

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



## TIJD VOOR DE BELASTING



8-9

## GRAAG GEDAAN



16

## VRIJWILLIG CHAUFFEUR JACK LOBÉ



26

# Thuiszitten hoeft niet...

## Kom naar Skager AC!

Chronisch ziek, een lichamelijke beperking of niet aangeboren hersenletsel? Dan bent u bij Skager AC aan het juiste adres. In de regio Schagen en Hollands Kroon staan wij voor u klaar met veel interessante en leuke activiteiten. Daarnaast bieden we goede hulp en begeleiding.

### Afhankelijk van uw vraag, bieden we:

Creatieve activiteiten en muziek  
Ontmoeting en ontspanning  
Training en begeleid werken  
Sport en bewegen

### Skager AC biedt ook diverse therapieën zoals:

Afasiebehandelgroep  
SMTA-therapie  
(Sprak-muziektherapie)

### Voor meer informatie of aanmelding:

Erna Vorkink 06 538 758 12 of mail:  
erna.vorkink@esdege-reigersdaal.nl  
www.skagerac.st-er.nl



||  
Revalideren  
bij Samen

Revalidatiecentrum Samen is specialist in revalidatie bij:

- Beroerte of ander hersenletsel
- Orthopedische ingrepen
- Gevolgen van ongelukken
- Amputatie
- Longaandoeningen (bijv. COPD)
- Ziekte van Parkinson
- Algemene revalidatie

**samen**  
WOONZORGGROEP

**Heeft u net een operatie gehad of heeft u last van de gevolgen van een aandoening of ziekte? Dan bent u bij ons aan het juiste adres. Bij Revalidatie- & Behandelcentrum Samen te Schagen kunt u terecht voor een uitgebreid revalidatietraject.**

U kunt bij ons rekenen op een hoge kwaliteit van zorg en behandeling. Wij staan klaar met een specialistisch team om samen met u en uw naasten te werken aan uw behandeldoelen en herstel.

**Wilt u meer weten of eens een kijkje nemen?**

Wij geven u graag een rondleiding. Bel 088 - 619 4100 om een afspraak te maken of kijk op [www.woonzorggroepsamen.nl](http://www.woonzorggroepsamen.nl).

meer  
kunnen



# Het beste idee van WPW

**B**este lezers,

Een nieuw jaar, een nieuw begin. In dit eerste nummer van 2020 nemen we u mee in de ontwikkelingen van Wonen Plus Welzijn (WPW). Heel veel diensten en activiteiten worden in dit magazine even voor het voetlicht gebracht.

WPW gaat in 2020 nog meer andere vormen van ontmoetingsactiviteiten in de kernen van Hollands Kroon opzetten, in samenwerking met de dorpsbewoners en de samenwerkingspartijen. De werkgroepen 'Graag Gedaan', al heel veel jaren actief, stellen zich aan u voor. Ook dit keer een aantal interviews met diverse vrijwilligers en waarom zij zich verbonden voelen met WPW. Wij vertellen iets over onze rol in de buurtkamer van Huys ten Ooghe in Callants-oog (gemeente Schagen) die op 1 januari jl. is gestart. De mantelzorgondersteuning in de gemeente Langedijk wordt onder de aandacht gebracht. Het project Aan de Slag in samenwerking met het AZC in Heerhugowaard wordt beschreven.

Daarnaast zoeken wij het beste IDEE van WPW. Doet u mee? Voor meer informatie zie pagina 5 van dit

magazine. Aan onze organisatie zijn vele vrijwilligers verbonden. Een platform waar zij en onze cliënten zich gehoord voelen is onze vrijwilligers/cliëntenraad. Wij zijn op zoek naar nieuwe leden. Voor meer informatie hierover verwijzen wij naar onze nieuwe website [www.wonenpluswelzijn.nl](http://www.wonenpluswelzijn.nl). Ook die heeft een nieuw jasje gekregen.

Veel leesplezier. Suggesties, ideeën, vragen en aanmeldingen op onze oproepen, we horen ze graag!

Petra Hoekstra en Peter de Wit,  
duo-directie Wonen Plus Welzijn



## INHOUDSOPGAVE

Regels Thuisabonnement van WPW	4
Het beste WPW idee	5
Mantelzorg op toneel	6
Vrijwilliger van De Factorie	7
Belastingaangifte	8 en 9
De Verbinding en Vrijwilligers gezocht	11
Stagiaires Schagen / Hollands Kroon	12 en 13
Artikelen gemeente Schagen	14, 15, 16, 17 en 18
Artikelen gemeente Hollands Kroon	19, 20, 21 en 22
Artikelen gemeente Langedijk	23, 24, 25 en 26
Artikelen gemeente Heerhugowaard	27, 28 en 29
Prikbord en puzzel	31

## ADVERTENTIETARIEVEN

Dit magazine is gedrukt op 115 grams gerecycled papier.

De advertentietarieven zijn:

1/1e	pag. € 299,-
1/2e	pag. € 159,-
1/4de	pag. € 89,-
1/8ste	pag. € 54,-

(tarieven ex btw)

Wilt u een advertentie plaatsen?

Mail dan de uitgever: [john@jvwuitgeverij.nl](mailto:john@jvwuitgeverij.nl).



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

**Uitgever:** JvW Uitgeverij  
[www.jvwuitgeverij.nl](http://www.jvwuitgeverij.nl)

**Opmaak:** Max Grafische Vormgeving

**Redactie:** Bèr Gordijn, Peter van der Zon, Henk Hoeben, Willy Vlaar, Corry Leijen, Ineke Vroling, Marika de Jager, Tessa Vriend, Hanneke van Zanen en Caroline de Vries.

**Oplage:** 7.000 exemplaren

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

**Volgende uitgave:** Zomer 2020



Dit magazine wordt gedrukt op gerecycled papier.

# THUISABONNEMENT: EEN HELPENDE HAND

## Hiermee kunt u hulp krijgen bij onder meer:

- klein onderhoud in de tuin
- klussen in en om huis
- boodschappen
- belastingaangiften
- administratie
- formulieren
- computer
- medicijnbezorging
- vervoer
- het aanvragen van maaltijden thuis
- 3x per jaar het prachtige WPW Magazine
- informatie en advies over wonen, welzijn en zorg (ook een afspraak bij u thuis is mogelijk)

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. U betaalt alleen voor onderdelen en voor benzinekosten à € 0,33 per kilometer wanneer de vrijwilliger uzelf of iets voor u vervoert (direct te voldoen aan de chauffeur). Indien u een woning huurt bij een Woningbouwvereniging, kan het zijn dat u korting krijgt op het Thuisabonnement. Tevens ontvangt u korting bij veel bedrijven, zoals de

pedicure, kapper en hovenier. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met het servicepunt in uw regio.

## Kosten Thuisabonnement per maand:

- Eigen huis Schagen en Hollands Kroon: € 5,25
- Huurder Wooncompagnie: € 3,25
- Huurder Beter Wonen: € 4,05
- Huurder Woningbouw Anna Paulowna: € 3,25
- Eigen huis Langedijk: € 4,00
- Huurder Langedijk (Woonstichting Langedijk, Woonwaard, Ymere, Habion en Horizon): € 2,00
- Heerhugowaard: € 4,75

## Verse maaltijden thuis bezorgd

Wilt u gebruik maken van onze maaltijdservice of hierover informatie, dan kunt u elke werkdag tussen 8.30 en 11.30 uur contact opnemen met het Maaltijdservicepunt van Wonen Plus Welzijn via **0224-273150** of e-mail **maaltijden@wonenpluswelzijn.nl**. De koelverse of vriesverse

maaltijden worden onder meer bereid door Voedingsdienst Samen en thuis bezorgd door vrijwilligers van Wonen Plus Welzijn. In Langedijk worden ook warme maaltijden bezorgd, bereid bij Chantels Mengelmoes. Contact: **Tel. 0226-318050** of **langedijk@wonenpluswelzijn.nl**

Wonen Plus Welzijn (WPW) is een maatschappelijke organisatie actief in 4 gemeenten in de regio Noord-Holland-Noord. Er zijn 1.200 vrijwilligers en 40 beroepskrachten betrokken bij de organisatie en we bereiken ongeveer 5.000 inwoners in het gehele werkgebied. Wonen Plus Welzijn biedt dien-

sten aan op het gebied van welzijnsadvies, vrijwilligerswerk, jongerenwerk, mantelzorg, praktische hulpverlening, maaltijden, activiteiten, burgerinitiatieven, buurtbemiddeling, administratieve ondersteuning, begeleiding, taalmaatjes, buurtcirkel en diverse projecten.



# Het beste WPW-idee

**D**E maatschappij is voortdurend in ontwikkeling en dat zien we terug bij WPW. We proberen een antwoord te geven op wat in de samenleving nodig is en onze diensten hierop af te stemmen. Hierbij proberen we zo goed mogelijk te luisteren naar de gemeenten, opdrachtgevers en bovenal ook naar onze vrijwilligers en cliënten.

Vanuit die gedachte is ontstaan: **het beste WPW-idee**

- Wat ziet u in de samenleving waar onze organisatie iets voor zou kunnen betekenen?
- Welk mooi idee heeft u voor de diensten van WPW?
- Welk idee heeft u dat u wilt uitvoeren?
- Op welke manier zou u de organisatie bij WPW zelf kunnen verbeteren?



Per kwartaal worden alle ideeën en suggesties verzameld. Een groepje van vijf mensen vormt de commissie (mix van consultants, directie, oud-bestuurders en vrijwilligers) en kiest hieruit de beste ideeën. Natuurlijk vergezeld met een leuke prijs.

Mail naar [info@wonenpluswelzijn.nl](mailto:info@wonenpluswelzijn.nl) onder vermelding van 'het beste WPW-idee'. Dit kan tot zondag 15 maart 2020. ■





# Mantelzorg op toneel

**W**AT doe je als toneelspelen je grote hobby is en je een beetje uitgekeken bent op de stukken die je toneelclub jaarlijks op de planken brengt? Dick Stolwijk ging bij Artiance in Alkmaar toneellessen volgen. Daar ontmoette hij spelers die dezelfde passie met hem deelden en meer wilden dan weer een klucht of blijspel. Toen Artiance geen subsidie meer kreeg voor die lessen richtte hij in 2017 met drie andere 'toneelfreaks' theatergroep Kortsluiting 2.0 op. Hun droom was theater te maken, waarin op schrijvende en hilarische wijze, het wel en wee van gewone mensen werd verbeeld en in te zoomen op herkenbaar leed. Eigentijds en actueel.

Ze deden met korte stukken mee met het Brugtheaterfestival in Alkmaar en Herberg Hoorn. Daarna speelden ze een avondvullend stuk: Verre Vrienden van Alan Ayckbourn. Vorig jaar maakten ze een volgende stap; zelf een stuk maken. Ze trokken de stoute schoenen aan en kozen voor een actueel onderwerp. De meeste spelers hadden ervaring met mantelzorg. Ze wisselden verhalen uit, keken op internet en spraken met zorgverleners en mantelzorgmakelaars. Materiaal genoeg, maar hoe maak je daar een voorstelling van? Verhalen vol verdriet, wanhoop, twijfel en onmacht leverden aanvankelijk een gitzwarte wereld op. Theatercoach Gerda Klievink liet de spelers improviseren. Dat leverde materiaal op voor de tekst die zij schreef. Met het stuk dat zo ontstond werd hun droom realiteit. Het publiek keek naar een voorstelling waarin het geploeter van gewone mensen voelbaar werd gemaakt.

## 'WANKEL EVENWICHT'

Met de voorstelling wordt niet één verhaal verteld. In korte scènes wordt een impressie gegeven van twee verschillende mantelzorgsituaties. Links op toneel een zitbank waarop een dochter tussen de 30 en 40 jaar de hele dag te vinden is. Een slimme meid die advocate was en verslaafd raakte. Na verschillende opnamen komt ze uitbehandeld terug in het ouderlijk huis. Ze heeft een problematische relatie met haar moeder. Rechts op toneel, achter een keukentafel, een dementerende man, die door zijn dochter wordt verzorgd. Ook hier een ongemakkelijke relatie. In het midden van het toneel de suggestie van een zorgkantoor met koffertjes, telefoontjes, notitieblokjes en laptops. De



zorgverleners worden Pips genoemd. Hiermee geeft de regisseur aan dat er een montagetechniek wordt gebruikt om meerdere beelden tegelijk te tonen. Op vaak hilarische wijze wordt de professionele zorg, waar het vaak vooral om geld en tijd draait, neergezet.

In het toneelbeeld vallen vooral de schoenen, meestal met hoge hakken, op. Als er van rol wordt gewisseld, dan trekken de spelers andere schoenen aan. Het ongemakkelijke van de hoge hakken maakt de titel van het stuk nog eens extra duidelijk.

## KORTSLUITING

Wat mij vooral aan het denken zette na de voorstelling was het beeld van twee werelden: de mantelzorgers en de professionele hulpverleners. Er is de onmacht van de mantelzorgers. De moeder, die haar verslaafde dochter niet kan omarmen en in de ogen kijken. Ze zegt: "Ik kan het niet. Kun je me dat verwijten? Ik voel me schuldig nu ze weer is opgenomen. Maar ook opgelucht." En als de vader naar een zorginstelling kan, verzucht de dochter: "Alzheimer kunnen we niet begraven, maar de ellende er omheen wel. Dat loodzware plichtsgevoel waar geen sprankje licht doorheen komt. Ik kan mijn eigen leven nu weer verder leven."

En daarnaast de verzuchtingen van de Pips: "Jarenlang hebben we gedacht en gedaan, wat wij dachten dat gedaan moest worden. Niet alles pakte even goed uit. Vaak dachten we ijzer met handen te kunnen breken. De meeste regels in de zorg gaan over cijfers en de klok. Geld en tijd bepalen de agenda. We doen wat we kunnen, maar zijn aan handen en voeten gebonden. Handen die geen ijzer kunnen breken, voeten in hoge hakken."

