- FIT PLUS GYM:** Elke dinsdag om 9.30 uur in het Kloosterhof in Noord-Scharwoude en elke maandag om 14.00 in de Geist in Sint Pancras.

ONTMOETING

- DOET & ONTMOET:** Voor een kopje koffie of deelname aan een activiteit.
Dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur De Geist, Sint Pancras.
Donderdag van 13.30 tot 16.00 uur Het Behouden Huis, Oudkarspel.
Vrijdag van 10.30 tot 12.00 uur Westerverne, Noord-Scharwoude.
- HAAKCLUB:** Elke donderdag van 14.30 tot 16.30 uur in BuitenZorg in Zuid-Scharwoude.
- KOOR OP EIGEN WIJZE:** Wekelijks op maandag van 14.30 uur tot 16.30 uur in BuitenZorg in Zuid-Scharwoude.
- COMPUTERSOOS / DIGITALE ONDERSTEUNING:** Wekelijks op dinsdag van 13.30 tot 15.30 uur in de bibliotheek in Zuid-Scharwoude. Wekelijks op donderdag van 13.30 tot 15.30 uur in de Geist in Sint Pancras.
- VROUWENACTIVITEITEN:** Diverse activiteiten, wekelijks op donderdag van 10.00 tot 12.00 uur in BuitenZorg in Zuid-Scharwoude.
- ONTMOETINGSGROEP IN MUSEUM BROEKERVEILING EN HET BEHOUDEN HUIS:** Wekelijks op dinsdag en vrijdag van 10.00 tot 16.00 uur in Museum Broekerveiling te Broek op Langedijk.
Elke woensdag van 10.00 tot 16.00 uur in Het Behouden Huis in Oudkarspel.

HEERHUGOWAARD

CURSUSSEN EN ACTIVITEITEN

- CREACAFÉ:** Elke dinsdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur. Locatie: het Arboretum in Heerhugowaard.
- DOET & ONTMOET:** Voor een kopje koffie of deelname aan een activiteit. Maandag van 10.00 tot 12.00 uur SVW'27, sportpark De Kabel, Parklaan 3, Heerhugowaard. Woensdag van 10.00 tot 11.30 uur in Wijkcentrum de Zon in Heerhugowaard.
- TALENT VOOR AMBACHT:** Deelnemen aan activiteiten en kennis delen over oude ambachten. Woensdag van 10.00 tot 11.30 uur in Trefpunt Rozenlaan, Rozenlaan 2 in Heerhugowaard.
- REPAIR CAFÉ REGIO HEERHUGOWAARD.** Weggooien, mooi niet! Heeft u iets dat stuk is en u wilt het laten maken? Dan kan dit bij het Repair Café.
Trefpunt Rozenlaan in Heerhugowaard.
Elke 1e dinsdag van de maand van 14.00 tot 16.30 uur, inloop mogelijk tot 16.00 uur.
Wijkcentrum De Zon in Heerhugowaard.
Elke 2e dinsdag van 10.00 tot 12.00 uur.
Het Dorpshuis in Heerhugowaard.
Elke 3e woensdag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur.
Bibliotheek in Heerhugowaard.
Elke 4e dinsdag van de maand 14.00 tot 16.00 uur.
- BINGO:** Elke 2e zondag van de maand, bingo met leuke prijsjes. De kosten zijn € 4,- per plankje en voor 3 plankjes betaalt u € 10,-. Inloop vanaf 13.30 uur. Locatie: het Arboretum in Heerhugowaard.
- DE HORST**
- ONTMOETINGSGROEP** Wekelijks op donderdag van 10.00 tot 15.30 uur. Informatie bij Carolien Langendijk, 06-22533624.
- HET ARBORETUM** Locatie: Wijkcentrum De Horst in Heerhugowaard.
- ONTMOETINGSGROEP** Wekelijks op maandag van 10.00 tot 15.30 uur. Aanmelden via Daniëlle van Keulen, tel. 06-57838095. Locatie: Tamarixplantsoen 1, Heerhugowaard.

