

De Groene Gids



*Algemeen
informatieblad
voor senioren
in IJsselstein
en Lopik*

SEPTEMBER NR. 3 • 2022



VORMGEVER VAN EEN HERINNERING

ROBERT LANDSMAN

Register Uitvaartverzorgers



VORMGEVER VAN EEN HERINNERING

Ervaringen

Lyanne:

“De warme betrokkenheid en de professionaliteit van Robert is erg prettig in een periode waarin je leven op de kop staat. Meedenken wat past bij de overleden persoon, een afscheid op maat, daarvoor kan je bij Robert terecht.”

Alex en Anita:

“Met zijn grote ervaring en kennis op het gebied van uitvaarten en bekendheid met de regio, is hij voor ons een grote steun geweest. Een fijne man bij wie uw uitvaartopdracht in goede handen is. Wij bevelen (Robert) Landsman uitvaartzorg van harte aan.”

LANDSMAN UITVAARTZORG

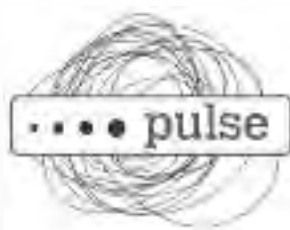
Weidstraat 17
3401 DR IJsselstein

Landsmanuitvaartzorg.nl

06 393 76 800

24 / 7 bereikbaar

info@landsmanuitvaartzorg.nl



De Groene Gids

JAARGANG 43
SEPTEMBER 2022

De Groene Gids is
een uitgave van Pulse
voor 65-plussers.

Redactieadres:

Wijkservicecentrum De Oase,
Benschopperweg 342,
3401 BZ IJsselstein.
Tel. 030 - 68 68 030.
Samenstelling/lay-out/bezorging:
Redactieteam De Groene Gids.

Oplage: ca. 5.230 ex.
Druk: WS Media Groep.

De redactie van De Groene Gids
kan altijd bezorgers gebruiken.
Heeft u viermaal per jaar een
uurtje tijd voor een 'bezorg-
wandeling'? Meldt u zich dan aan
via de receptie van Pulse, locatie
De Oase. Tel. 030 - 68 68 030.

Redactie IJsselstein:

Hester van Oirschot,
Jacqueline Prinsen, Jacques Rietvelt

Redactie Lopik:

Astrid Meijer-Haagen,
Agaath Velis-Spruit,
Machteld Zwanenburg

Advertenties IJsselstein:

Wil van Doorn,
Tel. 06 - 272 01 527
E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl

Advertenties Lopik:

Machteld Zwanenburg,
tel. 0348 - 55 31 50
E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl

Bezorgklachten/aanmelding/ adreswijziging en verspreiding:

- IJsselstein: Ingrid van der Griend,
tel. 030 - 68 68 030 - E-mail:
bezorginggids@stichting-pulse.nl
- Lopik: Machteld Zwanenburg,
tel. 0348 - 55 31 50

© Foto omslag: John Verbruggen

Voorwoord

Thuis

Beste lezer,

Qua woonervaringen ben ik een rijk mens: mijn eerste levensjaar woonde ik met mijn ouders en zus in een caravan langs de Lekdijk in Schalkwijk. In die tijd bouwden mijn ouders samen met vrienden en familie hun eigen woning met boerderij. Ik heb talloze herinneringen aan de jaren op de boerderij: spelen in de hooiberg, hazen spotten in de appelboomgaard en fietsen in de storm over de dijk. De boerderij staat



voor mij voor vrijheid, hard werken en altijd mensen over de vloer. Dit laatste is een rode draad geworden in mijn leven: waar ik ook woon, er komen altijd mensen langs. En deze mensen maken een huis, mijn thuis.

Bij aanvang van mijn studiejaren verruilde ik de boerderij voor een studentenkamer. Via verschillende gezamenlijke woningen, naar een appartement voor mijzelf en nu een tussenwoning waar de buurtkinderen de deur plat lopen. In elke woning heb ik mij thuis gevoeld.

De huidige woningmarkt is er een die alleen maar krapper lijkt te worden. Met steeds minder mogelijkheden is het een steeds groter wordende uitdaging om je thuis te blijven voelen in jouw woning. Dat geeft mij de motivatie om vanuit Pulse te kijken wat we kunnen doen voor mensen die geen ideale woonsituatie hebben. Een woning kunnen we niet creëren, maar een thuis wel. In IJsselstein en Lopik zijn verschillende buurtkamers waar mensen samenzijn, hun hart kunnen luchten, een spelletje spelen of creatief zijn. De mensen maken de groep. We zien een groei in deze behoefte; in IJsselstein starten we binnenkort met een derde dag Caleidoscoop (een buurtkamer in De Oase aan de Benschopperweg) en in Lopik zorgen vrijwilligers elke dinsdag voor een tweede thuis in de Schouw.

Momenteel zijn er talloze mensen op de vlucht. Oekraïne voelt ineens heel dichtbij en afgelopen voorjaar hebben dan ook enorm veel mensen geholpen om de locaties waar de vluchtelingen worden opgevangen te transformeren van een opvanglocatie naar een woongroep, een thuis. Het is enorm fijn om te zien hoe de bewoners hun best doen om mee te doen in IJsselstein en Lopik: door taalles bij Pulse te volgen (mede mogelijk gemaakt door een aantal geweldige donaties), door aan het werk te gaan en door aansluiting te zoeken bij verschillende activiteiten. De grote inzet van velen zorgt dat – ondanks de beperkte woonmogelijkheden – deze mensen zich welkom voelen.