## NIEUWSGIERIG?

Iedereen die iets met mantelzorg te maken heeft zou de voorstelling gezien moeten hebben. De voorstelling 'Wankel Evenwicht' werd begin februari gespeeld in het Scagontheater te Schagen. Het zou ook geen slecht idee zijn als zorg- en welzijnsinstellingen zouden overwegen medewerkers en vrijwilligers deze voorstelling aan te bieden. Boeiend en stof biedend voor overdenking en discussie. Van harte aanbevolen. Zie website: [www.tgkortsluiting.com](http://www.tgkortsluiting.com) voor meer speeldata. ■

# 'Ik voel mij weer nuttig'

**DIT** is mijn derde interview met een medewerker van de Factorie, onderdeel van WPW. Dit is een werkleerbedrijf voor mensen die, door wat voor oorzaak ook, hun werkzame leven hebben moeten verlaten. Om (vrijwilligerswerk) ervaring op te doen, structuur in de week te krijgen of de taal te leren biedt WPW de mogelijkheid om via het leerwerk traject hun horizon te kunnen vergroten en wellicht de kans op een werkplek te kunnen krijgen. De Factorie is nu zo'n anderhalf jaar bezig en heeft al meerdere mensen (jong en oud) verder kunnen helpen.

Deze keer heb ik een prettig gesprek met Cees Bloem van de fietsenwerkplaats. Cees is vijftien jaar geleden ziek geworden en is na twee jaar ziekte zijn werkplek kwijtgeraakt. Gezien de toen ontstane crisis en zijn leeftijd kon hij geen werk meer vinden en kwam hij langdurig thuis te zitten. En dat dat geen pretje is voor iemand die altijd hard gewerkt heeft, kunnen we ons allemaal indenken. Tweemaal een zware longontsteking gaf helemaal een dreun op zijn welzijn. Via de gemeente Schagen werd het idee geopperd om eens te gaan praten bij WPW waar de Factorie een onderdeel van is. Er werd gekeken naar de mogelijkheden voor Cees en sinds april 2019 werkt hij bij de administratie en de fietsenwerkplaats. Cees was in zijn baan als export-medewerker-binnendienst zeer actief. Hij deed veel bureauwerk, hij was gewend veel te regelen en had veel contact in binnen- en buitenland. Cees was betrokken bij diverse trajecten en begeleidde dat van het begin tot het eind. Zijn ziekte heeft hier helaas abrupt een einde aan gemaakt.

## NUTTIG

Hij werkt nu drie ochtenden in de week, waarvan twee ochtenden op de administratie en één ochtend in de fietsenwerkplaats en heeft zo een goede daginvulling. Hij was eerst kandidaat in de Factorie en werkt nu als vrijwilliger. Sociaal gezien is het contact nu met andere mensen een belangrijk stap in de goede richting. En evenzo fijn, hij voelt zich vooral weer nuttig! In de fietsenwerkplaats werkt hij samen met vier tot vijf mensen, waar zij fietsen opknappen, repareren en demontoren die niet goed meer zijn. De onderdelen die nog te gebruiken zijn

worden bewaard voor nog te repareren fietsen. Regelmatig komen fietsen van particulieren binnen en we halen, in samenwerking met de gemeente, fietsen op die onder andere bij het station langdurig staan en kennelijk geen eigenaar meer hebben. Ook de Wooncompagnie komt regelmatig met fietsen die achtergelaten zijn

*'Vrijwilligerswerk is zo goed voor je eigen hart en door dat hart sta je ook weer open voor andere mensen'*

bij huurhuizen die opnieuw verhuurd gaan worden. Als de fietsen dan klaar zijn om naar een nieuwe eigenaar te gaan worden ze via de gemeente tegen vergoeding aangeboden aan mensen die daar voor in aanmerking komen. Met zijn werk bij de administratie is hij vooral bezig met kwaliteit en daar kan hij zijn werkervaring goed in kwijt. Deze werkzaamheden hebben dan ook zijn voorkeur.

## PASSEND WERK

Via dit werk-traject hoopt Cees een werkplek te krijgen (met steun van de gemeente) om met behulp van Agros (reïntegratiebedrijf) passend werk te vinden. Deze organisatie heeft een eigen kantoor binnen PRO (voorheen Noorderkwartier), de sociale werkplaats in Schagen. Via de gemeente heeft Cees een vaste contactpersoon die actief gaat kijken, wanneer hij het reïntegratie-traject in kan gaan. Hij hoopt dat dit spoedig gaat lukken. Vooralsnog heeft hij het prima naar zijn zin bij WPW. ■



Cees Bloem

# Het is weer tijd voor de belastingaangifte

**H**ET invullen van de belastingformulieren komt er weer aan, vóór 1 mei ontvangt de Belastingdienst graag uw ingevulde cijfers. Invullen kan best ingewikkeld zijn en niet iedereen heeft hier dan ook kaas van gegeten. Thuisabonnement-leden die moeite hebben met het invullen van de belastingaangifte, kunnen hierbij ondersteuning ontvangen. Ook bij het aanvragen van toeslagen. Onze vrijwilligers helpen u graag hiermee. Voor geïnteresseerden wijden wij in dit nummer graag iets meer uit over belastingen, aangifte en toeslagen.

Belastingen zijn bij verjaardagen en dergelijke een favoriet onderwerp van gesprek. Tenminste, tegen de tijd dat er weer aangifte gedaan wordt. Maar wat zijn belastingen eigenlijk? In de basis is het geld dat de overheid van ons vraagt, zoals inkomstenbelasting naar het inkomen, BTW (21 en 9%) bij boodschappen, de zorgverzekering via het loon of uitkering of een aparte aanslag. Zo zit in de prijs van energie (gas en licht) en benzine belasting en stuurt de gemeente ons een WOZ-aanslag (de oude Onroerendgoedbelasting) en de waterschapsbelasting. Kortom, er zijn behoorlijk veel soorten belasting. Het heffen van belastingen is noodzakelijk om ons land draaiende te kunnen houden. Daarbij wordt zowel naar de mensen (uitkeringen, toeslagen) als naar de materiële zaken (zorgkosten, wegenbouw, het leger enz.) gekeken.

## AANGIFTE INKOMSTENBELASTING

We beperken ons nu tot de inkomstenbelasting. Elk jaar weer vullen velen hiervoor de aangifte in. De Belastingdienst hanteert de

gevatte slogan 'Leuker kunnen we het niet maken, wel makkelijker.' Dit doet zij onder andere door veel gegevens al voor ons in te vullen in de digitale aangifte. Denk aan loon, AOW, uitkeringen, banksaldi en hypotheekrente. U hoeft ze alleen nog maar te controleren met uw eigen gegevens, zoals jaaropgaven en dan wel verkeerd ingevoerde bedragen te corrigeren. Het is dan ook zaak uw jaaropgaven goed te bewaren. Vervolgens de aangifte voor akkoord klikken en klaar is Kees. U kunt dan ook meteen zien hoeveel u moet bijbetalen of terugkrijgt.

## BELASTINGTARIEVEN

Hoeveel belasting u betaalt wordt vanaf 2020 berekent met behulp van drie belastingtarieven. Hoe meer inkomen u heeft, hoe hoger het belastingtarief wordt. Dat heeft te maken met de draagkracht: gesteld wordt dat hoe meer u verdient, hoe meer u kunt betalen. Dat is te zien in het zogenoemde schijventarief. Voor AOW'ers (geboren voor 1946) gelden lagere tarieven: over de eerste € 35.375,- betaalt u 19,45% belasting, over de volgende € 33.131,- betaalt u 37,35% en over alles daarboven betaalt u 49,5%.

Dit lijkt misschien veel, maar als de totale belasting (Box 1, 2 en 3, zie verderop) is uitgerekend, komt u in aanmerking voor diverse heffingskortingen. Dit een korting op de inkomstenbelasting (IB) en premies volksverzekeringen. Welke u

krijgt, hangt af van uw persoonlijke situatie. Zo krijgt iedereen een algemene heffingskorting van € 1.413,- aflopend bij een hoger inkomen tot € 0,-. Werkt u nog, dan krijgt u ook een Arbeidskorting van € 1.989,- maar ook aflopend. Bent u AOW-gerechtigd en verdient u minder dan € 37.372,- dan krijgt u een Ouderenkorting van € 1.622,- eveneens aflopend. Woont u alleen, dan komt daar nog een Alleenstaande Ouderenkorting van € 436,- bovenop. Al deze cijfers zijn van 2020.

## PENSIOENUITKERING

Deze kortingen zijn normaal gesproken zo hoog dat als u alleen AOW ontvangt, u geen inkomstenbelasting betaalt. Een aandachtspunt: als u bovenop uw AOW een pensioenuitkering ontvangt, is een aanslag wel mogelijk. Maar vaak wordt bij een pensioenuitkering al belasting ingehouden, zodat het per saldo wel meevalt. Als u echter meerdere pensioenuitkeringen ontvangt, kan het te betalen bedrag fors oplopen omdat de per saldo ingehouden belasting te laag is. U kunt dit opvangen door elke maand een bedrag te sparen of door een voorlopige aanslag aan te vragen. In veel gevallen krijgt u al automatisch een voorlopige aanslag, omdat de Belastingdienst weet dat u moet bijbetalen. Toch is het handig dit in de gaten te houden

## BOXEN

De belastingaangifte is in drie delen gesplitst, Boxen genoemd. In Box 1 wordt de belasting over uw loon, pensioen, AOW en eigen woning berekend, zoals hierboven beschreven. In Box 2 worden inkomsten uit aandelen, obligaties en voordelen uit uw eigen besloten vennootschap allemaal belast tegen een vast tarief van 26,5%. En tenslotte worden in Box 3 opbrengsten uit uw overig vermogen belast. Ook hier heeft de Belastingdienst uw bankgegevens al ingevuld. Wel even controleren natuurlijk.





### TOESLAGEN

Om mensen met een laag tot middel inkomen te ondersteunen heeft de overheid een aantal toeslagen in het leven geroepen, bestaande uit inkomensafhankelijke subsidies. Belangrijke toeslagen zijn: huurtoeslag en zorgtoeslag.

Voor mensen met jonge thuiswonende kinderen zijn er nog andere toeslagen mogelijk zoals kindbijslag, kindgebonden budget en combinatiekorting. U dient elke toeslag apart aan te vragen en daarbij uw inkomen (en van uw partner) nauwkeurig op te geven. En de kosten waarvoor u de toeslag vraagt. Indien blijkt dat u achteraf meer heeft verdiend dan u heeft opgegeven, betaalt u een deel van de toeslag later terug. ■

## Vereisten voor de aanvraag van veelvoorkomende toeslagen

### HUURTOESLAG:

- De huur mag maximaal € 737,14 per maand zijn
- U heeft per januari 2020: in box 3 een vermogen van maximaal € 30.846,- (of samen met partner € 61.692,-)
- U dient een zelfstandige woonruimte te huren.
- Er is geen inkomenseis meer, maar voor 2019 lag het maximum op € 22.675,- (alleenstaand) of € 30.800,- (samen met partner).  
U kunt ervan uitgaan dat voor 2020 ongeveer dezelfde norm zal worden gehanteerd.

### ZORGTOESLAG:

- U dient een Nederlandse zorgverzekering te hebben.
- Uw inkomen is maximaal € 30.481,- of € 38.945,- (samen met partner).
- Uw vermogen is per januari 2020: in box 3 maximaal € 116.613,- of samen met uw partner € 147.459,-.

Beide toeslagen kunt u aanvragen bij de Belastingdienst/mijn toeslagen. U heeft hiervoor een DigiD nodig. Meer informatie kunt u vinden op internet. Zoek naar Belastingdienst Tarieven en Belastingdienst Toeslagen.



## Even een praatje bij de medicijnen

“Wat ik zo fijn vind, is dat de meiden van Omring twee keer per dag langskomen voor mijn pillen en het prikken. Dan hoef ik niet bang te zijn dat er wat fout gaat”, zegt Dirk Wolters (84) uit Wieringerwerf. “En ondertussen houden ze ook in de gaten hoe ik me voel.”

### *‘Informeren hoe het met iemand gaat, is minstens zo belangrijk’*

Soms is hij vrolijk, maar ook weleens verdrietig. Dan heeft hij er moeite mee dat hij in korte tijd zijn vrouw en twee schoondochters aan kanker heeft verloren. “Binnen een paar maanden was ik ze alle drie kwijt. Kijk, wat een lieve schatten!”, zegt hij wijzend op de foto’s. Ook de thuiszorgmedewerkers troont hij vaak even mee.

“Bij meneer Wolters”, vult IG-verzorgende Christa Bork van Omring aan, “gaat het inderdaad niet alleen om het medische aspect. Ik kom ’s morgens en ’s avonds om zijn medicijnen klaar te leggen en te controleren of hij de juiste hoeveelheid insuline heeft gespoten voor zijn suikerziekte. Dan voelt hij zich wat zekerder. Maar ik informeer ook altijd hoe het met hem gaat, want dat is zeker zo belangrijk.”

Het gaat steeds beter, vindt meneer Wolters zelf. Hij had wel een terugslag toen hij aan zijn nieren werd geopereerd en een stoma kreeg. “De chirurg

heette Keizer, dus ik roep graag voor de grap dat ik een keizersnee heb gehad. Maar wat een gedoe met mijn stoma, zeg. De hulp van de Omringdames na de operatie was dan ook heel welkom. Ze waren allemaal erg lief en keurig op tijd. Ze hielpen me door een zware periode heen, want ik kreeg ook nog wat gezeur met mijn darmen. Ik viel in drie weken tijd zelfs 9 kilo af. Nu eet, fiets en loop ik weer als vanouds, hoor.”

Hij heeft inmiddels ook weer veel zin in het leven. “Het aards gewemel staat me nog wel aan, zeg ik de laatste tijd steeds vaker tegen mezelf. Dus dat is een goed teken. Ik geniet erg van mijn kinderen, kleinkinderen en achterkleinkinderen, die regelmatig langskomen. Laatst was er overigens een nichten- en nevenreünie in Friesland. Nou, daar ga ik dan met mijn broer in de auto naartoe. Gelukkig heb ik ook veel contact met mijn burens. De buurman zie ik bijna dagelijks. Nee, ik verkommer niet. En anders trekken de meiden van Omring wel aan de bel.”

#### **Is thuiszorg ook iets voor u?**

Heeft u medische hulp, ondersteuning bij het douchen of andere hulp nodig? Neem contact op met Omring en maak een afspraak met het thuiszorgteam in uw regio.

Bel 088 - 206 89 10. Wij zijn 24 uur per dag, 7 dagen per week bereikbaar.



## Altijd wat te beleven in De Verbinding in Julianadorp

**I**N het vorige magazine heeft u al kunnen lezen over Resto Samenzijn. Iedere dinsdag en woensdag wordt samen gegeten in De Verbinding. Maar er gebeurt nog veel meer in Julianadorp.

Wilt u bijvoorbeeld voldoende (blijven) bewegen om zo lang mogelijk gezond en fit te blijven, vallen te voorkomen en/of om gezellig iets met anderen te doen? Sluit dan gerust aan bij bewegen op muziek. Iedere vrijdagmiddag kunt u onder leiding van een professional, met of zonder (rol)stoel, meedoen. Allerlei muziekgenres komen langs, zorgen voor een gezellige sfeer en na afloop is er de gelegenheid om samen nog even wat te drinken.