- De activiteiten vinden plaats onder voorbehoud van tussentijdse wijzigingen.
- Voor vragen, opmerkingen of aanmelding, neem contact op via tel. 072-5717170 of mail naar dijkenwaard@wonenpluswelzijn.nl Of bekijk de website www.wonenpluswelzijn.nl.

Het hele jaar door: Doet & Ontmoet, Haakclub, Computer- en overige digitale ondersteuning, Ontmoetingsgroepen, Repair Café's, Creaclub en Bingo.
De overige activiteiten hebben een zomerstop. Voor minima is betaling voor activiteiten via de Dijk en Waard Pas mogelijk.

Signalering door vrijwilligers

REGELMATIG signaleren vrijwilligers dat het niet goed gaat met een cliënt. In Dijk en Waard zoekt Sander Klaassen snel uit of er zorg moet worden ingeschakeld of dat minder ingrijpende acties volstaan. Zijn werk valt binnen het project 'Uw zorg dichtbij', een samenwerking met Horizon Zorgcentrum in Broek op Langedijk.

Anderhalf jaar geleden bundelden WPW en Horizon Zorgcentrum de krachten. WPW kan om hulp vragen voor cliënten die zorg nodig hebben. En als de zorg merkt dat het niet goed gaat met het welzijn van een cliënt, dan kan om inzet van WPW worden gevraagd. Zo werkt het twee kanten op. Het resultaat is dat de cliënt langer en op een prettige manier thuis kan blijven wonen. Een groot voordeel voor cliënten is dat er sneller oplossingen worden gevonden.

SANDER KLAASSEN

Sinds een half jaar is Sander de betrokken welzijnsconsulent bij WPW. Hij onderhoudt regelmatig contact met Horizon Zorgcentrum. Wat helpt is dat hij zelf in de zorg heeft gewerkt en de cliëntengroep kent.



Sander kan enthousiast vertellen over oplossingen op het gebied van welzijn. Zo merkt hij dat eenzame cliënten baat kunnen hebben bij groepsactiviteiten. Anderen worden gelukkiger van vriendschappelijke huisbezoeken door een vrijwilliger. Er wordt geprobeerd om een vergelijkbare samenwerking met andere zorgaanbieders op te zetten. Zo kan het werkgebied worden vergroot.

SIGNALERING

Vaak begint het bij de signalering

van een probleem door een vrijwilliger. De maaltijdbezorger die opmerkt dat een cliënt een verwarde indruk maakt, of de klusjesman die bij de koffie hoort dat hij de eerste bezoeker in maanden is. Geef dergelijke zaken door aan uw eigen WPW-coördinator. En weet dan dat in Dijk en Waard vaak aan Sander zal worden gevraagd om voor een oplossing te zorgen. Voor meer info over Uw zorg dichtbij, neem contact op met Sander Klaassen via tel: 072-5717170 of mail naar dijkenwaard@wonenpluswelzijn.nl. ■



Diamond painting ontmoetingsgroep de Horst

Wekelijks is er in samenwerking met WPW een ontmoetingsactiviteit in de Horst, waar gezelligheid, met elkaar praten en creatief bezig zijn centraal staan. Onlangs maakte een aantal deelnemers deze schitterende diamond paintings. Een van hen vertelt: "Het is niet alleen erg leuk, maar vooral ontspannend. Ik vind er veel rust in." Belangstelling om ook eens aan te sluiten bij de ontmoetingsgroep? U bent elke donderdag van 10.00 tot 15.30 uur welkom aan het Van Eedenplein 5 in Heerhugowaard. Neem voor meer info contact op met Carolien Langendijk, via tel. 06-22533624. ■