En dat is waar ik mij vanuit Pulse voor inzet: in welke (woon)situatie u zich ook bevindt, met elkaar zorgen we voor een gevoel van thuiskomen.

Hartelijke groet,
Jacqueline Camara, Manager Stichting Pulse

Activiteiten IJsselstein: pag. 22 ❖ Activiteiten Lopik: pag. 38

Pulse Diensten en activiteiten



De overheid vraagt van u dat u zichzelf kunt redden en pas hulp inroept als u het echt niet meer kunt. Maar, eigenlijk hebben we altijd wel anderen nodig om onszelf te kunnen redden. Of het nu is dat uw partner een gaatje in de muur boort om een foto op te hangen of een knoop aannaait. Of dat kinderen helpen bij de administratie. Of een goede bekende die u vertrouwt, met wie u uw problemen bespreekt en die u kan adviseren. Of gewoon: een buur met wie u af en toe een praatje hebt. Eigenlijk doet niemand alles in z'n eentje en hebben we anderen om ons heen nodig.

Maar wat als mensen in uw omgeving wegvallen? Of als er vragen zijn, waar uw omgeving u niet bij kan helpen? Pulse biedt allerlei diensten, activiteiten en ondersteuning aan, waar u misschien gebruik van kunt maken. Hieronder is één en ander op een rijtje gezet.

Diensten:

- **Meldpunt:** hier kunt u terecht voor klusjes in huis, huishulp (gezelschap, boodschappen doen, begeleiding naar het ziekenhuis), telefooncirkel (dagelijks een telefoontje). Het Meldpunt is er voor mensen die wegens een beperking het niet meer zelf kunnen, niemand in hun omgeving hebben die het voor hen kan doen en de financiële middelen niet hebben om betaalde hulp in te schakelen.
In IJsselstein kunt u ook bij het Meldpunt terecht voor Stukkie Fietsen: samen met een duofiets eropuit!
In Lopik is er ook een Meldpunt.
- **Financiën op Orde:** voor hulp en advies bij uw financiële administratie. Van een adviesgesprek tot langdurige ondersteuning omdat u het zelf niet meer kunt.
- **Sociale activering:** biedt tijdelijke ondersteuning om eenzaamheid te doorbreken, depressieve klachten te verminderen, netwerk te versterken of uit te breiden, individuele begeleiding door een maatje, mentor, coach of om te leren rijden met een scootmobiel.
- **Aanschuiftafel:** samen eten is gezelliger dan alleen.
- **Pulse-Pendel:** vervoer van deur tot deur voor ouderen en mensen met een beperking.
- **Steunpunt Mantelzorg:** informatie en advies voor iedereen die zorgt voor partner, kind, familielid of een bekende.
- **Alzheimercafé:** maandelijks informele bijeenkomsten voor mensen met dementie en hun naasten. In IJsselstein (De Oase) op elke eerste woensdag van de maand, in Lopik (De Schouw) op elke vierde donderdag van de maand.
- **Buurtbemiddeling:** ondersteunt bewoners om onderlinge problemen op te lossen.
- **Vrijwilligerscentrale:** bent u op zoek naar vrijwilligerswerk? Of wilt u zich aanmelden als vrijwilliger? Dat kan bij de Vrijwilligerscentrale IJsselstein en Lopik.
- **Levensboeken:** samen met een vrijwilliger uw levensverhaal op papier zetten (voor inwoners van IJsselstein).

Activiteiten en cursussen:

Bij de locaties van Pulse kunt u terecht voor allerlei verschillende activiteiten en cursussen. Deelnemen zorgt ervoor dat u andere mensen leert kennen, dat u zo actief en fit mogelijk blijft en nieuwe dingen leert. In deze Groene Gids wordt het vaker gezegd: het ontmoeten van anderen is erg belangrijk!

Er zijn ook allerlei bewonersgroepen actief, die leuke activiteiten organiseren bij u in de wijk.

Wilt u meer informatie? Dan kunt u contact opnemen met Pulse, telefoonnummer 030 - 68 68 030.

Of kijk op de website www.stichting-pulse.nl. Pulse is ook actief op facebook, daar kunt u ook allerlei informatie vinden.

OPROEP

Heeft u per week of per twee weken twee uurtjes beschikbaar om iets voor een ander te doen? Doordat we verschillende activiteiten hebben en voor een brede doelgroep actief zijn is er vast een activiteit die bij u past!
Neem even contact op a.u.b. - Tel. 030 - 68 68 030.

Meldpunt vrijwillige huishulp IJsselstein

Hulp in en rondom huis.

Als u hulp nodig heeft bij kleine klusjes in en om het huis, kunt u contact opnemen met het Meldpunt IJsselstein. Het gaat vaak om kleine klusjes die voor uzelf lastig oplosbaar zijn. Het meldpunt kan worden gebeld voor bijvoorbeeld de volgende karweitjes:

- Schilderij ophangen
- Meubelstuk verplaatsen
- Rolgordijnen ophangen
- Stopcontact of schemerlamp repareren
- Heg knippen, gras maaien etc.

Het meldpunt is er voor mensen die:

1. de klus niet zelf uit kunnen voeren.
2. geen beroep kunnen doen op familie of vrienden.
3. geen bedrijf in kunnen schakelen.