Wonen Plus Welzijn begeleidt de zelfstandige werkgroep vrijwilligers in De Verbinding. Bent u nieuwsgierig en wilt u een keer met ons meedoen? We zien u graag op een vrijdagmiddag om 13.30 uur in De Verbinding in Julianadorp!

### MAANDAG:

9.30 uur: Wandelen en koffie drinken  
13.00 tot 15.30 uur: (oneven weken) Creatief bezig zijn

### DINSDAG:

9.00 en 14.00 uur: Hulp en ondersteuning bij computer en tablet  
9.00 tot 12.00 uur: Koersbal  
13.00 tot 15.30 uur: Kaarten maken in de creaclub  
17.30 tot 20.00 uur: Resto Samenzijn

### WOENSDAG:

13.00 tot 15.00 uur: Sjoelen  
17.30 tot 20.00 uur: Resto Samenzijn

### DONDERDAG:

9.00 tot 14.00 uur: Onder de Acacia's  
10.30 tot 11.30 uur: Wandelgroep (vanuit Sportservice)  
13.00 tot 16.00 uur: (3e donderdag van de maand) Keezen  
13.30 tot 16.30 uur: Klaverjassen  
19.30 uur: (2e donderdag van de maand) Bingo

### VRIJDAG:

9.00 en 14.00 uur: Hulp en ondersteuning bij computer en tablet  
13.30 tot 14.30 uur: Bewegen op muziek en koffie drinken

## Vrijwilligers gezocht voor Vitality Clubs, samen bewegen in de buitenlucht



**T**EAM Sportservice Schagen gaat in de gemeenten Schagen en Hollands Kroon Vitality Clubs opzetten voor ouderen. De Vitality groep is een club mensen die samen outdoor bewegingsactiviteiten gaan doen, buiten in hun eigen wijk.

De deelnemers zijn zelf coach en organisator. Voor deze clubs zoeken we Peer Coaches, vrijwilligers die zelf ook ouder zijn en het leuk vinden om een groep op te zetten en mee te doen.

Het is een nieuwe beweging: Vitality Clubs. Een beweeggroep voor en door ouderen die samen bewegen in de openbare ruimte. De oefeningen zijn op ieder niveau uit te voeren en focussen op kracht, behendigheid, uithoudingsvermogen en conditie. Er is geen professionele kracht bij betrokken. Vitality Clubs

werken volgens het 'Peer Coach' principe: ouderen helpen elkaar om gezond en gelukkig oud te worden. Plezier en gezelligheid staan voorop. Omdat de bewegingsactiviteiten buiten zijn, zijn er ook nauwelijks kosten mee gemoeid. In Schagen en Hollands Kroon zijn Vitality Clubs nieuw, maar in andere regio's bestaan de Vitality Clubs al langer. Grote groepen ouderen zijn er letterlijk door in beweging gekomen! Veel ouderdomskwalen zijn te voorkomen of te vertragen door elke dag een uur te sporten. Deelnemers worden niet alleen fitter, maar voelen zich ook beter. Daarnaast is de Vitality Club een prettige manier om met nieuwe mensen in contact te komen.

### BEGELEIDING

De Vitality Club is in Leiden al een groot succes. Team Sportservice Schagen heeft daarom de handen ineengeslagen met de Leyden Academy on Vitality and Aging om een cursusdag te organiseren voor de nieuwe Peer Coaches. Op

deze cursusdag wordt u wegwijs gemaakt hoe u een nieuwe Vitality Club opstart en begeleidt. Vindt u sport en bewegen in uw wijk belangrijk? Lijkt het u leuk om samen met andere bewoners van uw dorp of buurt samen in beweging te komen? Meldt u dan nu aan als vrijwillig Peer Coach voor de start van een nieuwe Vitality Club in uw eigen wijk in gemeente Schagen of Hollands Kroon. U heeft geen ervaring nodig of sportachtergrond. U wordt hierin begeleid.

### INTERESSE?

Interesse?

Bent u enthousiast en wilt u meer informatie en/of u opgeven als Peer Coach, neem dan contact op met Sanne Melching van Team Sportservice Schagen:

smelching@teamsportservice.nl of tel.: 0224-214774.

Om mee te doen in een Vitality Club kunt u Sanne (zie boven) benaderen of u door middel van [jouw.teamsportservice.nl/schagen](http://jouw.teamsportservice.nl/schagen) op de hoogte stellen. ■

# Foto's activiteiten WPW



Bloemschikken: bij Doet & Ontmoet

Sjoelen bij de Doet & Ontmoet in de Groene Schakel



Repaircafé



## Stagiaires Schagen en Hollands Kroon 2019-2020

***‘Elke dag was anders, de collega’s waren ontzettend gezellig en behulpzaam’***

*Mijn naam is Jeanine, ik ben 24 jaartjes jong en woon momenteel in Alkmaar. Oorspronkelijk kom ik uit het mooie Den Helder, maar de liefde heeft mij uiteindelijk toch uit mijn vertrouwde plaats weten te krijgen*

‘Ik volg de opleiding Medewerker Maatschappelijke Zorg niveau 4 met uitstroomprofiel. Specifieke doelgroepen en zit in het laatste leerjaar. Hiervoor heb ik de gelijknamige opleiding gedaan op niveau 3, waardoor ik niveau 4 verkort mag doen. Ik loop in-

middels drie jaar stage bij WPW en op dit moment ben ik werkzaam binnen de Factorie. Mijn eerste ervaring met WPW was op het Ontmoetingscentrum de Nieuwe Nes. Daar liep ik twee dagen per week stage, een half jaar lang. Ik was enorm blij met deze stage. Ik leerde veel over dementie en de activiteiten die er waren voor deze doelgroep. Ik genoot enorm van mijn stagedagen en wilde niet meer weg.

Toen ik in het laatste leerjaar van niveau 3 zat, wilde ik graag weer bij WPW gaan stage lopen, maar dan op een andere locatie. Helaas mocht ik niet mijn stage zelf kiezen. Toch heb ik de stoute schoenen aangetrokken en heb zelf mijn stage geregeld, en met succes! Dat jaar liep ik stage op het hoofdkantoor, het servicepunt, als zorgvrijwilliger en werkte ik een dagdeel binnen de Factorie. Wat een geweldige stage! Ik wilde echt niet meer weg. Ik leerde zo onwijs veel. Elke dag was anders en de collega’s waren ontzettend gezellig en behulpzaam.

Hierna heb ik tijdens de zomervakantie met veel plezier gewerkt bij WPW, om gaten op te vullen van collega’s die hun welverdiende vakantie hadden. Tja, niveau 4... nieuwe stage... ik trek gewoon nog een keer de stoute schoenen aan en probeer het nog een keer! En wederom met succes! Momenteel ben ik werkzaam binnen de Factorie en heb ik samen met Hanneke (mijn stagebegeleider) en Ramona (stagiaire) een project opgezet: Lezen in de Keuken. Daarnaast ben ik taalmaatje, heb ik een taalklasje, begeleid ik een kandidaat met het opdoen van werkervaring en ga ik binnenkort beginnen met Informatief Huisbezoek.’ ■



## Stagiaires Schagen en Hollands Kroon 2019-2020



### **Ervaring opdoen met senioren**

*Yvonne Truijens (47) zit in het tweede jaar van de HBO studie Social Work aan InHolland Alkmaar. Ze is getrouwd met Remco, moeder van twee kinderen en woonachtig in Anna Paulowna. Yvonne heeft een succesvol bedrijf, SAMEN Bureau voor Loopbaanontwikkeling, met locaties in Heerhugowaard en Den Helder.*

Bij WPW heeft zij zich als stagiaire aangemeld om meer in aanraking te komen met ouderen in onze samenleving. Een doelgroep waar zij weinig ervaring en kijk op had.

Zo heeft Yvonne als zorgvrijwilliger gewerkt in Schagen en begeleidt zij nu de Doet & Ontmoet in Anna Paulowna.

Daarnaast is ze actief buurtbemiddelaar en gaat regelmatig op pad om buurtbewoners met elkaar in contact te laten komen om bijvoorbeeld bij overlast, gezamenlijk tot een oplossing te komen. Naast werk, gezin en studie mag ze graag reizen. Ze is verslingerd aan JJsland en dit jaar staat een grote reis van een maand naar Japan op de planning. Yvonne is energiek, voortvarend en gedreven waarbij oprechte aandacht en contact met mensen voor haar heel belangrijk is. ■

### **'Al van jongs af aan wist ik dat ik met ouderen wilde gaan werken'**

*'Mijn naam is Demy, ik ben 18 jaar en ik woon in Wieringerwaard. Ik zit nu in mijn tweede jaar van de opleiding Maatschappelijke zorg op het ROC Kop van Noord-Holland in Den Helder. Ik loop stage bij het ontmoetingscentrum De Nieuwe Nes in Schagen.*

Ik heb het enorm naar mijn zin op mijn stage en ik leer er heel veel. Al van jongs af aan wist ik dat ik met ouderen wilde gaan werken en het liefst in de activiteitenbegeleiding. Ik werk twee à drie keer in de week bij de Jumbo in Anna Paulowna op de afdeling vleeswaren en kaas. Verder vind ik het erg leuk om met vrienden af te spreken, heerlijk op de bank naar een film of serie te kijken en daarnaast vind ik shoppen ook erg leuk.' ■



### **'Ik ben blij dat ik hier een bijdrage aan kan leveren'**

*'Mijn naam is Ramona Petrus, 40 jaar en woon met mijn gezin in Schagen. In mijn vrije tijd speel ik graag gitaar. Na ruim 14 jaar in de zorg gewerkt te hebben, heb ik de overstap gemaakt naar de sociale sector.*

Sinds september 2018 volg ik de flexibele deeltijd opleiding bij InHolland Alkmaar. Een weloverwogen keuze, waarvan ik nog geen moment spijt heb gehad. Ik loop, naast mijn werkzaamheden als ambulante begeleider binnen het primair onderwijs stage bij WPW

Schagen. Eerst als zorgvrijwilliger en sinds september ben ik verbonden aan het project Lezen in de Keuken.

Dit project heeft als doel mensen met verschillende culturele achtergronden samen te brengen en de Nederlandse taal te verbeteren. Samen je eigen eten bereiden is een manier om je thuis te voelen en ook om je te verbinden met anderen. Een prachtig project. Ik ben blij dat ik hier een bijdrage aan kan leveren. ■

## Gemeente Schagen

### Centraal kantoor WPW

Zijperweg 14, 1742 NE Schagen  
Tel. 0224-273140

[info@wonenpluswelzijn.nl](mailto:info@wonenpluswelzijn.nl)

### De Balie/ Servicepunt Schagen/ Vrijwilligerspunt Noordkopvoorelkaar

Markt 18

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

Ma. t/m vr. 10.00-15.00 uur

[schagen@wonenpluswelzijn.nl](mailto:schagen@wonenpluswelzijn.nl)

### Vrijwilligerspunt Noordkopvoorelkaar

Ma, di en do. 10.00-12.30 uur.

[info@noordkopvoorelkaar.nl](mailto:info@noordkopvoorelkaar.nl)

[www.noordkopvoorelkaar.nl](http://www.noordkopvoorelkaar.nl)

Bij De Balie/ Servicepunt/Noordkopvoorelkaar in de middag bezoek op afspraak.

### Werkleerbedrijf De Factorie Schagen Hollands Kroon

Zijperweg 14, 1742 NE Schagen  
0224-273145

tevens locatie voor:

Was en strijkservice: wassen en kastklaar maken, eventueel met halen brengen.

Naaiatelier: kledingreparaties tegen materiaalvergoeding. meer info;

[www.defactorie.nl](http://www.defactorie.nl)



### Team Schagen welzijnsconsulenten:

V.l.n.r. Corry Leijen, Esther van Vugt, Hanneke van Zanen, Elisabeth Hoekstra, Celsa van Vliet en Charlotte Kamps.

Op de foto ontbreken Irma Giling, Martine Raams, Elise Visser en Spike van der Steen.

## Graag Gedaan

**Warmenhuizen** • Tel. 0226-393838

• Ma. en vr.: 9.15-10.15 uur

**Tuitjenhorn** • Tel. 0226-393335

• Ma. t/m vr.: 9.00-10.00 uur

**Waarland** • Tel. 0226-422571

b.g.g of dringende zaken 06-57829795

• Ma. en vr.: 9.00-10.00 uur

**Dirkshorn** • Tel. 0224-551919

• Ma. en vr.: 9.00-10.00 uur

**Schagen** • Tel. 0224-296366

• Ma. t/m vr.: 9.00-10.00 uur

**Oud Zijpe** • Tel. 06-57150110

• Ma./wo./vr.: 9.00-10.30 uur

## WAT KAN WONEN PLUS WELZIJN VOOR U BETEKENEN?

**PRAKTISCHE ONDERSTEUNING IN EN OM HET HUIS** • Via Thuisabonnement kunt u klussen in huis en tuin laten doen.

**INFORMATIE, ADVIES EN ONDERSTEUNING** • Voor vragen op welzijnsgebied helpen onze vrijwilligers u verder. In de hele regio zijn ook vrijwillig onafhankelijk adviseurs (VOA's) actief.

**MAALTIJDEN** • Thuisbezorging van koelverse of vriesverse maaltijden. Voor aanvraag en informatie maaltijden: Maaltijdservicepunt geopend van 8.30 tot 11.30 uur, iedere werkdag, tel. 0224-273150.

**INZET ZORGVRIJWILLIGERS** • Deskundige vrijwilligers bieden extra ondersteuning naast professionele zorg, in situaties waar men door beperkingen zorg behoeft. Denk aan een gesprek, samen erop uit of een hobby of een activiteit uitoefenen.

**MANTELZORGONDERSTEUNING** • Een steuntje in de rug voor ieder die zorgt voor een ander. Vrijwilligers nemen (tijdelijk) de zorg en aandacht even over.

**CURSUSSEN, ACTIVITEITEN EN VOORLICHTINGEN** • Wij bieden een uitgebreid programma met cursussen, (ontmoetings)activiteiten en voorlichtingsbijeenkomsten.

**ONDERSTEUNING BIJ CVA OF DEMENTIE** • Individuele thuisondersteuning op maat, speciaal voor mensen met CVA of dementie. Voor begeleiding is er ook het Ontmoetingscentrum Schagen. Wekelijkse ontmoeting voor mensen met CVA in Het Ontmoetingscentrum in Schagen

**ACTIVEREN EN ONDERSTEUNING IN KWETSBARE SITUATIES** • Samen onderzoeken we hoe u zo lang mogelijk thuis kunt blijven wonen.