Door: Eddie Bernhardt

Muziek als verbindende factor tijdens Serieus Langedijk

GEWELDIG nieuws, Wonen Plus Welzijn was dit jaar het goede doel van de sponsoractie 'Serieus Langedijk'. Café De Schelvis in Zuid-Scharwoude was tussen kerst en oudjaarsavond het muzikale middelpunt van een sponsoractie. Het is een variant van de landelijke actie Serious Request, waarbij diskjockeys van de landelijke radio zich vijf dagen opsluiten in een glazen huis, non-stop muziek draaien en daarmee aandacht vragen voor een goed doel, zoals bijvoorbeeld War Child. Bij het ter perse gaan van dit magazine was de opbrengst nog niet bekend. Kijk hiervoor op onze website of facebookpagina.

In Zuid-Scharwoude sloten vijf diskjockeys zich vijf dagen op in café De Schelvis. Zij draaiden 24/7 verzoeknummers met als inzet: zoveel mogelijk geld op te halen voor een goed doel. In 2022 was dat de Zorgtuinderij Oosterheem. Zij konden 12.000 euro bijschrijven. Dit jaar was Wonen Plus Welzijn dus de ontvanger van het sponsorbedrag. We zijn heel erg dankbaar voor alle donaties van de luisteraars en bezoekers!" Het team over de bestemming: "Wij zijn vereerd te zijn uitgekozen als het goede doel van Serieus Langedijk. Onze wens is om met de opbrengst een mobiele ontmoetingsplek te maken. Een rijdende pop-up in de wijken, waar verbinding en ontmoeting tussen buurtbewoners centraal staat. Met koffie, thee, wat lekkers en leuke activiteiten. Een plek die mensen samenbrengt. De mogelijkheden zijn eindeloos. We zijn heel erg dank-



baar voor alle donaties van de luisteraars en bezoekers!"

VERZOEKNUMMERS SERIEUS LANGEDIJK

Dag en nacht stonden de diskjockeys zagezegd achter de draaitafel om verzoeknummers de ether in te knallen. En niet alleen de ether, via de kabelkrant van lokale nieuwszender Streekstad Centraal waren de dj's ook live te zien op kanaal 42 bij Ziggo en bij KPN op kanaal 1504. De diskjockeys Didier Ruijters, Thomas Lute, Marc van der Leeden, Stef Callenbach en Dion Kenter waren de muziekmakers en werden ondersteund door een redactie, bestaande uit Daniëlle Roffel en Anne Schulte. In totaal waren er tien vrijwilligers actief om dit mogelijk te maken.

WPW ALS GOED DOEL

DJ Thomas en namens de ondersteunde redactie Anne en Danielle vertellen meer over de actie: "Het motto van onze stichting is 'Waar een klein dorp groot in kan zijn'. En met die instelling spannen wij ons in om 'Serieus Langedijk' mogelijk

te maken. Muziek verbindt mensen en draagt bij aan een rijk, sociaal leven in de dorpen in en om Langedijk. WPW spant zich ook in om de saamhorigheid en verbinding binnen de dorpen te bevorderen en is daarom een voor de hand liggend goed doel om ons voor in te spannen."

UITZENDINGEN VANAF 27 DECEMBERTOT NIEUWJAAR

De uitzending via de tv-zenders en website startte op woensdag 27 december om 12.00 uur en stopte op oudejaarsavond om 23.00 uur. Er waren allerlei acties waarmee geld werd ingezameld, zoals een veiling van spullen, de verkoop van speciale vesten via de websites. Zo was er bij een vorige aflevering een racepak van de bekende coureur Tom Coronel geveild voor een mooi bedrag. Kinderen bakten cupcakes en zamelden daarmee geld in. Er kwamen ook diverse lokale artiesten, waaronder popschool Your Song uit Sint Pancras die haar talenten liet optreden. Het hele programma staat op de website: www.serieuslangedijk.nl. ■



Eerder opgehaalde bedragen en doelen:

In 2022: 12.000 euro voor Zorgtuinderij Oosterheem

In 2021: ruim 22.000 euro voor Stichting Help Elkander

In 2020: 20.000 euro voor Voedselbank Langedijk

Talent voor Ambacht: Oude Ambachten, Nieuwe Kansen

IN een wereld waar computers en smartphones de toon zetten, dreigen de goede oude ambachten soms een beetje vergeten te raken. Maar in 2022 won het verrassende project 'Talent voor Ambacht' de Piusprijs, en daarmee zette het oude ambachten in de schijnwerpers op een geheel nieuwe manier.