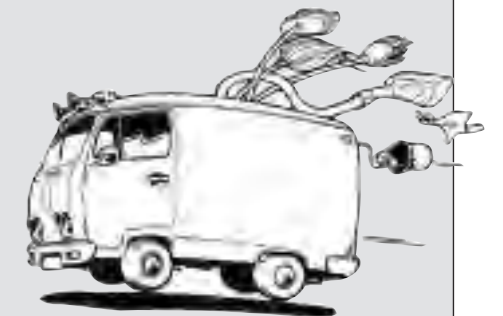
Het Klussenteam bestaat uit vrijwilligers.

Wat zijn de kosten?

Voor een klus die niet langer dan 1 uur duurt, betaalt u € 5,00. Mocht het zo zijn dat de klus langer dan 1 uur duurt, dan komt er € 3,00 aan kosten bij. Dit bedrag betaalt u contant aan de vrijwilliger die de klus uitvoert. Een klus mag maximaal 2 uur duren. Vergt de klus meer dan 2 uur, dan moet u een nieuwe afspraak maken.

Hoe kunt u een klus melden?

Dit kan bij het Meldpunt Vrijwillige Huishulp. De coördinator van het Meldpunt bespreekt met u de klus die u uitgevoerd wilt hebben en zorgt ervoor dat een geschikte vrijwilliger bij u thuis komt. Het meldpunt is dagelijks bereikbaar, van 09.00-11.00 uur, via tel. 06 - 580 70 852 of 030 - 686 80 30.



Repair Café IJsselstein zoekt vrijwilligers

Bij het Repair Café kunnen inwoners uit IJsselstein wekelijks terecht bij vrijwillige reparatiedeskundigen met kapotte kleine huishoudelijke apparaten, kleding en fietsen.

Binnen het Repair Café gaat het om samen repareren, om kennisoverdracht en om sociaal contact tussen buurtgenoten. Het repareren gebeurt tijdens de Repair Café-bijeenkomst, in aanwezigheid van en zo mogelijk met medewerking van de eigenaar van het kapotte voorwerp. Het doel van het Repair Café is dat spullen langer bruikbaar worden gemaakt en niet hoeven worden weggegooid. Maar bovenal wil het Repair Café laten zien dat repareren leuk is, en vaak heel makkelijk.



Het Repair Café is op zoek naar drie nieuwe vrijwilligers voor de volgende functies:

- Gastdame: voor een gastvrij onthaal van bezoekers
- Reparatiedeskundige fietsen: voor fietsreparaties
- Vrijwillige coördinator: voor coördinatie van het Repair Café op de werkvloer.

Zie de website van de Vrijwilligerscentrale IJsselstein & Lopik voor een uitgebreidere omschrijving van deze vrijwilligersvacatures: www.vwijl.nl.

Ben je nieuwsgierig geworden en wil je meer informatie?

Neem dan contact op met Hester van Oirschot, sociaal werker van Stichting Pulse via 06 - 458 65 404. E-mail: h.vanoirschot@stichting-pulse.nl.

Zie <https://stichting-pulse.nl/sociale-activering/repair-cafe/> en <https://repaircafe.org/> voor meer informatie over het Repair Café.

Fysiotherapie Groene Biezen

Specialist in bewegen

Fysiotherapie Groene Biezen helpt u om in beweging te komen en te blijven:

Fysiotherapie en Fitness onder begeleiding

Vele specialisaties

3 locaties: Lage Biezen 10 • Tiranastraat 17 • Florijn 3 (Benschop)

Behandeling op afspraak in praktijk of aan huis.



Voor meer informatie: 030 - 688 25 27
of www.groenebiezen.nl

Langskomen kan natuurlijk ook. Dan kunt u meteen onze trainingsruimten bekijken!

Lagebiezen 10, 3401 NG IJsselstein
(Naast het oude postkantoor)

VAN PELT

revalidatieservice

verkoop - onderhoud - reparatie



De nieuwe Topro modellen zijn er, in 8 prachtige kleuren



KORTINGSBON
10% korting
op een nieuwe
scootmobiel
of rollator

- ✓ service/levering aan huis
- ✓ gratis vervangende rollator/scootmobiel
- ✓ dealer van populaire merken als Topro, Volaris, Dietz/Taima, WheelzAhead, Afikim en Kymco
- ✓ 42 jaar ervaring in zorg hulpmiddelen
- ✓ 23 jaar in IJsselstein
- ✓ snelle service

Swammerdamweg 4, IJsselstein - 030-6887130 - www.van-pelt.nl

Mantelzorgwaardering

Zorgen voor een ander is belangrijk, maar kan soms zwaar zijn. Deze zorg lijkt misschien heel gewoon, maar is uniek! Mantelzorgers staan altijd klaar voor de persoon die zij verzorgen. De gemeenten IJsselstein en Lopik zetten alle mantelzorgers in het zonnetje en bedanken hen met cadeaubonnen.

Bent u mantelzorger? Of kent u een mantelzorger? Vraag de waardering dan aan of wijs de mantelzorger(s) in uw omgeving op de mantelzorgwaardering. De waardering is in IJsselstein en Lopik verschillend geregeld. Lees hieronder per gemeente wat u moet doen om de waardering te ontvangen.

Mantelzorger uit IJsselstein

Aanmelden voor de mantelzorgwaardering 2022 kan van 1 juli tot en met 30 september 2022. Het Steunpunt Mantelzorg van Stichting Pulse verzorgt de mantelzorgwaardering voor de gemeente IJsselstein. Aanmelden kan via de website van Stichting Pulse: stichting-pulse.nl/mantelzorgwaardering.

Hulp nodig?

Als u hulp nodig heeft bij het indienen van uw aanvraag, kunt u een afspraak maken bij Stichting Pulse. Zij gaan dan samen met u de aanvraag telefonisch invullen. Dat is gratis.