**ONDERSTEUNING BIJ INITIATIEVEN** • Heeft u ideeën om samen de leefbaarheid in uw wijk, buurt of dorp te verbeteren? Wij ondersteunen u hierin.

**DOET & ONTMOET** • Bijeenkomsten om andere mensen te leren kennen en om contacten op te bouwen. De activiteiten zijn creatief, actief, recreatief en educatief.

**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.

**NOORDKOPVOORELKAAR** • De plek waar vraag en aanbod op het gebied van vrijwilligerswerk bij elkaar komen. Zie voor meer info: [www.noordkopvoorelkaar.nl](http://www.noordkopvoorelkaar.nl).

**VERVOER** • De 60+ bus kunt u bespreken voor in de stad Schagen. De Seniorenbus is te reserveren voor de regio 't Zand, Sint Maartensbrug en de kustdorpen. Via Graag Gedaan in de gemeente Schagen is ook vervoer mogelijk.

**BUURTBEMIDDELING SCHAGEN** • Wij zetten buurtbemiddelaars in als burensamenwerkingscommissies. Deze helpt burensamenwerkingscommissies of ruzies samen op te lossen. Voor meer informatie: [www.buurtbemiddelingschagen.nl](http://www.buurtbemiddelingschagen.nl).

**BUURTCIRKEL** • De buurtcirkel is er voor mensen die weinig mensen in hun omgeving kennen, zich (soms) eenzaam voelen, af en toe wat hulp kunnen gebruiken en/of wat leuk willen doen met ander(en). In de buurtcirkel ben je er voor elkaar.

**TALMAATJES** • Vrijwilligers ondersteunen mensen bij het leren, lezen en schrijven in de Nederlandse taal.

Al onze cursussen en activiteiten staan vermeld op [www.wonenpluswelzijn.nl](http://www.wonenpluswelzijn.nl)



## DOET & ONTMOET

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

**WIJKCENTRUM GROENEWEG, Iepenlaan 56, Schagen**  
Elke dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur.  
met: Repaircafé elke 1e en 3e dinsdag  
met: Eten in de Buurt elke laatste dinsdag 16.00 tot 19.00 uur. Kosten € 4,-.

**KOOR OP EIGEN WIJZE:**

**DE BLOKHUT, aan de Loet, Schagen.**  
Elke vrijdag: 14.00 tot 15.45 uur.

**GESPREKSGROEPEN SCHAGEN:** (deelname na opgave)

**ONDER DE ACACIA'S, Acaciaplein 400, Schagen**  
Elke 1e maandag: 14.30 tot 16.00 uur.  
Elke 3e donderdag: 14.00 tot 16.00 uur.

**DE BUURTCIRKEL, Zijperweg 14, Schagen**  
Elke woensdag: 10.30 tot 12.00 uur.  
Informatie of aanmelding:  
Buurtcirkelcoach Caroline de Vries,  
tel. 06-25513804.

## CURSUSSEN & ACTIVITEITEN

**GYMNASTIEK:** Vrijdag: 9.30 tot 10.15 uur.  
De Blokhut, Loet 10, Schagen.  
Woensdag: 9.30 tot 10.15 uur.  
Dorpshuis Kolfweid, Jewelweg 7c,  
Callantsoog.

**JAZZBALLET:** Woensdag van 11.15 tot 12.45 uur.  
Balletschool, Julianalaan 4b, Schagen.

**FIT + BUITENSPORT:** Donderdag: 9.00 tot 10.00 uur.  
Cruyff Court naast Regius College,  
Schagen.

**COUNTRY-LINE DANCING:** Dinsdag: 13.30 tot 14.30 uur en 15.00 tot 16.00 uur. Onder de Acacia's,  
Acaciaplein 400, Schagen.

**NORDIC WALKING:** Vrijdag loopgroep 9.30 tot 10.30  
Diverse buitenlocaties Schagen.

**KOERSBAL:** Dinsdag: 9.30 tot 12.00 uur.  
Groeneweghal, Wilgenlaan 1a, Schagen.

**BOWLEN:** Dinsdag bowlen: 13.30 tot 15.00 uur.  
Donderdag bowlen: 15.00 tot 16.30 uur.  
Op donderdagavond is er bowlen voor  
ouderen gemengd met jongeren vanaf 25  
jaar. Bowlingcentrum Schagen.

**ENGELS:** Dinsdag: 9.30 tot 10.30 uur.  
De Hoge Akker, Dorpsstraat 35,  
Tuitjenhorn.

**DIGIBRON:** Donderdag in de oneven week: 10.00 tot 12.00 uur. In de centrale hal van Woonzorgcentrum De Bron, Kogerlaan 36a, Schagen.

**DIGIBAR:** Dinsdag: 10.00 tot 12.00 uur.  
In de Cultuurhoek Markt 18, Schagen.

### Inlopen vrijwillig onafhankelijk adviseurs (VOA).

Een vrijwillige onafhankelijke adviseur kan inwoners op verzoek adviseren, ondersteunen en bemiddelen of doorverwijzen bij vragen op het gebied van onder meer welzijn, zorg, inkomen en recht.

### Senioren Woonadviseur (SW)

Een Senioren Woonadviseur adviseert mensen vanaf 55 jaar en ouder in de gemeente Schagen over allerlei woonvragen. U kunt

terecht met vragen over verhuizingen, woningaanpassingen en inschrijving Woonmatch.

Wilt u een afspraak met een VOA of een SW neemt u dan contact op met ons servicepunt iedere werkdag telefonisch bereikbaar van 10.00 tot 15.00 uur (0224-291042). Open inloop tot 12.30 uur (Torenstraat 1a Schagen). Daarnaast heeft het Dorpsontmoetingspunt in Petten iedere 1e woensdag van de maand open inloopspreekuur van 10.00-12.00 uur.

## Zomerse fietstochten

Ook dit jaar organiseert WPW samen met de bonden weer gezellige fietstochten. We starten op de eerste maandag van mei. Het vertrekpunt is vanaf De Bron, Kogerlaan in Schagen om 13.30 uur. De kosten blijven hetzelfde. Wilt u meefietsen dan kan dat, u hoeft zich niet op te geven. Kom gezellig langs en rijd eens mee!

De afstand is circa 25 kilometer en de snelheid ongeveer 15 kilometer per uur. Ook is het mogelijk om met de scooter mee te gaan, deze moet dan wel 15 kilometer per uur kunnen halen. We starten op 4 mei, en de overige data zijn: 1 juni, 6 juli, 3 augustus en 7 september.



# Graag Gedaan



Loes de Wit en Hans Krug

**WE** zetten in dit nummer Graag Gedaan in het zonnetje! Sinds 1 januari jl. zijn er zeven Graag Gedaan groepen aan WPW verbonden. De zelfstandige Graag Gedaan werkgroepen in Oud-Harenkarspel zijn sinds 2012, na de fusie tussen Wonen Plus Welzijn en Stichting Welzijn Ouderen Harenkarspel (SWOH), onderdeel van WPW. Graag Gedaan stad Schagen sloot aan in 2013, Graag Gedaan, Oud-Zijpe is vanuit een bewonersinitiatief gestart in 2016. Onlangs kwam Graag Gedaan Anna Paulowna als werkgroep onder de vleugels van WPW.

De vrijwilligers van Graag Gedaan doen hun vrijwilligerswerk met veel toewijding en inzet. Graag Gedaan voorziet, al jarenlang, dagelijks in de behoefte van oudere inwoners in de verschillende dorpskernen, ieder met hun eigen identiteit. De coördinatoren van Graag Gedaan Waarland: Hans Krug en Schagen: Loes de Wit gaven een interview aan onze redacteur Willy Vlaar. Zij ging dieper in op wat Graag Gedaan doet en betekent voor ouderen in de regio.

## **Loes, jij bent vrijwilligster bij WPW Graag Gedaan Schagen en je doet de coördinatie van 42 vrijwilligers?**

"Ja, er zijn ongeveer 23 vrijwilligers die chauffeur zijn, de overige zijn telefoniste, doen klusjes, gaan regelmatig op bezoek en verzorgen de boodschappen."

## **Hoe ben je bij WPW Graag Gedaan Schagen gekomen?**

"Indertijd is het opgezet door twee dames, met de gedachte dat je 'een pannetje soep' bracht als je burens zieker waren. Dit was de basis voor onder andere de koelverse maal-

tijden. Op 1 januari 2013 is Graag Gedaan Schagen een onderdeel geworden van WPW, wel als zelfstandige werkgroep.

## **Hans, jij bent, als vrijwilliger, voorzitter van WPW Graag Gedaan Waarland. Is dit ook een zelfstandige werkgroep?**

"Graag Gedaan Waarland is zelfstandig met eigen bestuur. Wij hebben een convenant met WPW getekend. In 1981 is Graag Gedaan Waarland opgericht, over twee jaar bestaan we 40 jaar. Ik heb mij in 1995 als vrijwilliger aangesloten." Er zijn nu 16 vrijwilligers met een gemiddelde leeftijd van 74 jaar. De vrouw van Hans was 38 jaar vrijwilligster. Hij geeft aan tussen de 25.000 en 30.000 maaltijden in bijna 25 jaar te hebben rondgebracht.

## **Ik start met een ontbijt 's morgens, dat is mijn eerste maaltijd van de dag**

"Nee", zegt Hans, "het gaat om de warme maaltijden. Het heet nu koelverse maaltijden.

In de keuken van Magnushof worden de maaltijden klaargemaakt. Daarna worden ze tot +2 graden teruggekoeld. Ze gaan de koel-

cel in en 's avonds met gekoelde vrachtauto's naar woonzorgcomplexen gebracht. Daar worden de maaltijden weer in een koelcel gezet en de volgende ochtend worden ze afgeleverd in de Sabinahof te Waarland en in het dorp zelf." De maaltijd wordt in de magnetron opgewarmd. Hans kijkt in zijn meegebrachte plakboek. In 2014 werd de 100.000ste maaltijd bezorgd.

## **Als lid van Graag Gedaan, mag je jullie bellen als je vervoer nodig hebt?**

Loes: "Bij Graag Gedaan ben je geen lid, iedereen kan contact met ons opnemen. Schagen heeft geen seniorenbus/rolstoelbus 60+, er wordt in dat geval samengewerkt met Graag Gedaan Zijpe. Acht vrijwillige telefonisten ontvangen 's morgens, van 09.00 tot 10.00 uur, de aanvragen."

## **Hans regelt ook de zomeractiviteiten en open tafel**

"We hebben één of twee keer per jaar een open tafel. In overleg met de kok van Magnushof stellen we menu's samen voor € 15,- inclusief drank.

## **Hans en Loes: Wij maken ons zorgen over de toekomst van de vrijwilliger**

"Zijn er over vijf jaar nog stichtingen zoals Graag Gedaan met voldoende vrijwilligers?"

## **Hoeveel kan een vrijwilliger beschikbaar zijn?**

Het rondbrengen van maaltijden in en buiten Waarland vindt plaats op vaste dagen per week en neemt niet meer dan één uur per dag van je tijd. Loes vult aan dat het chauffeurswerk afhankelijk is van de aanvragen die binnenkomen. Maar een gegeven is wel dat alle Graag Gedaan groepen altijd op zoek zijn naar vrijwillige chauffeurs.

## **Hoe kunnen we jongeren betrekken bij vrijwilligerswerk?**

Loes geeft aan dat ouders/verzorgers en/of maatschappelijke stages een positieve bijdrage kunnen leveren

**Op pagina 14 staan de gegevens van de Graag Gedaans in Schagen en op pagina 19 voor Anna Paulowna. ■**



# Informatiebijeenkomst Langer Zelfstandig Thuis Wonen positief beoordeeld door bezoekers

*Bewustwording en oriënteren stonden centraal*

**ER** waren maar liefst vijftig geïnteresseerden voor de informatiebijeenkomst Langer Zelfstandig Thuis Wonen in het Dorpshuis in Waarland. Deze informatiebijeenkomst was er één van een reeks van vier bijeenkomsten die ook plaatsvonden in Schagen, Petten en Tuitjenhorn.

Veel mensen willen graag zo lang mogelijk zelfstandig thuis wonen, maar weten niet altijd even goed wat de mogelijkheden zijn. De aanwezigen, wonend in een koop- of huurwoning, kregen advies dat op hun situ-

atie van toepassing was. De bijeenkomst werd georganiseerd door WPW, de gemeente Schagen en de Wooncompagnie. Ook betrokken was de Ouderenbond en de Brandweer Schagen.

## MOGELIJKHEDEN

Bent u 65 jaar of ouder en wilt u nu alvast informatie over langer zelfstandig thuis wonen? Dan kunt u altijd contact opnemen met WPW. Een van de senior woonadviseurs komt dan bij u thuis langs om u te vertellen over de mogelijkheden. Meer informatie hierover: [www.wonenpluswelzijn.nl](http://www.wonenpluswelzijn.nl) of neem contact op met het Servicepunt van WPW: 0224-291042. ■

*WPW neemt beheer van de gezamenlijke ruimte over van Woonzorggroep Samen*

## Buurtkamer Huys ten Oghe

**EEN** nieuw jaar, een nieuwe start! Vanaf 1 januari 2020 heeft WPW het beheer van de gezamenlijke ruimte in Huys ten Oghe overgenomen van Woonzorggroep Samen. Een mooie nieuwe plek midden in het prachtige dorp Callantsoog.

Elke ochtend van 9.30 tot 11.00 uur kunnen de bewoners van Huys ten Oghe en de buurtbewoners uit Callantsoog binnenlopen voor een kop koffie of thee. Op dinsdag en donderdag kan eenieder aansluiten voor een gezellige bezigheid in de vorm van een spelletje, een film, een creatieve activiteit of samen iets lekkers bakken en opeten. Deze activiteiten worden gezamenlijk met de bezoekers en vrijwilligers bedacht. In de toekomst willen we graag ook op de andere dagen gezellige activiteiten organiseren.

### BUURTKAMER

In Huys ten Oghe zijn actieve bewoners en een activiteitencommissie die graag meepraten over de activiteiten die nu plaatsvinden en die we in de nabije toekomst gaan ontwik-



kelen in de Buurtkamer. We noemen de gezamenlijke ruimte een Buurtkamer, omdat we deze meer open willen stellen en meer verbinding willen maken met de wereld buiten de woonzorglocatie: zodat het een levendige plek wordt voor zowel de bewoners van de woonzorglocatie als voor de buurtbewoners.