Kantklossen

Dit project heeft verschillende doelen met elkaar verbonden: kennis op maat doorgeven, verborgen talenten ontdekken, en oudere experts betrekken. Deze hebben na hun pensionering nog steeds zoveel te bieden, zoals de Pius Stichting in Alkmaar met trots benadrukte.

VAN LOODGIETERS TOT KLOMPENMAKERS

Als we het hebben over ambachten, komen er allerlei beelden in ons op. Denk aan touwslagers, loodgieters, metselaars, letterzetters, klompenmakers, schoenmakers, porders (ja, dat beroep be-

stond echt!), dakdekkers, smeden, zilversmeden, lijstenmakers, mandenvlechters en bandenplakkers. En natuurlijk de traditionele gerechten zoals 'Jan in de zak'. Het project 'Talent voor Ambacht' heeft als doel deze ambachten nieuw leven in te blazen en hun historische waarde te koesteren.

De aftrap op woensdag 20 september jl. was smakelijk, met traditionele gerechten als 'Broeder' en 'Jan in de zak'. Een bezoeker uit een asielzoekerscentrum voegde daar nog een traditioneel Tunesisch gerecht aan toe, wat zorgde voor een culinaire wereldreis en een verras-

sende uitwisseling van kookkunsten.

NIEUW LEVEN INBLAZEN

De volgende bijeenkomsten brachten diverse ambachten en hobby's onder de aandacht, zoals borduren,

'DOE MEE EN LAAT DEZE AMBACHTEN SCHITTEREN'

kantklossen, houtbewerking, macramé en het maken van herdenkingskussens. Deze evenementen werden bezocht door enthousiastelingen, variërend van vier tot tien personen, die allemaal de passie hadden om deze oude ambachten opnieuw te ontdekken.

Het project 'Talent voor Ambacht' is een veelbelovend begin, vol met ideeën om verder uit te breiden.

GRAAG UW KENNIS DOORGEVEN?

Als u een ambacht beheerst en bereid bent uw kennis door te geven, of als u een ambacht of hobby wilt leren, dan horen we dat graag. Bij voldoende belangstelling kunnen we kijken hoe we dit kunnen organiseren en de oude ambachten een nieuwe kans geven. De traditionele ambachten van vroeger hebben zeker hun plaats in de moderne wereld, en ze kunnen de volgende generaties inspireren. Laten we deze niet vergeten, maar ze koesteren en nieuw leven inblazen voor de toekomst. Doe mee en laat deze ambachten schitteren!

Elke woensdag van 10.00 tot 12.00 uur komen wij samen aan de Rozenlaan 2 in Heerhugowaard. Op termijn vindt Talent voor Ambacht ook op andere locaties in de gemeente plaats. Kom gezellig langs, iedereen is welkom!

Meer info bij Annie Glas of Monica Reisser, tel. 072-5717170 of e-mail dijkenwaard@wonenpluswelzijn.nl. ■

WPW Dijk en Waard: over veranderingen gesproken

BIJ team WPW Dijk en Waard hebben het afgelopen jaar diverse veranderingen plaatsgevonden. Zo is het team gegroeid van zeven naar maar liefst vijftien collega's en wordt er gewerkt vanuit verschillende locaties en gebiedsteams. Hoe ervaren de teamleden deze veranderingen eigenlijk? Ferry Blokker (34) en Chantal Gonggrijp (38), beiden welzijnsconsulenten van WPW, vertellen hier graag over. Het verbinden van mensen is één van hun belangrijkste taken. Beiden zetten zich met veel toewijding in voor de inwoners van Dijk en Waard.