U belt op vrijdagmorgen (tussen 10.00 en 12.00 uur) om een telefonische afspraak in september hiervoor in te plannen. Het telefoonnummer is: 030 - 686 80 30.

Contactgegevens Steunpunt Mantelzorg IJsselstein

Het Steunpunt Mantelzorg van Stichting Pulse verzorgt de uitgifte van de mantelzorgwaardering voor de gemeente IJsselstein. Voor vragen kunt u contact met ons opnemen:

- stuur een e-mail naar mantelzorg@stichting-pulse.nl
- of bel op **vrijdagmorgen** (tussen 10.00 en 12.00 uur) naar 030 - 686 80 30.

Vragen en aanmelden als mantelzorger

Heeft u vragen of wilt u zich aanmelden als mantelzorger? U kunt contact opnemen met Stichting Pulse door een e-mail te sturen naar secretariaat-mantelzorg@stichting-pulse.nl of door op vrijdagochtend (tussen 10.00-12.00 uur) te bellen naar 030 - 686 80 30.

Mantelzorger uit Lopik

Als u bent geregistreerd als mantelzorger bij het Steunpunt Mantelzorg van Stichting Pulse hoeft u verder niets te doen. Via de contactgegevens die bij het Steunpunt bekend zijn, hoort u over de waardering.



INLEVEREN KOPIJ VOOR DE GROENE GIDS DECEMBER 2022

Tot uiterlijk **MAANDAG 24 OKTOBER 2022** kunt u kopij zenden naar de redactie.

E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl

Als het thuis niet meer gaat....

De zorg voor een naaste wordt door de jaren heen vaak steeds intensiever. Wat begon met af en toe je partner of buur helpen, groeit gaandeweg uit tot een uitgebreid pakket aan zorg en ondersteuning. Door gebruik te maken van hulpmiddelen uit de Wet maatschappelijke ondersteuning, de Zorgverzekeringswet en de Wet langdurige zorg proberen we zolang mogelijk thuis te blijven wonen. En alle zorg die erbij komt kijken doen we met alle liefde. Maar er kan een moment komen dat thuis zorgen voor de ander niet meer gaat. Omdat de zorg te intensief of te specialistisch wordt of omdat het niet meer veilig en verantwoord is dat je naaste thuis woont. Of omdat het voor de mantelzorger te vermoeiend en belastend is geworden.

Een moeilijke beslissing

Het is vaak moeilijk om toe te geven dat het thuis niet meer gaat. Je gunt het je naaste dat hij/zij ook in het laatste stukje van zijn/haar leven in zijn/haar vertrouwde omgeving kan blijven wonen. Het voelt misschien alsof je faalt als je benoemt dat het te zwaar wordt of niet verantwoord is. Toch is het belangrijk om hardop uit te spreken wat iedereen vaak al wel voelt: de mantelzorg in de thuissituatie is een te grote belasting geworden. Het is een moedige stap om dat te erkennen, ook al is het confronterend en doet het verdriet.

'Ga met elkaar om tafel en laat iedereen vertellen hoe hij/zij tegen de situatie aankijkt!'

Soms denken familieleden verschillend over een opname. De een zou de opname het liefst zo snel mogelijk regelen, terwijl de ander het nog even wil aanzien. Ga met elkaar om tafel en laat iedereen vertellen hoe hij/zij tegen de situatie aankijkt. Zo krijg je begrip voor elkaars mening en kun je op zoek gaan naar een gezamenlijke aanpak en taken verdelen. Als je er samen niet uitkomt kan een professionele buitenstaander het gesprek leiden. Bijvoorbeeld een casemanager dementie, cliëntondersteuner, mantelzorgconsulente of mantelzorgmakelaar. Bespreek je gevoel dat het thuis niet meer gaat ook met de huisarts of andere professionals die bij je naaste over de vloer komen. De thuiszorg heeft vaak een goede kijk op de situatie en kan mee beoordelen wanneer de zorg thuis niet langer haalbaar is.

Voor meer informatie:

Steunpunt Mantelzorg IJsselstein en Lopik

Dafne Maaswinkel en Ilse Nedereind - Tel. 030 - 686 80 30

Tandem-maatje voor Lopik

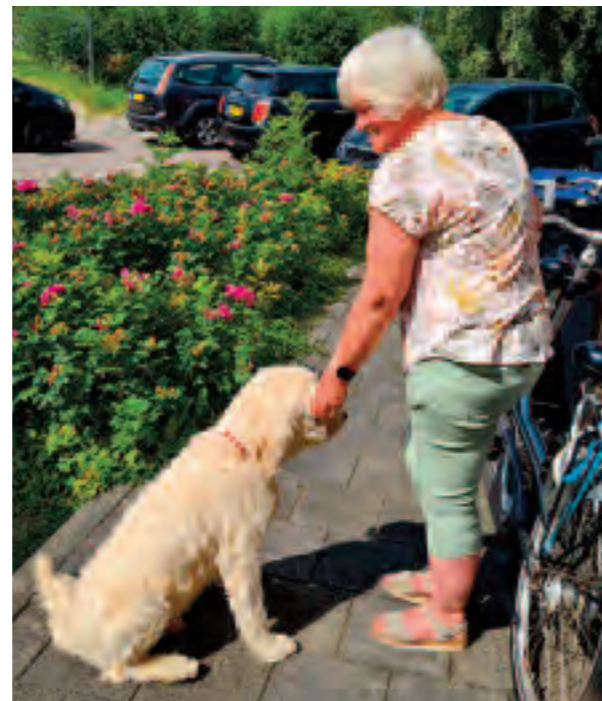
Ik ben Ria Vink uit Lopik, 75 jaar, en gelukkig nog fit in lijf en leden. Ik ben slechtziend, maar dat houdt me niet tegen om volop van het leven te genieten!