### LEZINGEN

Bij nieuw te ontwikkelen activiteiten

denken we aan Doet & Ontmoet, lezingen, sport en bewegen of een servicepunt. Om dit uit te kunnen voeren komen we graag in gesprek met u. Mogelijk vindt u het leuk om hieraan deel te nemen of juist mee te helpen organiseren. Heeft u vragen of wilt u graag meer informatie of u aanmelden als vrijwilliger? Neem dan contact op met Elisabeth Hoekstra via: [e.hoekstra@wonenpluswelzijn.nl](mailto:e.hoekstra@wonenpluswelzijn.nl) of via 06-27564100. ■

# Levensvreugde

**EEN** verrassend, mooi en opbouwend interview met Marianne Holtes, abonnee/zorgvraagster en Linda de Reus, zorgvrijwilligster, beiden bij WPW, op een middag in Sint Maartensvlotbrug.

Linda is in 2005 gestart bij WPW als administratief vrijwilligster. Na een pauze van drie maanden, kwam ze terug als zorgvrijwilligster. Dit doet ze tot op heden en na een hulpvraag van Marianne is ze ook haar gaan ondersteunen.

## ZELFSTANDIG

Marianne woont sinds 2006 in de Kop van Noord-Holland waar zij veel wandelt met haar hond. Toen zij daar nog maar kort woonde en een folder van WPW onder ogen kreeg, dacht ze: dat is niets voor mij. "Ik ben pas 62 jaar en zeer zelfstandig." Echter zij werd geconfronteerd met allerlei klusjes, zoals een lampje ophangen etc. "En dat met twee linkerhanden", zegt ze. "Toch maar het magazine van WPW lezen en ze bellen." Vervolgens krijgt ze technische ondersteuning. Ook komt er al tien jaar een vrijwilligster van WPW voor haar belastingaangifte.

## CONTACT

Totdat ze een cruciale fout op verzekeringsgebied constateert en zich realiseert dat ze meer hulp nodig heeft. Ook toen kwam WPW maatschappelijk werk in beeld. Er wordt een zorgvrijwilligster, een mogelijke match voor Marianne, gezocht. Linda werd in 2012 op het pad van Marianne gezet. De dames krijgen veel energie van elkaar. Een voorwaarde van Linda om te kunnen functioneren als vrijwilligster.

## ONDERSTEUNING

Marianne kreeg een auto-ongeluk met een afschuwelijke nasleep op verzekeringsgebied, welke veel uitzoekwerk met zich meebracht, daarbij kwam dat ze tijdelijk immobiel werd. Linda's ondersteuning en de zich openbarende raakvlakken tussen beiden, op dat moment zeer



Linda de Reus

intensief, leidden tot hun vriendschap. Linda is gekomen om administratief werk te verrichten en krijgt van Marianne veel vrijheid in het regelen van nog meer persoonlijke administratieve zaken. Een stuk ontwikkeling voor Linda als zorgvrijwilligster. Administratief vindt Marianne het leven erg ingewikkeld. "Veel gedoe", geeft ze aan. Linda brengt met haar hulp rust in het leven van Marianne. Zij neemt een stukje angst weg. In 2017 kwam Marianne's gezondheid enorm in de problemen. Linda ondersteunde haar daarbij ook door onder andere samen naar de cardioloog te gaan. Een ziekenhuisopname volgde. Gelukkig voelt zij zich nu een stuk beter.

## WAT VOORTIP OF BOODSCHAP ZOU DEN JULLIE EEN NIEUWE (ZORG)VRIJWILLIG(ST)ER OF ABONNEE VOOR WPW WILLEN GEVEN?

**Linda:** "Start met samen koffiedrinken en je gevoel laten spreken."

Marianne beaamt dat.

Vrijwillig(st)er zijn is ook een manier om eenzaamheid te ontlopen ervaart Linda.

**Marianne:** "Abonnees zijn leuke mensen. Ze hebben tijdelijke of structurele hulp nodig, maar kunnen ook met hun zowel positieve als negatieve levenservaring van onschatbare betekenis zijn. Kunnen de verbinding maken. Als abonnee ben je zoveel meer dan een kwetsbaar iemand die hulp nodig heeft", vervolgt zij.

**Linda:** "Toen mijn partner overleed, kreeg ik structuur in mijn leven door als vrijwilligster bij WPW te gaan werken."

De dames ervaren deze structuur en hebben het gevoel weer mee te tellen in de maatschappij. Enthousiast zijn zij over de ontwikkeling die hun relatie abonnee en zorgvrijwilligster doormaakt, met een enorme levensvreugde als resultaat. ■



## Gemeente Hollands Kroon

### Servicepunt Anna Paulowna

Keijzershoff 64, 1761 BR Anna Paulowna  
Tel. 0223-535826

Ma. t/m vr. 9.00-12.00 uur

[annapaulowna@wonenpluswelzijn.nl](mailto:annapaulowna@wonenpluswelzijn.nl)

### Servicepunt Nieuwe Niedorp

Watersnip 72, 1733 BG Nieuwe Niedorp  
Tel. 0224-542660

Ma. t/m vr. 9.00-12.00 uur

[niedorp@wonenpluswelzijn.nl](mailto:niedorp@wonenpluswelzijn.nl)

### Servicepunt Hippolytushoef

Parkzicht 11, 1777 BC Hippolytushoef  
Tel. 0227-591570

Ma. t/m vr. 9.00-12.00 uur

[wieringen@wonenpluswelzijn.nl](mailto:wieringen@wonenpluswelzijn.nl)

### Servicepunt Wieringerwerf

Cultuurschuur  
Loggersplein 1, 1771 CE Wieringerwerf  
Tel. 0227-600079

Ma. t/m vr. 9.00-12.00 uur

[wieringermeer@wonenpluswelzijn.nl](mailto:wieringermeer@wonenpluswelzijn.nl)



v.l.n.r. Anja de Jong, Annet Venneker, Marika de Jager,  
Susan Tijm, Caroline de Vries, Tessa Vriend en Joyce  
Geerligns.

## Graag Gedaan

Anna Paulowna • Tel. 0223-531913 of  
0223-531747  
Van 9.00 tot 19.00 uur.

Al onze cursussen en activiteiten staan  
vermeld op [www.wonenpluswelzijn.nl](http://www.wonenpluswelzijn.nl)

## WAT KAN WONEN PLUS WELZIJN VOOR U BETEKENEN?

**PRAKTISCHE ONDERSTEUNING IN EN OM HET HUIS** • Via het Thuisabonnement wordt u gekoppeld aan een vrijwilliger voor praktische klussen in en om huis en tuin.

**INFORMATIE, ADVIES EN ONDERSTEUNING** • Voor vragen op welzijnsgebied helpen onze vrijwilligers u verder. In de hele regio zijn ook vrijwillig onafhankelijk adviseurs (VOA's) actief.

**MAALTIJDEN** • Thuisbezorging koelverse of vriesverse maaltijden. Voor aanvraag en informatie maaltijden: Maaltijdservicepunt geopend 8.30 tot 11.30 uur, iedere werkdag, tel. 0224-273150.

**INZET ZORGVRIJWILLIGERS** • Deskundige vrijwilligers bieden extra ondersteuning naast de professionele zorg, in situaties waar men door beperkingen zorg behoeft. Denk aan een gesprek, samen erop uit of een hobby of een activiteit uitoefenen.

**MANTELZORGONDERSTEUNING** • Een steuntje in de rug voor ieder die zorgt voor een ander. Vrijwilligers nemen (tijdelijk) de zorg en aandacht voor een deel even over.

**ADMINISTRATIEVE ONDERSTEUNERS** • Vrijwillige administratieve ondersteuners worden ingezet om mensen die de grip op administratie kwijt raken te ondersteunen. Met bijvoorbeeld het inzicht geven in administratie: begroting maken, post openen en ordenen, toeslagen aanvragen.

**NOORDKOPVOORELKAAR** • De plek waar vraag en aanbod op het gebied van vrijwilligerswerk bij elkaar komen. Zie voor meer info: [www.noordkopvoorelkaar.nl](http://www.noordkopvoorelkaar.nl) of bel of kom langs bij het Vrijwilligerspunt.

**DOET & ONTMOET** • Bijeenkomsten om andere mensen te leren kennen en om contacten te kunnen opbouwen. De activiteiten zijn naar eigen wens zowel creatief, actief, recreatief en/of educatief.

**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. (meer info onder: Schagen)

**ONDERSTEUNING BIJ CVA OF DEMENTIE** • Individuele thuisondersteuning op maat, speciaal voor mensen met CVA of dementie. Voor laagdrempelige opvang van mensen met dementie is er ook het Ontmoetingscentrum Schagen en wekelijks ontmoeting voor mensen bij CVA in de Groene Schakel in Schagen.

**CURSUSSEN, ACTIVITEITEN EN VOORLICHTING** • Wij bieden een uitgebreid programma met cursussen, (ontmoetings)activiteiten en voorlichtingsbijeenkomsten. Zie ook [www.wonenpluswelzijn.nl](http://www.wonenpluswelzijn.nl) bij activiteiten en cursussen. Kom ook eens langs bij onze Doet & Ontmoet bijeenkomsten bij u in de buurt!

**ACTIVEREN EN ONDERSTEUNING IN KWETSBARE SITUATIES** • Samen onderzoeken we hoe u zo lang mogelijk thuis kunt blijven wonen.

**ONDERSTEUNING BIJ INITIATIEVEN** • Ideeën om samen de leefbaarheid in uw wijk, buurt of dorp te verbeteren? Wij ondersteunen u hierin.

**TAALMAATJES** • Vrijwilligers ondersteunen mensen bij het leren, lezen en schrijven in de Nederlandse taal.

**BUURTCIRKEL** • De buurtcirkel is er voor mensen die weinig mensen in hun omgeving kennen, zich (soms) eenzaam voelen, af en toe wat hulp kunnen gebruiken en/of wat leuks willen doen met ander(en). In de buurtcirkel ben je er voor elkaar.

## INLOPEN VRIJWILLIG ONAFHANKELIJK ADVISEURS (VOA). GEEN KOSTEN:

Nieuwe Niedorp	de Trambaan	dinsdag	3e van de maand	10.00 -12.00
Hippolytushoef	Parkzicht 11 (tijdens parkzichtactiviteiten)	donderdag	4e van de maand	10.00 -11.30
Anna Paulowna	Keijzershoff	woensdag	3e van de maand	10.00 -12.00
Wieringerwerf	Cultuurschuur	woensdag	3e van de maand	10.00 -12.00
Middenmeer	Posthuis	donderdag	1e en 3e v/d maand	10.00 -12.00

## ACTIVITEITEN

### POSTHUIS, Middenmeer

**INLOOPOCHTEND:** Donderdag van 10.00 tot 12.00 uur.  
20 februari, 5 maart, 19 maart,  
2 april, 16 april, 7 mei en 21 mei.

### REPAIRCAFÉ (I.S.M. LANDELIJK REPAIRCAFÉ):

Donderdag van 10.00 tot 12.00 uur.  
20 februari, 19 maart, 16 april en  
21 mei.

### PARKZICHT, Hippolytushoef

**PARKZICHTACTIVITEITEN:** Donderdag van 10.00 tot 11.30 uur.  
27 februari, 26 maart, 30 april en  
28 mei.

### TRAMBAAN, Nieuwe Niedorp

**BRUNCH:** Laatste zondag van de maand van  
11.30 tot 13.30 uur. 23 februari,  
26 maart, 30 april en 28 mei.

**GESPREKSGROEP:** Dinsdag van 14.00 tot 16.00 uur.  
4 februari, 3 maart, 7 april en 5 mei.

## ONTMOETING

**DOET & ONTMOET** is vrij toegankelijk en voor iedereen. Er worden ook regelmatig informatiebijeenkomsten georganiseerd en zijn er inloop spreekuren van Includio en Wooncompagnie. Voor Samen koken en eten graag van te voren opgeven bij Joyce Geerligts, tel: 06-27865186.

### VIKINGSCHIP, Den Oever

**OPEN INLOOP:** Elke maandag van 13.30 tot 16.00 uur.

**SAMEN KOKEN EN ETEN:** 2e maandag van de maand,  
aanvang 17.00 uur.

**WEGWIJS OP DE COMPUTER:** 3e maandag in de maand.

### PARKZICHT, Hippolytushoef

**OPEN INLOOP:** Elke dinsdag van 9.30 tot 12.00 uur.

### DE OUDE SCHOOL, Wieringerwaard

**OPEN INLOOP:** Elke donderdag van 13.30 tot 16.00 uur.

**SAMEN KOKEN EN ETEN:** 3e donderdag van de maand,  
aanvang 17.00 uur.

**WEGWIJS OP DE COMPUTER:** donderdagmiddag 2x per maand  
oneven week.

### MARIA MATER, 't Veld

**OPEN INLOOP:** Elke donderdag van 9.30 tot 12.00 uur.

### KEIJZERSHOFF, Anna Paulowna

**OPEN INLOOP:** Elke vrijdag van 9.30 tot 12.00 uur.

### DORPSHUIS SLOOTDORP, Slootdorp

**OPEN INLOOP:** Elke dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur.

**WEGWIJS OP DE COMPUTER:** 2e dinsdagmiddag van de maand

### DE RUIJTE CULTUURSCHUUR, Wieringerwerf

**OPEN INLOOP:** Elke donderdag van 13.30 tot 16.00 uur.

**SAMEN KOKEN EN ETEN:** 3e donderdag van de maand,  
aanvang 16.30 uur.

### KROONWAARD, Middenmeer

**OPEN INLOOP:** Elke dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur.

### BUURTCIRKEL

#### DE SAMENSTROOM, Wieringerwerf

Elke maandag van 14.00 tot 15.30 uur.

Informatie of aanmelding:

Buurtcirkelcoach Caroline de Vries,  
tel: 06-25513804.

# Meer Doet & Ontmoet in Hollands Kroon

**I**N 2020 kan WPW, samen met de wijkteams van Includio, meer mogelijkheden voor 'ontmoeting' organiseren. Naast de huidige locaties, voor tijden en locaties (zie het kader op deze pagina), zullen we verspreid over de hele gemeente op meer plekken met Doet & Ontmoet starten.

Doet & Ontmoet biedt bezoekers de ruimte om een gesprek aan te knopen, iets te ondernemen met iemand of samen een activiteit te doen. Mensen vullen zo met elkaar de middag in en doen nieuwe contacten op. Er worden ook

regelmatig informatiebijeenkomsten georganiseerd en er zijn inloopspreekuren van Includio en de Wooncompagnie.