Hoe is het om te werken in een team dat zo gegroeid is? "Leuk," zegt Ferry enthousiast. "Er gebeurt veel en er is altijd wel een collega met nieuwe ontwikkelingen. Veel projecten zijn gegroeid of zijn nieuw opgestart in regio Heerhugowaard. Waar we eerst veel in De Anbouw in Noord-Scharwoude samenkwamen en op de Rozenlaan in Heerhugowaard, is dat nu op de Gildestraat in Heerhugowaard. Dat is nu een belangrijke plek om in verbinding te zijn als team." Chantal vertelt: "De veranderingen zijn best uitdagend en vergen veel van het team. Doordat er zoveel ontwikkelingen zijn, moet iedereen zijn draai weer opnieuw vinden. Zowel de beroepskrachten als vrijwilligers. Nu we eindelijk op onze nieuwe locaties gevestigd zijn, merken we dat het wat begint in te dalen. De groei brengt onrust met zich mee, maar er komen ook ontzettend mooie dingen uit voort. We hebben in korte tijd een sterk team weten neer te zetten en zien een mooie toekomst voor WPW team Dijk en Waard. Daar mogen we best trots op zijn!"

Ferry: "Omdat we nu meer wijkgericht en in gebiedsteams werken met nieuwe locaties, is dat



Links Ferry Blokker en rechts Chantal Gonggrijp

ook even wennen en het vergt ook meer afstemming. Wanneer zien we elkaar, wat zijn de wensen van het team en wat heeft de vrijwilliger van ons nodig? Hier proberen we zo goed mogelijk naar te luisteren. Met de versterking van nieuwe en zeer kundige collega's

**'WIJ ZIJN DANKBAAR
DAT ER ZOVEEL
ENTHOUSIASTE
MENSEN BEREID
ZIJN HUN STEENTJE
BIJ TE DRAGEN'**

en de groei in vrijwilligers gaat dit helemaal goed komen. De gebiedsteams werken in de praktijk intensief samen, in feite vormen we zelf één groot team, zo voelt dat. Wij werken hierbij veel samen met andere organisaties. Een van de partners is MET Welzijn. Het is fijn elkaar gemakkelijk te kunnen vinden en er samen te kunnen zijn voor de inwoners."

UITBREIDING DIENSTEN

Chantal: "Bij WPW Langedijk was eerder een aantal diensten die WPW Heerhugowaard (nog) niet uitvoerde. Een voorbeeld hiervan is het project 'Vriendschappelijk huisbezoek'. Een mooi project dat in Lan-

gedijk floreerde en nu vanaf januari 2023 in Heerhugowaard ook is opgepakt. Hier blijkt veel behoefte aan te zijn. Het is mooi te zien hoe we alleen al met dit project nu ook een bijdrage in de regio Heerhugowaard kunnen leveren."

Ook de vraag naar vrijwilligers in heel Dijk en Waard is fors toegenomen. "Die vinden we door oproepen in de (sociale) media, de site www.hetvrijwilligerspuntdijkenwaard.nl of mond-op-mond. Vooral leuk is het wanneer mensen zich aanmelden doordat andere vrijwilligers ze enthousiast hebben gemaakt. Zonder hen (zo'n 560 vrijwilligers) kunnen we onze diensten niet uitvoeren. Wij zijn dankbaar dat er zoveel enthousiaste mensen bereid zijn hun steentje bij te dragen." ■

De gebiedsteams met locaties:

Team Noord,
gelegen aan de Rozenlaan,
Heerhugowaard

Team Zuid, gevestigd in
het wijkcentrum De Zon
in Heerhugowaard

Team Langedijk, te vinden in
De Binding te Zuid-Scharwoude

Contact is mogelijk via:
Tel. 072-5717170 of e-mail
dijkenwaard@wonenpluSwelzijn.nl

Ontmoetingen: 'Tijd nemen voor elkaar'

RIA KLAVER is vrijwilligster in De Verbinding in Julianadorp. Ze is vaste kracht op de woensdagmiddag, maar ze valt ook regelmatig en graag in voor anderen.