Mijn hond Boy helpt me waar hij kan. Naast handwerken en creatief bezig zijn, ben ik graag onder de mensen. En ik fiets ook heel graag.

Dat kan ik niet alleen. Ik heb een tandem, en zoek een maatje die af en toe met mij op de tandem wil fietsen. Je hoeft echt niet alleen te trappen, want ik fiets natuurlijk gewoon mee!

Is je nieuwsgierigheid gewekt en zou je een keer een (proef)rondje met me willen fietsen op de tandem? Neem contact op met Giselle Alders van Pulse. Tel. 06 - 336 77 185 of e-mail: g.alders@stichting-pulse.nl.

Bedankt alvast en hopelijk tot ziens!



Column van de wethouder



Geachte lezer,

Tegen de tijd dat u deze column leest ben ik een paar maanden wethouder van het mooie IJsselstein waar ik zelf al 27 jaar met veel plezier woon. Met veel energie ben ik aan de slag gegaan. Een van mijn belangrijkste portefeuilles betreft wonen. Ik zie het als een belangrijke opgave van ons college, dat we van onze mooie stad kunnen blijven genieten en tegelijk plek maken voor nieuwe IJsselsteiners.



Het plannen en bouwen van woningen kost veel tijd. Daarom kijken we ver vooruit. In de Woonvisie 2019-2030 heeft de gemeenteraad vastgesteld dat IJsselstein voor het jaar 2030 2.500 nieuwe woningen wil bouwen in de huur- en koopsector. Daarbij hebben wij bijzondere aandacht voor de mensen, die onze stad mede een hart hebben gegeven: de senioren. En net zo hard moeten we ruimte bieden aan de mensen, die onze stad vitaal houden en verder zullen opbouwen: de jongeren en starters. We experimenteren daarom met verschillende woonvormen, bijvoorbeeld een Knarrenhof en tiny houses.

Ook zijn we in de regio druk aan het onderzoeken om meer zorgwoningen te bouwen.

Nieuwe woonruimte voor onze ouderen, kinderen en starters dus. Daarbij benutten we alle wettelijke mogelijkheden om onze ouderen en jongeren voor onze stad te behouden. Binnen het college werk ik daarbij nauw samen met mijn collega-wethouders en partners in de stad en regio. Want woningen bouwen kun je niet zonder ook rekening te houden met bijvoorbeeld voorzieningen, groen, wegen, cultuur, klimaat en ons culturele erfgoed.

Wat mij betreft blijft IJsselstein een vitale stad waar huidige en nieuwe inwoners met plezier kunnen blijven wonen, tot in lengte der dagen. En kan ik daar de rest van mijn leven zelf ook van blijven genieten.

Edwin Tas, Wethouder IJsselstein

Vorstelijk Vervoer voor ouderen hervat

In de maand juli is er groot onderhoud uitgevoerd aan de Gouden Koets en konden wij enkele weken verzoeken om mensen te vervoeren niet honoreren. Gelukkig zijn de reparaties uitgevoerd en staan wij weer in de startblokken om thuiswonende ouderen of bewoners van een verzorgingshuis binnen de gemeente IJsselstein te vervoeren.

U kunt ons bellen voor een familiebezoek, een boodschap in het stadje, een bezoek aan de sportschool of fysio, of zomaar een ritje door IJsselstein. Onze rijtijden zijn van maandag t/m vrijdag van 09.30 tot 16.30 uur.

Onze chauffeurs brengen u gratis en zonder wachttijd naar de plaats van bestemming en halen u ook weer op de afgesproken tijd op.

U kunt een rit aanvragen via telefoonnummer 06 - 123 28 650.



Ewoud : ook voor Zorg Thuis in de wijk



Woonzorgcentrum Ewoud van Vecht en IJssel biedt zorg en ondersteuning die bij u past. Zodat u leeft zoals u dat wenst of gewend bent.

In een (zorg)appartement, in een servicewoning, met dagbesteding 'de Meikers', of gewoon bij u thuis, met Zorg Thuis. Ook in úw wijk. Gewoon dichtbij Gewoon goed!

Ewoud
wonen, welzijn en zorg

Bel ons voor meer informatie of een afspraak:
(030) 686 94 88 www.vechtenijssel.nl

Wij zoeken vers bloed

In de Oase zijn meerdere clubs actief. In dit stuk willen wij een oproep plaatsen voor de Biljartclub De Oase en de Bridgeclub De Oase.

Biljarten.

Er staan 2 biljarts in De Oase, waar iedereen vrij op kan spelen mits hij maar muntjes meeneemt om in de klok te doen. (De muntjes zijn te verkrijgen bij de receptie en kosten € 0,20 per stuk. Je moet wel pinnen). De regels die daarbij gelden staan keurig beschreven en hangen bij de klok. De biljartclub maakt voor haar wedstrijden gebruik van deze biljarts. In de herfst is er een libre toernooi, in de winter een driebanden toernooi en in het vroege voorjaar een bandstoot toernooi. Aan die toernooien kunnen alleen leden van de club deelnemen. Zoek jij als net of al langer gepensioneerde man een actieve hobby met ook nog sportieve uitdaging, meld je dan aan om lid te worden van de biljartclub. Of je het al heel goed kunt of nog maar een beginneling bent, is niet echt belangrijk. Bij de toernooien wordt iedereen nl. op sterkte ingedeeld, op basis van een handicap zoals bij golf. Bij een nieuw lid beoordeelt het bestuur de sterkte en deelt betrokkene vervolgens in. Blijkt de indeling na 3 speelrondes te hoog of te laag te zijn, dan volgt een aanpassing op basis van het gemiddelde uit die eerste 3 speelrondes. De wedstrijden worden gespeeld in poules op maandagmiddag, dinsdagmiddag en donderdagmiddag. De winnaar van elke poule krijgt een prijs. De contributie bedraagt voor een heel jaar € 40,00, dus dat is te overzien.