### INLOOP-WERKPLAATSEN

Daarnaast hebben we mogelijkheden om inloop-werkplaatsen te organiseren.

Plekken waar je samen aan de slag gaat met een praktische klus, een ambachtelijke opdracht of een gezamenlijke hobby. Sterk vergelijkbaar dus met Doet & Ontmoet, maar dan meer gericht op 'doen' en samen werken. Ook wanneer er meer structuur of ondersteuning nodig is kan een Doet & Ontmoet of Werkplaats een plek bieden. Rond een ge-

deelde (ondersteunings)vraag kunnen gezamenlijke groepen worden georganiseerd die op vaste momenten en meer gestructureerd bij elkaar komen.

### VERSCHILLENDE PLEKKEN

Door het jaar heen zullen er regelmatig op verschillende plekken in de gemeente nieuwe Doet & Ontmoet of Werkplaatsen starten. Houd vooral de WPW website en de nieuwsberichten goed in de gaten. Ook wanneer u zelf een idee heeft waar behoefte is aan Doet & Ontmoet of een Werkplaats of als u een leuke locatie weet, dan horen we dat heel graag. ■



# Informatiekaart in de bus

**H**EEFT u onze informatiekaart ontvangen? Begin januari is de informatiekaart voor de gemeente Hollands Kroon huis-aan-huis verspreid. Alleen bij de mensen met een ja/nee of nee/nee sticker is deze niet bezorgd.

De kaart is door de LSBO-HK (Lokale Samenwerkende Belangenorganisatie voor Ouderen) en WPW samengesteld, omdat ons signalen

bereikten dat hier grote vraag naar was. Een eenvoudige kaart die je op kunt hangen met hierop de belangrijkste telefoonnummers. Aan de achterzijde is bovendien nog te lezen wat de LSBO-HK en WPW in gezamenlijkheid hebben opgepakt.

## NIET ONTVANGEN?

Heeft u deze kaart niet ontvangen of gemist? Dan is er de mogelijkheid om deze alsnog op te halen bij de Servicepunt in uw regio. Zie pagina 19 met de adressen van de Servicepunten. Ook zullen de preventief

huisbezoekers de kaart meenemen als ze op huisbezoek bij u gaan. ■



## Preventief seniorenonderzoek

**B**ENT u 75 jaar of ouder? Wellicht heeft u de uitnodiging om deel te nemen aan het preventief seniorenonderzoek dan al ontvangen. Het onderzoek, in de vorm van een enquête, geeft ons een goed beeld van wat er leeft. Waar loopt u tegenaan? Wat heeft u nodig om zo lang mogelijk zelfstandig thuis te kunnen blijven wonen? Met uw antwoorden kunnen we knelpunten vaststellen en inspelen op een goede toekomst voor ons allen in Hollands Kroon.



Heeft u ook meegedaan aan het vorige preventief seniorenonderzoek? Met uw antwoorden uit dat onderzoek hebben we gesignaleerd dat bijna de helft van de senioren niet dagelijks een warme maaltijd eet. Om te kijken wat er nodig is op dit gebied, hebben we hierover een aantal vragen toegevoegd aan dit onderzoek. Daarnaast is uit het vo-

rige preventief seniorenonderzoek naar voren gekomen dat gemiddeld 90% van de senioren meer dan vier verschillende medicijnen gebruikt. Dit signaal is gedeeld met de huisartsenorganisatie. Zij zijn voornemens om actie te ondernemen op het gebied van voorlichting. Ook is uit het vorige onderzoek naar voren gekomen dat men niet goed op de

hoogte is van de mogelijkheden op het gebied van toeslagen en bijzondere bijstand. Elders in dit magazine leest u meer over dit onderwerp. Tevens wil WPW in samenwerking met LSBO-HK voorlichtingsbijeenkomsten organiseren in de kernen om u van meer informatie te voorzien op dit gebied. En heeft u hulp nodig met bijvoorbeeld het aanvragen van toeslagen? Neem dan contact met ons op, zodat een vrijwilliger u hiermee kan helpen.

## STERKER

In 2020 nemen we de tijd om het preventief seniorenonderzoek af te nemen. Doet u ook mee?

Met uw inbreng staan we sterker! Met uw antwoorden en signalen kunnen we betreffende organisaties oproepen tot actie om zoveel mogelijk in uw behoefte te kunnen voorzien. ■



# Een zinvolle tijdsbesteding en een voldaan gevoel

**D**E bel gaat en mevrouw Meertens doet de deur open voor tuinvrijwilliger Jos Rosloot. Jos gaat zitten en mevrouw duikt de keuken in om een kopje thee voor hem te maken. Daarbij krijgt Jos ook twee plakken ontbijtkoek omdat hij wegens gezondheidsredenen iets moet eten bij het drinken. “Dat weet ik, dus dat regel ik voor Jos”, geeft mevrouw aan. “Er wordt altijd goed voor me gezorgd, ook bij andere mensen thuis”, aldus Jos. Dit is een van de dingen die Jos zo fijn vindt aan het vrijwilligerswerk dat hij doet. Mensen waarderen het enorm en laten dit ook blijken.

Jos is al ruim zeven jaar tuinvrijwilliger bij WPW. “Ik zag een oproep hangen in Keijzershoff in Anna Paulowna en dacht, dat is wel iets voor mij.” Jos vindt het leuk om in de tuin bezig te zijn. Daarnaast was hij ook op zoek naar meer contacten om zijn sociale netwerk te verbreden. “Na het overlijden van mijn moeder wilde ik niet in een gat vallen. Het is fijn iets om handen te hebben waarin je ook iets voor een ander kunt betekenen. Vrijwilligerswerk geeft een zinvolle invulling aan je dagen.”

## GOEDE KLIK

Vanaf het begin dat Jos vrijwilligerswerk is gaan doen, komt hij al bij mevrouw Meertens in de tuin. “Een goede klik is heel belangrijk en die was er.” Als Jos komt tuinieren is er daarom ook altijd tijd voor een kopje koffie of thee en praten ze samen over van alles en nog wat. “We hebben het dan over Bruce Springsteen,

Italië of bijvoorbeeld geschiedenis. En natuurlijk over de tuin.” Voor beiden is het fijn om even een praatje te hebben.

## BLIJVEN GENIETEN

Mevrouw Meertens is zelf ook jarenlang actief geweest als vrijwilliger, en nog steeds. Wat lukt, doet ze nog graag maar sommige dingen gaan gewoon niet meer. Dit geldt ook voor tuinieren. “En een appartement zonder tuin of tussen alleen maar ouderen is aan mij gewoon niet besteed.” Met de hulp van Jos is zij dan ook heel blij. “Hij maakt het mogelijk dat ik kan blijven genieten van mijn eigen plekje.”

## WAARDEVOL

WPW wil dit voor zoveel mogelijk mensen mogelijk maken die dit zelf ook niet meer kunnen. Hiervoor zijn vrijwilligers nodig. Jos: “Het is heel leuk en waardevol om te doen. Maar het moet niet zo zijn dat ik geen tijd meer heb voor mijn eigen tuin. Meer tuinvrijwilligers zijn altijd welkom!” En ieder kan doen wat hij of zij wil. Zo geeft Jos aan zelf geen onkruid met de hand te plukken of met tegels in de weer te gaan. Schoffelen, snoeien of een plant vervangen zijn de dingen die hij graag doet. “Dat is heel prettig in dit vrijwilligerswerk. Dat ik zelf kan aangeven wat ik wel en niet doe. Maar ook zelf kan aangeven hoeveel tijd ik hieraan kwijt wil zijn. Zowel de inhoud van het tuinwerk als de tijd die ik eraan besteed, heb ik in eigen hand.” Zo is Jos rustig aan begonnen en toen hij meer tijd kreeg is hij meer tuintjes gaan doen. Het is een win-win situatie: “Ik heb een zinvolle tijdsbesteding, eens een ander praatje en een voldaan gevoel als ik weer een tuin netjes heb achter gelaten en iemand hierbij blij heb gemaakt. Deze kan weer genieten van zijn of haar tuintje.”

## VRIJWILLIGERS NODIG

Deze win-win situatie willen we zoveel mogelijk creëren. Vindt u het leuk om te tuinieren en bent u bereid anderen te helpen? Dan is WPW op zoek naar u. De organisatie is dringend op zoek naar vrijwilligers die voor anderen kleine tuinklusjes van maximaal één uur willen doen, zoals snoeien, grasmaaien en onkruid wieden. U bent vrij in het aantal uren dat u wilt besteden. Bent u enthousiast of wilt u meer weten? U kunt dan contact opnemen met één van de Servicepunten in Hollands Kroon ■





## Gemeente Langedijk

### Servicepunt Langedijk

De Anbouw  
Dorpsstraat 610  
1723 HJ Noord-Scharwoude  
Tel. 0226-318050

Voor vragen omtrent Thuisabonnement  
bereikbaar van

Ma. t/m vr. 9.00-12.00 uur

[langedijk@wonenpluswelzijn.nl](mailto:langedijk@wonenpluswelzijn.nl)



### Team Langedijk:

v.l.n.r. staand: Jeannette Kersten, Judith Sanstra,  
Stephan van de Linden, Petra Schoon, Danou Mudde en  
Jaleesa Sax-Neels.

Tweede rij: Hassan Ait Bassou en Helga Hink  
Onderste rij: Ineke Vroling en Joke Rispens.

### ADRESSEN:

- De Geest,  
Vinkenlaan 7, Sint Pancras.
- De Anbouw,  
Dorpsstraat 610, Noord-Scharwoude.
- Het Behouden Huis,  
Dorpsstraat 850, Oudkarspel.
- Westervenne,  
Platte Ven Hoofdingang recreatiezaal,  
Noord-Scharwoude.
- Buiten Zorg,  
Dokter Wilminkstraat 143,  
Zuid-Scharwoude.
- Bibliotheek,  
Bosgroet 4, Zuid-Scharwoude.
- Veldzorg,  
Dorpsstraat 86, Broek op Langedijk.
- Zorgcentrum Horizon,  
Boeier 2, Broek op Langedijk.

### MEER INFORMATIE ACTIVITEITEN – VOOR ALLE LOCATIES

U kunt bij activiteiten vrij instromen en betaalt vanaf de datum waarop u start. Al onze cursussen en activiteiten staan vermeld op [www.wonenpluswelzijn.nl](http://www.wonenpluswelzijn.nl). Langedijk en Heerhugowaard geven ook een activiteitengids uit. Deze gids is af te halen bij het servicepunt van de betreffende locatie of neem telefonisch contact op.

## WAT KAN WONEN PLUS WELZIJN VOOR U BETEKENEN?

**PRAKTISCHE ONDERSTEUNING IN EN OM HET HUIS** • Via Thuisabonnement kunt u klussen in huis en tuin laten doen.

**INFORMATIE, ADVIES EN ONDERSTEUNING** • Voor vragen op welzijnsgebied helpen onze vrijwilligers u verder. In de hele regio zijn ook vrijwillig onafhankelijk adviseurs (VOA's) actief.

**MAALTIJDEN** • Thuisbezorging van warme, koelverse of vriesverse maaltijden.

**INZET ZORGVRIJWILLIGERS** • Deskundige vrijwilligers bieden extra ondersteuning naast professionele zorg, in situaties waar men door beperkingen zorg behoeft. Denk aan een gesprek, samen erop uit of een hobby of een activiteit uitoefenen.

**HET STEUNPUNT MANTELZORG** • Een steuntje in de rug voor iedereen die voor een ander zorgt. Voor informatie, advies, begeleiding en lotgenotencontact.

**CURSUSSEN, ACTIVITEITEN EN VOORLICHTINGEN** • Wij bieden een uitgebreid programma met cursussen, (ontmoetings)activiteiten en voorlichtingsbijeenkomsten.

**ONDERSTEUNING BIJ CVA OF DEMENTIE** • Individuele thuisondersteuning op maat, speciaal voor mensen met CVA of dementie. Voor groepsbegeleiding is er ook het Ontmoetingshuis in Veldzorg.

**BUURTBEMIDDELING** • Buurtbemiddelaars worden waar mogelijk ingezet als burens er samen niet uitkomen. Zie ook [www.buurtbemiddeling-langedijk.nl](http://www.buurtbemiddeling-langedijk.nl).

**ONDERSTEUNING BIJ INITIATIEVEN** • Ideeën om samen de leefbaarheid in uw wijk, buurt of dorp te verbeteren? Wij ondersteunen u hierin.

**ONTMOETING IN DE BUURT** • Bijeenkomsten om andere mensen te leren kennen en om contacten te kunnen opbouwen. De activiteiten zijn creatief, actief, recreatief en educatief.

**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.

**JONGERENWERK** • Voor jongeren die een steuntje in de rug nodig hebben. Team jongerenwerk is actief op straat, op scholen, in sport- en cultuurclubs en in buurthuizen. We bieden individuele- en groepsbegeleiding en activiteiten. Ook is er veel samenwerking met vergelijkbare organisaties.

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



## CURSUSSEN EN BEWEGING

### LEVENSVERHALEN

#### SCHRIJVEN:

Elke tweede maandag van de maand in de Anbouw.

#### KOKEN VOOR MANNEN:

Vijf keer op maandag in voor- en najaar in Zorgcentrum Horizon.

#### COUNTRYLINE DANS:

Elke maandag in de Anbouw en elke vrijdag in het Behouden Huis.

#### SCHILDERCLUB:

Elke dinsdag in de Anbouw.

#### KUNSTGESCHIEDENIS:

Vijf keer op woensdag in voor- en najaar in de Anbouw.

#### YOGA:

Elke woensdag in de Anbouw.

#### FIT PLUS GYM:

Elke donderdag in de Anbouw en elke maandag in de Geist.

**U kunt vrij instromen en betaalt vanaf de datum waarop u start.**

**Voor minima is betaling met Meedoen Pas mogelijk.**

**Adressen en meer info: zie pagina 23.**

## ONTMOETING

### DOET & ONTMOET:

Voor een kopje koffie of deelname aan een spel of activiteit. Op diverse locaties in Langedijk.

### HAAK- EN CREA CLUB:

Elke donderdag in de Anbouw.

### KOOK- EN EETCAFÉ:

Eens in de twee weken op maandag in Veldzorg en incidenteel in de Anbouw.

### SAMEN ETEN:

Elke eerste en derde woensdag van de maand in Westerverne.

### KOOR OP EIGEN WIJZE:

Wekelijks op dinsdag in de Anbouw.