"Het contact maken met de mensen vind ik het allermooist", zegt ze. "Ik kan eerlijk gezegd niet zo zeer een speciale ontmoeting noemen. Het is meer het geheel aan gesprekken. Komt u gerust eens langs op de inloopochtend op donderdag. Dan kunt u ervaren hoe gezellig het is. Er zijn vaste bezoekers, maar ook mannen en vrouwen die zo af en toe eens binnenstappen en altijd wel wat te vertellen hebben. Eerst schoorvoetend, maar als voelbaar wordt dat er vertrouwen is, komt men los hoor!"

ANDERE PRAAT

"Voor veel mensen is het gewoon weer eens wat andere praat", vult collega Peter van den Burg aan. Hij is een ervaren vrijwilliger, die niet meer uit De Verbinding is weg te denken. Maar liefst drie dagen per week geniet hij van de waardevolle ontmoetingen. "En dat is meestal wederzijds. Geïnteresseerd zijn in elkaars wel en wee is dan de rode draad. Tijd nemen voor elkaar. Thuiszitten kan voor menig een wat saai worden. Dan ligt eenzaamheid op de loer. Dat moeten we zien te voorkomen. Er komen – vergeleken bij andere activiteiten – ook opvallend veel mannen een praatje maken. Over van alles en nog wat. Variërend van voetbal tot politiek en films. Sinds kort lunchen we ook samen. Héél leuk! Mijn mooiste ontmoeting was met Jannet van Baaren. Zij is welzijnsconsulent bij WPW en coördinator van de ontmoetingsgroepen. Een paar jaar geleden zat ik zelf aan het eind van een afkeuringstraject. Jannet was zo vriendelijk en begripvol dat ze me op De Verbinding wees en hier binnenhaalde. Dat heeft mijn leven veranderd. Ik doe niets liever dan voor mensen zorgen en plezier maken. Het is dankbaar werk. In een goed team", zegt hij vol overtuiging.

ONTMOETINGSGROEPEN

Zowel Ria als Peter zijn met anderen ook aanwezig op de dagen dat er ontmoetingsgroepen zijn voor mensen met een indicatie. "Dan doen we met wie wil en kan leuke dingen", zegt Ria. "Laatst brachten we een bezoekje aan een tuin-



Ria Klaver geeft uitleg aan twee dames

centrum en eenvoudige spelletjes doen is ook favoriet. Of met elkaar naar muziek luisteren."

Peter: "Prachtig om te zien hoe mensen zich hier thuis voelen. Dat levert dierbare ontmoetingen op. Er ontstaan zelfs vriendschapsbanden. Wat extra voelbaar is als een van de gasten afscheid moet nemen omdat hij of zij naar een zorgcentrum gaat. Of richting levenseinde. Tegelijkertijd houden wij contact met de

echtgenoot of echtgenote die alleen thuis achterblijft. Die nodigen wij uit om op onze inloopochtenden te komen. Daar vinden ze houvast en gezelligheid."

Voor informatie over de ontmoetingsgroepen, neem contact op met: Jannet van Baaren via 06-82563787 of j.vanbaaren@wonenpluswelzijn.nl.