Ook proberen we elk jaar zowel vlak voor Pasen als vlak voor Kerst een klaverjastoernooi te houden voor de leden en hun partners, waarbij voor de niet kaarters gelegenheid is met elkaar de strijd aan te gaan op de sjoelbak. Ook daarbij zijn prijsjes te verdienen en in elk geval wordt voor de inwendige mens gezorgd middels een hapje en een drankje.

Ben je geïnteresseerd? Wil je meer weten? Of wil je je meteen aanmelden? Stuur een mail naar de secretaris Arend den Harder (arenddenharder@gmail.com) of neem contact op via tel. 06 - 337 37 395. Het is handig om je uiterlijk in de maand september aan te melden, want de wedstrijden beginnen begin oktober. Met een beetje geluk kun je dan gelijk meedoen vanaf het begin van het nieuwe seizoen.

Bridgen.

Bij Bridgeclub De Oase is het mogelijk om het hele jaar door in wedstrijdverband te bridgen (ook in de zomer). De wedstrijden zijn op donderdagmiddag van 13.30 tot ca 16.30 uur en we spelen 5 rondes van 4 spellen. De volgende dag wordt de uitslag bekend gemaakt. Op dit moment zijn het alleen losse wedstrijden, maar als er weer genoeg deelnemers zijn, organiseren we ook onderlinge competities. We zijn een vereniging en u dient lid te zijn om steeds mee te spelen. De contributie is € 70,00 voor het hele jaar. We spelen volgens de officiële regels van de Bridgebond, maar in een ontspannen sfeer.

Natuurlijk bent u altijd welkom om een keer te komen meespelen om de sfeer te ervaren. U kunt ook als losse deelnemer meedoen. Dan moet u zich op de speelmiddag bij de zaal aanmelden met een partner. (Alleen deelnemen gaat niet). We hebben vrije inloop en iedereen is welkom. Wij verzoeken u dan om aanwezig te zijn om 13.15 uur. Als u geen lid bent maar toch regelmatig zou willen deelnemen, zijn de kosten € 5,00 per paar per wedstrijd.

Wil je hier meer over weten of je aanmelden, ook dan moet je zijn bij Arend den Harder, want hij is de wedstrijdleider van de bridgeclub.



Voor beide clubs geldt: *Je bent van harte welkom!*

Paramedisch Centrum IJsselstein

Contact:
Telefoon: 030 - 600 02 02
www.paramedischcentrum.nl
info@paramedischcentrum.nl

Bezoekadres:
Jan van der Heydenweg 2
3401 RH IJsselstein

Loop gerust bij ons binnen. Het Paramedisch Centrum IJsselstein is gevestigd in het nieuwbouw gedeelte van Zorgcentrum Ewoud. U kunt met of zonder verwijzing van uw huisarts of specialist bij ons terecht.

Behandelmogelijkheden:

Fysiotherapie
Manuele therapie
Oefentherapie Cesar
Kinderoefentherapie
Ergotherapie
Huidtherapie
Therapeutische elastische kousen
Beweegprogramma's
Medische Fitness
Orofaciale fysiotherapie
Podologie

Benschopperstraat 43
3401 DG IJSELSTEIN

Telefoon 030 - 6881317
Fax 030 - 2662358

www.brasseriekloostertuin.nl



Voor lunch, diner en borrel

Wij zijn maandag t/m zaterdag
vanaf 12:00 uur open voor
lunch (tot 16:00 uur)
en diner (tot 21:00).



Is uw klok of barometer stuk ?

Zoekt u een vakkundige gediplomeerde klokkenmaker ?
Reparaties van alle soorten klokken en barometers.
Gratis halen en brengen is ook mogelijk.

Klokkenmakerij Gerrit Boer

Benschopperweg 41 - 3401 BT IJsselstein
Tel. 030 - 687 69 20 of 06 - 150 32 025



Uw mens onze zorg!

WWW.ZORGPLATFORM-GERANOS.NL
Postbus 257, 3400 AG IJsselstein • (030) 687 70 55 • info@geranos.nl

Shko mako

'Hoe gaat het?' is de eerste zin die een buitenlander leert in Nederland. Het antwoord is altijd: 'goed'. Het is een automatische dagelijkse vraag en antwoord. Het is de sleutel om een gesprek te beginnen met iemand die je kent of soms helemaal niet kent. En let op, jouw gezichtsuitdrukking moet overeenkomen met je antwoord. Anders krijg je meteen de volgende vraag: 'echt?!'

In het Iraakse dialect beginnen we ons gesprek met een soortgelijke automatische vraag die de kleur heeft van onze cultuur: "Shlonek". Dat betekent letterlijk: wat is jouw kleur? Deze uitdrukking wordt over het algemeen gebruikt in Irak en het Arabische schiereiland. Het juiste en eerlijke antwoord zou kunnen zijn: 'grijs, geel, wit, zwart, ...'. Maar nee, meestal is het onwillekeurige antwoord: 'Fijn, godzijdank'.