### INTERNETCAFÉ:

Wekelijks in de Geist, de Bibliotheek en de Anbouw in Noord-Scharwoude.

### VROUWENACTIVITEITEN:

Maandelijks op dinsdag (o.v.b) en elke donderdag in de Anbouw.

# Internationale Vrouwendag 2020, een jubileumjaar

**I**N Langedijk vieren we op zaterdag 7 maart voor de 15e keer Internationale Vrouwendag. Een jubileumjaar met weer een doorlopend en afwisselend programma. Vrouwendag wordt gevierd als teken van strijdbaarheid en het gevoel van solidariteit met vrouwen over de hele wereld. Dit jaar is het thema 'Vrijheid', naar aanleiding van de bevrijding van ons land 75 jaar geleden.

De zaal gaat open om 15.30 uur en de opening wordt om 16.00 uur verricht door Burgemeester Leontien Kompier. Dan worden groepjes van ongeveer acht tot tien vrouwen gevormd, die een stelling krijgen toebedeeld en hierover kunnen discussiëren in het bijzijn van een gespreksleidster. Dit alles onder het genot van een hapje en een drankje. De uitkomst wordt samengevat en besproken door een spreekster van stichting Atria (kennisinstituut voor emancipatie en vrouwengeschiedenis). Vervolgens wordt samen gegeten en gelachen met het theaterduo Anna en Irma. De entree is

gratis. Om de kosten te dekken is er een verloting met prijzen, beschikbaar gesteld door de Langedijker en Heerhugowaarder middenstand en diverse sponsors. De afsluiting is om ongeveer 21.00 uur. De organisatie is in handen van vrouwen van verschillende verenigingen: KVG, FNV, Sari en WPW.

Belangstellenden zijn welkom in De Anbouw, Dorpsstraat 610 in Noord-Scharwoude. Tel. 0226-318050. Wij verwachten dat u zich dit jaar aanmeldt in verband met de inkoop van het eten. Graag tot zaterdag 7 maart! ■





# Vraag het mantelzorgcompliment aan

**O**OK dit jaar is er weer de mogelijkheid om u aan te melden voor het mantelzorgcompliment. Vanuit de gemeente Langedijk kunt u een bedrag ontvangen als u mantelzorger bent. De gemeente heeft een bedrag gereserveerd voor in totaal 400 mantelzorgers. Het compliment bestaat uit een geldbedrag van 100 euro, voor personen onder de 18 jaar is er een bioscoopbon voor twee personen beschikbaar.

Als u dit bedrag wilt ontvangen moet u een aanvraag doen over het jaar 2019 bij de gemeente Langedijk, dit kan tot maximaal 30 april 2020. Er moet wel aan bepaalde eisen worden voldaan om dit compliment te ontvangen.

Deze eisen zijn:

- De persoon die mantelzorg ontvangt, woont in de gemeente Langedijk. Degene die mantelzorg verleent mag wel buiten de gemeente Langedijk wonen.

- De persoon die mantelzorg ontvangt, woont thuis of in een aanleunwoning en dus niet in een verzorgingshuis.
- De mantelzorger heeft minimaal drie maanden achter elkaar zorg verleend en dit voor minimaal acht uur per week.
- U kunt niet mantelzorg geven en ontvangen tegelijk, dan gaat het om zorgen voor elkaar.

- De aanvraag dient te zijn ingediend vóór 30 april 2020.

U kunt het aanvraagformulier vinden op de site van WPW en deze dan invullen. Nadat u dit formulier heeft ingevuld en opgestuurd, neemt WPW contact met u op, zodat er kan worden gekeken wat er nodig is om u zo goed mogelijk te ondersteunen. ■

Zorgt u intensief voor een naaste? Kom naar de mantelzorgbijeenkomsten. Dit jaar is er weer een aantal mantelzorgbijeenkomsten die WPW in samenwerking organiseert. Op de volgende data vinden deze plaats:

Datum	Thema	Locatie
11 maart	Optreden van Aris Bouwens	Het Behouden Huis
6 mei	Persoonsgebonden budget	De Geist
1 juli	Varen en BBQ	Het Behouden Huis
10 september	Respijt zorg	De Anbouw
28 oktober	WMO	Het Behouden Huis
10 december	Clïëntondersteuning	De Anbouw

De thema's en data zijn onder voorbehoud van wijzigingen. We spelen altijd in op behoeften en thema's die spelen onder mantelzorgers. Het kan daardoor voorkomen dat de inhoud van een bijeenkomst wijzigt. ■

Door: Ineke Vroling

# Digitaal wijzer bij de internetcafé's in Langedijk

**E**EN vraag over uw computer, tablet en smartphone? Bij onze drie internetcafé's zijn op vaste tijden deskundige vrijwilligers aanwezig voor ondersteuning op digitaal gebied. Denk aan het installeren van apps, e-mailen, tekstverwerking, fotobewerking, social media en het opschonen van uw apparaat.

Dit is nog maar een greep uit de mogelijkheden. Kom eens langs, bijvoorbeeld in de bibliotheek in Zuid-Scharwoude. Een enthousiast team is hier al vijf jaar actief en helpt u graag wanneer u digitaal vastloopt, om maar in computertermen te blijven. Naast digitale vragen komen veel bezoekers voor de gezelligheid. De vrijwilligers vertellen: "Ons tabletcafé, een samenwerking tussen WPW en de bibliotheek, wordt heel goed bezocht. Velen ervaren het als een heerlijke middag en iedereen leert altijd wel iets bij. Samen hebben we veel lol en praten we bij, het draait hier namelijk ook om de gezelligheid en het onderlinge sociale contact. Het is zelfs zo dat mensen het missen als het niet is, bijvoorbeeld tijdens vakanties. De drempel is laag, iedereen

kan binnenlopen en de koffie staat altijd klaar."

De diverse internetcafé's zijn tot en met mei dit jaar elke dinsdag van 13.30 tot 15.30 uur in de Bibliotheek in Zuid-Scharwoude, elke donderdag van 13.30 tot 15.30 uur in De Anbouw in Noord-Scharwoude en van 14.00 tot 16.00 uur in de Geist in Sint Pancras. De adressen staan vermeld op de pagina 23. Bij de Geist zijn ook computercursussen van Seniorweb te volgen. ■



# Vrijwillig chauffeur Jack Lobé in de schijnwerpers

**D**IT keer aandacht voor een waardevolle vrijwilliger van WPW Langedijk. Te weten Jack Lobé, die in Zuid-Scharwoude een gezellig huis bewoont. Zijn echtgenote Vrony en hij zijn al 65 jaren gelukkig getrouwd. Misschien kan de burgemeester een bezoek aan hen in de agenda zetten!

Jack is 91 jaar en Vrony 88, maar beiden zou je het niet geven, zo vitaal zijn ze en zo vreugdevol en tevreden staan ze in het leven. En, heel belangrijk, vol humor. Ze zijn de trotse ouders van drie kinderen, twee zoons en een dochter, en opa en oma van zes kleinkinderen en vier achterkleinkinderen. Hun stamboom zal nog lang in bloei staan! Beiden zijn gezond en nog goed ter been en elke dag wordt steevast een wandeling gemaakt. Jack werd in 2018 helaas getroffen door een hartinfarct, maar na de inbreng van (maar liefst) vijf stents gaat het nu weer tiptop met hem, zoals hij het opgewekt verwoordt.

## PENSIOEN

Vroeger was Jack werkzaam in een groothandel voor de autobranche, waarbij hij zich voornamelijk bezig-



hield met de verkoop van motoren en andere technische onderdelen. Op zijn 65ste stopte hij hiermee om te genieten van zijn pensioen. Daarbij hoorde ook het zich actief blijven inzetten voor de medemens. Was hij vroeger tweemaal een periode van drie jaren voogd geweest van kinderen die in een moeilijke situatie verkeerden. Nu, na zijn pensionering werd hij lid van het parochiebestuur van de katholieke kerk in Schoorl, waar hij van 1981 tot 2001 woonde. Hij vervulde daar de functie van vicevoorzitter. Daarna werd hij secretaris van de Parochiale Charitas Instelling (PCI). Dat waren geen gemakkelijke functies, maar wel dankbare, want direct of indirect kwam hij op voor de mensen die ondersteuning nodig hadden en dat wilde hij graag.

## VRIJWILLIGER BIJ WPW

In 2001 kwam hij in Zuid-Scharwoude te wonen. In 2008 reageerde hij op een krantenbericht van WPW en sindsdien treedt hij op als vrijwillig chauffeur. Mensen met een afspraak aan bijvoorbeeld een specialist of huisarts kunnen een beroep doen op Thuisabonnement, wanneer zij geen eigen vervoersmogelijkheden hebben. Hierbij lopen ze kans door Jack te worden vervoerd. En gaat u er maar van uit dat het gezellige ritjes zijn! Ook bezorgde hij een periode boodschappen bij abonnees van Thuisabonnement. Deze laatste activiteit heeft hij inmiddels afgebouwd, hij doet dit alleen nog als een bezorger uitvalt en niemand anders kan. Chaufferen doet hij echter nog steeds en met plezier. Hobby's heeft hij ook. Jack werkt namelijk graag met de computer, waarmee hij foto's bewerkt, van alles en nog wat aan onderwerpen opzoekt en zo de hele wereld verkent. Hij toont hiermee ook duidelijk aan dat ook de oudere mens om kan gaan met computer. Het woord digibeet is hem dan ook volkomen vreemd. Hij heeft veel belangstelling voor het wereldgebeuren en zo blijft hij natuurlijk midden in het leven staan. Daarnaast is hij gek op het oplossen van puzzels en naast dit alles maken hij en Vrony, zoals eerder vermeld, regelmatig wandelingen.

## ZINGEVING

Over de reden dat hij graag klaarstaat voor de medemens is Jack kort en duidelijk: "Het zit in onze genen." Eerst voor de Kinderbescherming (voogd), toen voor de parochie en nu voor de oudere medemens (WPW) actief zijn voelt voor hem goed. Van betekenis zijn voor anderen is vanzelfsprekend voor hem en Vrony. Dat hij dat kan doen voelt als 'een zegen van boven' zoals hij het welgemeend uitdrukt. Eigenlijk wil hij, bescheiden als hij is, niet in de belangstelling staan. Toch zetten wij hem via dit blad met plezier even in het zonnetje. WPW is namelijk erg blij met vrijwilligers als Jack. Hij, en al die andere vrijwilligers, verdienen een dikke pluim voor wat ze doen. Bij deze graag gegeven. ■



## Gemeente Heerhugowaard

### Servicepunt Heerhugowaard

Trefpunt Rozenlaan  
Rozenlaan 2

1702 TG Heerhugowaard  
Tel. 072-5717170

Ma. t/m vr. 9.00-12.00 uur

[heerhugowaard@wonenpluswelzijn.nl](mailto:heerhugowaard@wonenpluswelzijn.nl)  
<http://www.facebook.com/rozenlaan>



Jaleesa Sax-Neels

Al onze cursussen en activiteiten staan vermeld op [www.wonenpluswelzijn.nl](http://www.wonenpluswelzijn.nl). Langedijk en Heerhugowaard geven ook een activiteitengids uit. Deze gids is af te halen bij het servicepunt van de betreffende locatie of neem telefonisch contact op.

## WAT KAN WONEN PLUS WELZIJN VOOR U BETEKENEN?

**PRAKTISCHE ONDERSTEUNING IN EN OM HET HUIS** • Via Thuisabonnement kunt u klussen in huis en tuin laten doen, medisch vervoer, boodschappen service en computer ondersteuning.

**INFORMATIE, ADVIES EN ONDERSTEUNING** • Voor vragen op welzijnsgebied helpen onze vrijwilligers u verder.

**MAALTIJDEN** • Thuisbezorging van koelverse of vriesverse maaltijden.

**CURSUSSEN, ACTIVITEITEN EN VOORLICHTINGEN** • WPW biedt een groot aanbod van cursussen, (ontmoetings)activiteiten en voorlichtingsbijeenkomsten.

**ONDERSTEUNING BIJ CVA OF DEMENTIE** • Individuele thuisondersteuning op maat, speciaal voor mensen met CVA of dementie. Voor begeleiding is er ook het Ontmoetingscentrum Schagen.

**ACTIVEREN EN ONDERSTEUNING IN KWETSBARE SITUATIES** • Samen onderzoeken we hoe u zo lang mogelijk thuis kunt blijven wonen.

**ONDERSTEUNING BIJ INITIATIEVEN** • Ideeën om samen de leefbaarheid in uw wijk, buurt of dorp te verbeteren? Wij ondersteunen u hier.

**ONTMOETING IN DE BUURT** • Bijeenkomsten om andere mensen te leren kennen en om contacten te kunnen opbouwen. De activiteiten zijn creatief, actief, recreatief en educatief.

**AAN DE SLAG** • Statushouders een dagbesteding bieden en te begeleiden naar een volwaardige plek in de samenleving.

**VRIENDSCHAPPELIJKE ONDERSTEUNING** • Voor mensen met een klein netwerk die behoefte hebben aan één op één contact.

## CURSUSSEN & ACTIVITEITEN

### TREFPUNT ROZENLAAN, Rozenlaan 2, Heerhugowaard.

#### CREACAFÉ:

Dinsdag van 10.00 tot 12.00 uur.  
Kosten € 2,- inclusief koffie of thee.

#### YOGA:

Dinsdagavond van 19.00 tot 20.00 uur. De lessen worden gegeven door Monique Scholting en de kosten zijn € 8,- per keer. Van te voren opgeven.

#### INLOOP

#### WIJKVERPLEGING:

Heeft u vragen voor de wijkverpleging of misschien hulp nodig? Dan kunt u elke tweede dinsdag van de maand vanaf 11.00 tot 12.00 uur langskomen. Deze inloop is gratis.

#### REPAIRCAFÉ:

Heeft u iets dat stuk is en u wilt het laten maken? Dan kan dit bij het repaircafé. Dit is elke eerste en derde dinsdag van de maand van 14.00 tot 16.30 uur.

#### ZONDAGACTIVITEITEN:

Elke tweede zondag van de maand is er bingo. Kosten € 5,- voor vijf kaarten of € 1,- per losse kaart. Inloop vanaf 13.30 uur en de bingo is van 14.00 tot 16.00 uur.

**GEZELLIG SAMEN ETEN:** Elke laatste donderdag van de maand van 12.00 tot 13.30 uur hebben wij Samen Eten bij ons op het trefpunt. Wilt u ook graag met elkaar eten? Geef u dan op en doe mee voor maar € 7,50. Elke keer bekijken we samen wat we die keer erna gaan eten.