Activiteiten Ontmoetingscentrum De Verbinding

MAANDAG

- 09.00 tot 10.00 uur: Wandelgroep (na afloop koffiedrinken)
- 13.00 tot 15.00 uur: Krea club (alleen oneven weken)
- 17.00 tot 20.30 uur: De onvergetelijke kookclub (elke 3e maandag van de maand, voor meer informatie: kookclub.julianadorp@alzheimervrijwilligers.nl)
- 19.30 uur: Alzheimercafé (1e maandag van de oneven maanden)

DINSDAG

- 09.30 tot 16.00 uur: Ontmoetingsgroep voor mensen die wat extra ondersteuning nodig hebben
- 13.00 tot 15.00 uur: Krea club (kaarten maken)
- 17.30 tot 20.00 uur: Resto Samen zijn (€ 8,50/ € 5,50 voor minima/kinderen, wel aanmelden**)

WOENSDAG

- 09.30 tot 16.00 uur: Ontmoetingsgroep voor mensen die wat extra ondersteuning nodig hebben
- 14.00 tot 15.30 uur: Speelgoedbank (alleen de even weken)
- 17.30 tot 20.00 uur: Resto Samen zijn (€ 8,50/ € 5,50 voor minima/kinderen, wel aanmelden**)

DONDERDAG

- Start 9.30 uur: Wandelgroep (na afloop koffiedrinken)
- 09.30 tot 16.00 uur: Ontmoetingsgroep voor mensen die wat extra ondersteuning nodig hebben. Binnenkort start met kookclub.
- 13.30 tot 16.30 uur: Klaverjassen (3e donderdag van de maand met Keezen)
- 13.30 tot 16.00 uur: Oogcafé (3e donderdag van de maand)

VRIJDAG

- 09.30 tot 16.00 uur: Ontmoetingsgroep voor mensen die wat extra ondersteuning nodig hebben
- 11.00 uur: Elke 1e vrijdag van de maand een extra Doet & Ontmoet, mogelijk aansluitend met een gratis lunch en bewegen op muziek, vooraf aanmelden
- 13.30 tot 16.00 uur: Doet & Ontmoet*

ZONDAG

- 14.00 tot 16.00 uur: Doet & Ontmoet* (1e en 3e zondag van de maand)

* Elkaar ontmoeten en (gezamenlijke) activiteiten

** Aanmelden maaltijden tel: 0223-865443 of mail: restaurantsamenzijn@gmail.com

Mijn naam is Ria Beijersbergen. Ik woon sinds 2003 in Schagen. Ik ben weduwe van Dick, die in 2019 overleden is aan de gevolgen van Lewy body-dementie. Ik ben in die jaren daaraan voorafgaand, in feite omdat het water me aan de lippen stond, verhaaltjes gaan schrijven. Dick heeft daar nog veel plezier aan beleefd. In het voorjaar van 2022 kwam de verhalenbundel uit, met de titel Zwempees, over leven met Lewy body-dementie. Van ieder verkocht boek gaat er € 4 naar dementie.nl, zodat ik mijn bijdrage kan leveren aan onderzoek naar dementie.



OPMAAT

Sinds oktober 2015 weten we dat Dick, mijn man, aan dementie lijdt. Hoewel wat hem betreft het woord "lijden" niet goed gekozen is, hij spreekt zelf liever van een kwaaltje. Het kwaaltje heeft een mooie naam: Lewy body-dementie.

Direct na de diagnose besloten we om ons als struisvogels te gedragen. Kop in het zand en "wij zijn er even niet." In beperkte kring wist men ervan en dat hebben we geweten. Steun en hulp werden ons direct toegezegd en dat was en is hartverwarmend.

Toen de storm wat ging liggen, zijn we op onderzoek uitgegaan: hoe ziet de toekomst eruit, wat voor praktische zaken moeten er geregeld worden, hoe komen we aan informatie. Internet bleek een goede bron te zijn en nu, voorjaar 2016, hebben we de boel aardig op de regel.

Wat natuurlijk ook langs kwam: wat is de prognose, hoeveel tijd hebben we samen nog. Na wat zoek-

werk kwam het verlossende woord: tussen 2 jaar en 20 jaar. Voor eind zestigers, want dat zijn we, is dat wel komisch. Dat was onze levensverwachting toch al, ook zonder kwaaltje. Dan lopen we tegen de negentig, als er dan van lopen nog sprake is natuurlijk.