Daarnaast hebben we in Irak de enige echte 'hoe gaat het?' versie die we al 5000 jaar gebruiken: 'Shko Mako'. Dat idioom heeft zijn oorsprong in de Sumerische cultuur en heeft vijf millenia overleefd. Behalve de Irakezen is er geen volk in de hele wereld dat deze uitdrukking gebruikt.

Letterlijk betekent: shko: wat is er? en mako: er is niets.

Het is vraag en antwoord tegelijk. De Sumeriërs gebruikten de uitdrukking om te vragen wat er voor weer op komst was. Dus 5000 jaar geleden, als een Sumeriër zijn buurman of vriend ontmoette, vroeg hij hem niet 'hoe gaat het', maar hij vroeg hem over zijn kennis en verwachtingen van het weer voor die dag.

Dan bereidden zij zorgvuldig de rest van de dag voor, wat ze moesten doen om hun dag rustig te laten verlopen, hoe zij zichzelf konden beschermen tegen de natuur, wilde dieren en klimaat. De Sumeriërs zagen zichzelf als onderdeel van het universum, levende wezens net als planten, dieren en sterren. Alles leeft. Ze waren bezig met het leven en hoe het te organiseren. Dit is wat wij nu het primitieve leven noemen.

Het gebruikelijke antwoord in onze huidige cultuur op deze vraag is: 'Niets', nog steeds.

Dus een gesprek met mijn moeder ging meestal zo:

- Shlonek, Yuma? Godzijdank
- Shko Mako? Niets!

Na een paar seconden vertelde ze in detail, als een stortvloed, over onze familieleden die ik al of niet kende. En ze vertelde over haar gezondheid, die elke dag verslechterde. 'Godzijdank' en 'niets' waren slechts sleutels die haar hart openen om binnen te komen, het waren haar woorden van welkom. Zo is het.

Ik las ergens dat het antwoord op 'hoe gaat het?' iets over jouw mentale gezondheid onthult. Is het glas voor jou altijd half leeg? Praat je eerlijk over je gevoelens of ben je bang om je bloot te geven? Toen ik dat las vroeg ik me af: is het alle moeite waard om zo'n analyse te maken? Zijn we zo druk bezig met onszelf en het beheersen van onze gevoelens, dat we ons gedrag en onze reacties precies aanpassen aan de juiste manier waarop tegenwoordig over eerlijkheid wordt gedacht? Moeten we alles een naam geven? Moeten we zo serieus zijn over van alles en nog wat? Is alleen maar: 'goed' en 'niets' niet genoeg? Want net als het weer, kunnen op een gegeven moment ook onze eerlijke, zuivere reacties weer anders zijn.

De uitdrukkingen 'Hoe gaat het?', 'Shlonk?' en 'Shko Mako' zijn eigenlijk hetzelfde eenvoudige 'jargon' zoals dat 5000 jaar geleden en vandaag de dag gebruikt wordt. Je hoeft niet lang na te denken over de eerlijkheid van je antwoord en je gevoelens. Want het is altijd 'Mako' en er is altijd 'wit' om opnieuw te beginnen.

Mayada Khalil

INLEVEREN KOPIJ VOOR DE GROENE GIDS DECEMBER 2022

Tot uiterlijk **MAANDAG 24 OKTOBER 2022** kunt u kopij zenden naar de redactie.

E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl



Senioren voelen zich thuis bij de KBO, samen met de PCOB zijn we de grootste seniorenorganisatie van Nederland. Wij maken ons sterk voor een samenleving waarin senioren volwaardig kunnen meedoen en mensen omzien naar elkaar. Voor senioren van vandaag en morgen. Iedereen heeft zo zijn eigen reden om lid te zijn. De één vindt het belangrijk dat de belangen van de senioren

goed worden behandeld, de ander gaat vooral voor de vele voordelen die de KBO biedt. Leden van de KBO-PCOB ontvangen 10 keer per jaar het KBO-PCOB magazine. Meer informatie: www.kbo-pcob.nl.

Wat doen wij als KBO afdeling IJsselstein, Lopik e.o.?

- Onze belastinghulp (Huba's) helpen u graag bij het invullen van uw belastingpapieren.
- Onze ouderenadviseurs (OA's) bieden u een luisterend oor bij problemen van allerlei aard en kunnen u bijvoorbeeld helpen bij de aanvraag van sociale voorzieningen.
- Onze KBO heeft verschillende commissies die van alles organiseren, zoals de jaarlijkse vakantieweek, spellenmiddagen, bingo, fietsmiddagen, muziekochtenden, dagjes uit, kerstvieringen, modeshows en nog veel meer.
- Op themamiddagen informeren wij u over interessante en relevante onderwerpen.
- Er zijn tablet- en iPadcursussen en wij helpen u graag bij computerproblemen.

U vindt ons op <https://www.kboprovincieutrecht.nl/afdelingen/ijsselstein>

Volg ons ook op Facebook: <https://www.facebook.com/KBOIJsselstein>

Belastinghulp of Ouderenadviseur worden, iets voor u?

Helpt u wel eens anderen met hun aangifte of toeslagen, en vindt u dat leuk? Of wilt u meer weten over wat een ouderenadviseur zoal doet? Neemt u dan contact op met onze servicetelefoon 06 - 811 28 901.

Vrijdagmiddagborrel in het theatercafé van het Fulco op de tweede vrijdag van de maand

Van 16.00 tot 17.30 uur. Met live muziek. Voor leden en belangstellenden.