#### SAMEN ETEN:

Elke laatste vrijdag van de maand van 12.00 tot 13.30 uur hebben wij samen eten bij ons op het Trefpunt. Wilt u ook graag samen met elkaar eten? Geef u dan op en kom met ons samen eten voor maar € 7,50. En elke keer zullen wij samen kijken wat we die keer erna gaan eten.

### TREFPUNT DE HORST, Eedenstraat 5, Heerhugowaard.

#### DAGACTIVITEITEN

Wekelijks op donderdag van 10.00 tot 16.00 uur is er een gevarieerd en dagvullend programma. Van bewegen tot spelletjes, samen lunchen en nog veel meer! U bent van harte welkom.

### ARBORETUM, Tamarixplantsoen 1, Heerhugowaard.

#### SENIORENKOOR

Elke vrijdag van 10.00 uur 11.45 uur bent u hier van harte welkom om mee te zingen met Koor 'Op Eigen Wijze'.

Meer info/aanmelden is mogelijk via servicepunt

# Even bezig, even wat afleiding

**'AAN DE SLAG'** is een prachtig project bedoeld om mensen uit het Asielzoekers Centrum Heerhugowaard (AZC-HHW) actief bezig te laten zijn met vrijwilligersklussen. Even weg, even wat afleiding. Nuttig bezig zijn. WPW is hier samen met het Centraal Orgaan Opvang Asielzoekers en stichting Pharos mee gestart. Het is inmiddels zo'n succes dat sinds die start er al 1.200 matches hebben plaatsgevonden, veel meer dan verwacht. Een van de medewerkers namens WPW is Ilonka Preenen. Zij schetst een beeld over wat dit project inhoudt.

Mensen vanuit het AZC krijgen via dit project de mogelijkheid om vrijwilligerswerk te verrichten en zo hun dagen te vullen, de taal te leren en zich meer 'mens' te voelen in een voor hun onbekende maatschappij. De medewerkers van WPW maken de koppeling tussen verenigingen, stichtingen en andere vrijwilligersorganisaties in de buurt en deze 'nieuwe' mensen. Eens in de week, op donderdagmorgen, is WPW aanwezig op het AZC en biedt dan de 'klussen' aan. Dit kunnen structurele of incidentele klussen zijn. Ilonka en een aantal andere dames (zie foto) schrijven de mensen in. Zij zorgen dat iedereen op de juiste tijd op de juiste plaats komt. De communicatie gaat vaak in het Engels. Een goed hulpmiddel hierbij is Google-translate.



## VEELZIJDIG

Iets over de klussen: het werk is veelzijdig. Van helpen in de tuin tot ondersteuning bij verzorgingshuizen, sportverenigingen, bij evenementen, bij een speciaal kleding-café, en bij de scouting enz. Er zijn vrijwilligers voor rolstoelwandelen die begeleid worden door mensen van de zorggroep. Een stagiaire vangt de vrijwilligers bij de ingang van het gebouw op, waarna zij na een kop koffie op pad gaan met de ouderen. Bij de andere klussen ligt dat anders. Ze gaan lopend of met de fiets naar een van de plekken waar zij hun werk gaan verrichten. De fietsen kunnen ze van het AZC lenen of ze kopen er zelf een. In het Kleding-café, waar ook mensen ingezet worden, kunnen ze zelf terecht voor het kopen van kleding en fietsen.



Alaa Almasri (uit Syrië) en Ibrahim Ahmed (uit Soedan)

## VERBLIJFSTATUS

Wat jammer is, is dat er veel vakmensen tussen zitten, die hun beroep graag willen, maar niet mogen uitoefenen zolang ze nog geen verblijfstatus hebben. Denk

*'Be the change you wish  
to see in the world'*

(Gandhi)

aan timmerlieden, maar ook mensen die vroeger in de zorg of het ziekenhuis werkzaam waren. Mannen redden zich meestal wel, maar de vrouwen zitten vaak met kinderen. Om voor hen een leuke activiteit te plannen is er vorig jaar het Cultuurproeven ingesteld. Een aantal dames uit Afghanistan, China, Syrië en Azerbeidzjan ging koken op het AZC en haalde hiervoor zelf de boodschappen. Er werden mensen uit de wijk - in de buurt van de Rozenlaan - benaderd om te komen proeven. Dit was een groot succes en in februari weer herhaald. Daarnaast is gekeken naar een ander project; een spelletjesochtend met wijkbewoners en vrouwen uit het AZC!

## HULPVAARDIGHEID

Om meer inzicht te krijgen in de beleving van de AZC-vrijwilligers zijn tenslotte twee mensen geïnterviewd, die al een aantal keren ingezet zijn bij een van de klussen. Alaa Almasri uit Syrië en Ibrahim Ahmed uit





Soedan verklaarden zich bereid hun bevindingen te vertellen. Beiden zijn nog geen jaar in Nederland, maar voelen zich al erg thuis vanwege de vriendelijkheid en hulpvaardigheid die zij ondervinden. Met het huidige vrijwilligerswerk voor WPW hebben zij het gevoel iets terug te kunnen doen voor hetgeen zij in Nederland ondervinden. Alaa was uit hoofde van zijn beroep in zijn land ook al vaak bezig met het helpen van anderen en Ibrahim kon zijn creativiteit vaak delen met anderen. Ze verbaasden zich dat er zoveel vrijwilligers zijn die zonder betaling werk verrichten. Iets wat zij niet kenden, omdat in hun land alles om geld draait. Zij hopen dat hen een verblijfsvergunning wordt toegekend zodat zij hun leven hier kunnen vormgeven en in hun 'oude' beroep een plek in de Nederlandse maatschappij kunnen krijgen. ■

Menukaart Herons, Menukaart St. Babyspullen en Menukaart St. Veldzorg >

**aan de slag** **Wonen Plus Welzijn**

**KLUSJES IN EN OM HET GEBOUW**  
 B.C. the Herons  
 De Vark 3 Heerhugowaard  
 Woensdag  
 9:00 – 13:00  
 B.C. the Herons  
 Klussen in en om het pand, schablonen, onkruid, banen herstellen.

**aan de slag** **Wonen Plus Welzijn**

**BABYKLEERTJES VOUWEN**  
 Stichting Babyspullen  
 Nijpenveldje 21 Heerhugowaard  
 Vrijdag  
 Van 9:00 tot 12:00 uur  
 Stichting babyspullen

**aan de slag** **Wonen Plus Welzijn**

**EILANDJES ONDERHOUD**  
 Stichting Welzorg Oostland  
 Dorpsmaat 66, Boek op Langedijk  
 Maandag, dinsdag of woensdag  
 13:00 – 16:00  
 Zelfstandig of samen  
 Onkruid verwijderen  
 snoeiwerkzaamheden. Je moet kunnen zwemmen want je gaat met een boot naar het eiland toe. Werkkleding is aanwezig.

Door: Ineke Vroling

## 'Thuisabonnement voor mij een uitkomst'

**VIA VIA** kwam de heer Groen in contact met het Thuisabonnement. Hij is een paar keer gevallen en doet sindsdien vaker een beroep op deze dienst van WPW.

"Het functioneert goed", aldus Groen. "Zo ging ik een paar keer met iemand mee naar een specialist en dat werd prima geregeld. Wat ik wel merk is dat de kosten verschillen per chauffeur. Ik heb inmiddels begrepen dat dit komt doordat zij vanaf huis de kilometers rekenen." Hij vindt het prachtig dat vrijwilligers bereid zijn dit werk te doen. "Want zonder hen ben je nergens. Het is dan ook belangrijk dat zij gewaardeerd worden."

### KLUSJE IN HUIS

Gelukkig heeft de heer Groen ook

burens bij wie hij terecht kan met vragen, bijvoorbeeld voor een klusje in huis. "En mijn dochter helpt me waar ze kan. Ik schroom niet mensen om hulp te vragen. Ik heb daar nooit problemen mee gehad. Maar goed, mensen moeten het wel weten. Dus dan vraag ik: kun je me hier of daarmee helpen? Dan willen ze wel. Mensen zijn echt wel behulpzaam."

Hij sluit af: "Als ik niemand weet te vinden bel ik naar het Thuisabonnement. Dat is voor mij echt een goede oplossing." ■



# UITVAARTBEGELEIDING

## Karin Smit

persoonlijk en stijlvol

- Een mooi en waardevol afscheid hoeft niet duur te zijn
- Ongeacht waar en of u verzekerd bent
- Een vrijblijvend voorgesprek is altijd mogelijk
- Ruime ervaring als uitvaartbegeleidster in uw regio
- Betaalbaar en onafhankelijk

Tel. 06 81 35 81 10

Dag en nacht bereikbaar



[info@uitvaartbegeleidingkarinsmit.nl](mailto:info@uitvaartbegeleidingkarinsmit.nl)



ANITA MESSELAAR  
UITVAARTVERZORGING

ALTIJD BEREIKBAAR, ONGEACHT OF  
EN WAAR UW VERZEKERD BENT

 06 - 20 91 50 51

 [INFO@ANITAMESSELAARUITVAART.NL](mailto:info@anitamesseelaaruitvaart.nl)

 [WWW.ANITAMESSELAARUITVAART.NL](http://WWW.ANITAMESSELAARUITVAART.NL)



ANITA MESSELAAR

HAVENSTRAAT 43  
1736 KD ZIJDEWIND

Een *vertrouwd adres* voor  
woningaanpassingen



- Drempeloplossingen
- Oprijplaten
- Wandbeugels
- Sanitairaanpassingen



Lauw Meijers

Aangepast Wonen

Telefoonnr: 0224-752490 / 06-12551875  
[info@lauwmeijers.nl](mailto:info@lauwmeijers.nl) / [www.lauwmeijers.nl](http://www.lauwmeijers.nl)

## BETAALBARE CURSUSSEN

### Diverse computercursussen:

- PC voor de echte beginner met Windows 10
- Cursus iPad (Apple) en Tablet (Android) +
- Website bouwen (najaar)



### Diverse cursussen:

- NLP 1 (NLP in de basis)
- NLP 2 (vervolg NLP in de basis)
- Kijken naar kunst met Tine Sijm
- Boeddhisme ontdekken

Nieuwe  
cursussen!

De talencursussen starten weer in het najaar van 2020

info: [www.evvvzijpe.nl](http://www.evvvzijpe.nl) of bel met: 0226-383003

Bij geen gehoor: 06-25035770

Draag bij aan  
de oplossing voor  
Parkinson.

Steun het  
wetenschappelijk  
onderzoek.

20 JAAR STICHTING  
**ParkinsonFonds**  
[www.parkinsonfonds.nl](http://www.parkinsonfonds.nl) • NL10 ABNA 0504 201 530



Breggit Smit  
Uitvaartverzorging

*Iedereen verdient een persoonlijk afscheid*

- Stijlvol en betrokken
- Persoonlijke begeleiding
- Volledige verzorging van begrafenis of crematie voor ieder budget
- Afscheid nemen met aandacht voor uw persoonlijke wensen
- Ook als u elders verzekerd bent of lid bent van een uitvaartvereniging
- Vrijblijvende kosteloze voorbespreking

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

[info@breggitsmituitvaart.nl](mailto:info@breggitsmituitvaart.nl) - [www.breggitsmituitvaart.nl](http://www.breggitsmituitvaart.nl)



## • PRIK HET OP HET BORD •

Werkleerbedrijf De Factorie in Schagen is op zoek naar creatievelingen. Vrijwilligers die graag hun creatieve kennis van houtbewerking, naaien, haken, breien, keramiek of welke andere creativiteit dan ook willen delen en overbrengen aan anderen. Kandidaten van De Factorie gaan graag samen met deze vrijwilligers aan de slag. Interesse? Vraag meer info via 0224-273145.

Op zoek naar een extra vrijwilliger bij de Doet & Ontmoet - groep op donderdagmiddag in De Cultuurschuur in Wieringerwerf.

De inzet van groene vingers wordt zeer gewaardeerd. Evenals de inzet van belastingvrijwilligers. Lijkt het u wat ons team van vrijwilligers te versterken? Laat het ons vooral weten!

Helpt u mee mensen te vervoeren naar ons Ontmoetingshuis in Broek op Langedijk? WPW Langedijk zoekt vrijwilligers. Interesse? Neem contact op met Helga Hink via servicepunt Langedijk. Bedankt!

Lijkt het u het leuk als vrijwilliger mensen te ontvangen en gezellig een praatje aan te gaan bij Doet en Ontmoet? Laat het vooral weten via servicepunt Langedijk.

Nieuwkomers in Nederland, aangesloten bij Aan de Slag, zoeken mensen in een rolstoel die er graag even buiten zijn. Daarom roepen wij organisaties op zich te melden bij WPW Heerhugowaard en dit fijne vrijwilligerswerk voor hen mogelijk maken.

Weet u dat vanaf 1 januari de telefoencirkel van Hollands Kroon onder de vleugels van WPW zit? Meer informatie via het Servicepunt.

Wilt u meedenken over onze organisatie Wonen Plus Welzijn? Wij zoeken uitbreiding van onze vrijwilligers/cliëntenraad.

**Blijf niet met uw wens rondlopen maar stuur het ons. Dat kan per mail: [info@wonenpluswelzijn.nl](mailto:info@wonenpluswelzijn.nl). Maar het kan ook bij een Servicepunt in de buurt. De adressen vindt u elders in dit magazine.**

## PUZZEL MEE EN WIN!

Los de woordzoeker op en maak kans op 1 van de 2 Plukker-cadeaubonnen ter waarde van € 15,-.

De prijzen zijn beschikbaar gesteld door:  
Boekhandel Plukker  
Gedempte Gracht 71-75, 1741 GB Schagen  
[www.boekhandelplukker.nl](http://www.boekhandelplukker.nl)

De winnaars van de vorige WPW-woordzoeker zijn:  
G.M. Kos-Hink (Noord-Scharwoude)  
M. Schooneman (Julianadorp)

badminton	dansen	kano	schaatsen
biljart	darten	karate	skien
bobslee	dressuur	karten	squash
boksen	duatlon	motorcross	tennis
bowlen	golf	petanque	voetbal
cricket	gymnastiek	rodelen	wielrennen
curling	hockey	roeien	worstelen
dammen	judo	rugby	zwemmen

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

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

De inzending dient voor vrijdag 1 mei 2020 binnen te zijn. De winnaars krijgen persoonlijk bericht en worden vermeld in het volgende WPW Magazine.

**RELAX**

*Kom thuis tot rust*  
**EN ONTSPAN OP HET HOOGSTE NIVEAU!**