We zien wel, dat is toch eigenlijk onze insteek en dat bevalt ons tot nu toe goed. Natuurlijk zijn er barre dagen waarop de zakdoeken niet aan te dragen zijn en we, uitgeput, even de rem op alle activiteiten zetten. Al doende leren we. Voor mij blijkt wandelen en in de tuin werken goed te zijn, en ik mag bij een paar mensen stoom afblazen, waar ik dankbaar voor ben.

En toen kwam er iets nieuws om de hoek kijken: ik ben stukjes over ons leven gaan schrijven en ik word er blij van.

Uit de verhalenbundel: Zwempees, over leven met Lewy body-dementie. Geschreven door Ria Beijersbergen.

PUZZEL MEE EN WIN!

Los de woordzoeker op en maak kans op 1 van de 3 VVV-cadeaukaarten ter waarde van € 12,50.

De winnaars van de vorige WPW-woordzoeker zijn:

Mevr. Toos Beurskens-Vergeen (Anna Paulowna)

Mevrouw Atie Brak (Schagen)

Zij hebben een Plukker-cadeaubon ontvangen.

- | | | | |
|-----------|------------|-----------|----------|
| amber | dominique | lieke | noortje |
| anita | emma | linda | olivia |
| anja | florentine | madeleine | phileine |
| carin | hanneke | marit | simone |
| carlijn | isabella | marleen | sophie |
| caroline | jasmijn | maud | vivienne |
| chantal | julia | maureen | yvonne |
| charlotte | kimberley | milou | |
| chrissy | lauren | naomi | |

C	M	I	L	O	U	P	R	E	S	O	P	H	I	E
A	M	T	Y	E	L	R	E	B	M	I	K	T	U	I
R	A	G	E	T	T	O	L	R	A	H	C	Q	E	E
I	R	R	C	F	L	O	R	E	N	T	I	N	E	N
N	L	E	H	T	I	R	A	M	J	N	N	N	G	E
E	E	B	A	H	S	L	E	Z	I	A	A	J	V	E
N	E	M	N	O	A	I	N	M	L	T	I	I	I	R
N	N	A	T	D	B	N	O	A	R	I	V	M	V	U
O	E	Y	A	E	E	D	N	D	A	N	I	S	I	A
V	J	S	L	J	L	A	K	E	C	A	L	A	E	M
Y	T	S	I	U	L	E	R	L	K	A	O	J	N	A
S	R	I	M	L	A	U	R	E	N	E	J	T	N	U
D	O	R	O	I	A	P	H	I	L	E	I	N	E	D
G	O	H	A	A	M	M	E	N	I	L	O	R	A	C
E	N	C	N	L	I	E	K	E	N	O	M	I	S	N

Mail uw oplossing naar: info@wonenpluswelzijn.nl
 (onder vermelding van uw naam en adresgegevens)
 of stuur naar: **Wonen Plus Welzijn**
Zijperweg 14
1742 NE Schagen

De inzending dient **vóór 1 maart 2024** binnen te zijn. De winnaars krijgen persoonlijk bericht en worden vermeld in het volgende WPW Magazine.

ook op
ZONDAG
OPEN!

atm
WoonCenter



CASH & CARRY

KORTINGEN TOT 70%



Banken
Stoelen
Waterbedden
Boxsprings
Relaxstoelen
Matrassen
Kussens
Dekbedden
Tafels...



OP=OP



LEEGVERKOOP

atm
WoonCenter
atmwooncenterschagen.nl

iedere
ZONDAG
OPEN!



ATM WOON & SLAAPCENTER SCHAGEN
Witte Paal 241 Schagen 0224-227357
Openingstijden:
Dinsdag t/m vrijdag 10.00 - 17.30 uur
Zaterdag tot 17.00 uur en iedere
ZONDAG OPEN 11.00 - 16.00 uur



atm
SlaapCenter
atmwooncenterschagen.nl