Dus neem gerust iemand mee. Consumpties betaalt u zelf. Na afloop een hapje mee-eten? Informatie staat op onze website.

Spellenmiddagen in De Oase op de eerste dinsdag van de maand

Aanvang: 13.30 uur. Zaal open 13.00 uur. Entree € 2,50 p.p., incl. een kopje koffie of thee.

Informatie: Piet en Sonja Tammer, e-mail: piettammer@caiway.nl of telefoon 030 - 688 11 73.

Bingomiddagen in De Oase

Dinsdag 15 november 2022. Aanvang 13.30 uur. Zaal open 13.00 uur. Entree € 5,00.

In de pauze een gratis kopje koffie of thee. Tot slot is er een verloting, de lootjes kosten € 1,00 per 4.

Aanmelding verplicht (tot uiterlijk een week voor datum) en informatie:

Tanja Goezinne, e-mail: t.goezinne@caiway.net of telefoon 030 - 688 26 67.

Filmmiddagen in de bioscoop van het Fulcotheater i.s.m. met de KBO

Meestal op de derde donderdag van de maand. Aanvang om 14.00 uur.

Ook voor niet leden van de KBO. Het 'Fulco' biedt u een gratis kopje koffie of thee aan met wat lekkers. Informatie over exacte data en reservering: www.fulcotheater.nl.

Fietsseizoen 2022

De laatste fietsmiddag van het seizoen 2022 is op donderdag 8 september.

Start om 13.00 uur vanaf De Oase met een koffie/theestop onderweg. Afstand 30 tot 35 km. Deelname is volledig op eigen risico. Evt. consumpties zijn voor eigen rekening.

Informatie: Theo te Braake, e-mail: theotebraake@hotmail.com of telefoon 06 - 144 89 845.

Muzikale Notenmix

Op de maandagen 12/9 - 10/10 - 14/11 - 12/12 -2022 en in 2023: 9/1 - 13/2 - 13/3. Data daarna worden nog bekend gemaakt. De thema's worden bekend gemaakt op onze website.

Locatie: De Oase. Van 10.45 tot 12.15 uur. Entree 4,00 excl. kopje koffie of thee.

Informatie: Tineke van Merm, e-mail: communicatiekbo@kpnmail.nl of telefoon 06 - 811 28 901.

Eucharistievieringen in de Basiliek

Elke derde woensdag van de maand om 09.30 uur.

Modeshow Van der Klooster te Boskoop op donderdag 10 november 2022

Vlotte mode van maat 36 t/m maat 54 voor een betaalbare prijs, zonder verplichting tot kopen.

09.15 uur: Vertrek per touringcar vanaf het Podium in IJsselstein.

10.15 uur: Aankomst en ontvangst met koffie en gebak.

11.00 uur: Presentatie eigentijdse modeshow door mannequins.

12.00 uur: Tijd voor de lunch. Daarna tijd om te passen en eventueel kopen.

15.00 -15.30 uur: Feestelijke afsluiting met een advocaatje met slagroom.

De kosten voor deze volledig verzorgde en gezellige modedag bedragen € 19,50 voor leden van de KBO en voor niet-leden € 22,00. Wij vragen u vriendelijk om voor uw evt. introduc e ook te betalen. Deelname is op eigen risico. Informatie: 06 - 811 28 901.

Aanmelden voor deze dag kan tot 10 oktober 2021: www.formdesk.com/kboijsselstein/Modeshow.

Rabobank ClubSupport september 2022

De KBO afdeling IJsselstein, Lopik e.o. doet mee met Rabobank ClubSupport 2022.

Leden van de bank krijgen hiervan bericht en kunnen vervolgens stemmen op de verenigingen of stichtingen die zij een warm hart toedragen. **Stem u op ons...!?**

KBO - afdeling IJsselstein, Lopik e.o.

Secretariaat en Marie Schras, Ringoven 16, 3402 SB IJsselstein

Ledenadministratie: Telefoon 030-687 7772 of 06-2281 3702, e-mail: secretariskboijs@kpnmail.nl

Servicelijn: Voor algemene vragen belt u met onze servicelijn **06 - 811 28 901**.

Geheel vrijblijvend drie maanden lang het KBO-PCOB magazine ontvangen met onze nieuwsbrief? Neem contact op met ons secretariaat of bel met de servicelijn.

Aanmelding lidmaatschap

Inleveren bij of opsturen in een envelop (met postzegel) naar:
Secretariaat: Marie Schras, Ringoven 16, 3402 SB IJsselstein
<http://www.formdesk.com/kboijsselstein/inschrijfformulierkbo>
 Contributie € 30,00 per persoon per jaar m.i.v. 1 januari 2022

Dhr.: geb. datum:

Mevr.: geb. datum:

Straat en huisnr.:

Postcode: Woonplaats:

Telefoon: Mobiel:

Huwelijksdatum (niet verplicht):

E-mailadres (s.v.p.  en letter per vakje):

[Grid for email address input]

Ik ga akkoord met automatische afschrijving van de contributie van mijn bankrekeningnummer:

IBAN: NL [] [] [] [] Bank [] [] [] [] [] [] Rekeningnummer [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] []

Datum: Handtekening:

Uw gegevens worden verwerkt conform de AVG-regeling 2018

Hoe wonen senioren nu in IJsselstein en hoe zou dat anders en beter kunnen

Het thema van dit nummer van De Groene Gids is WONEN en dan specifiek wat betreft onze lezers: de senioren. In de snel vergrijzende gemeente IJsselstein, waar het percentage 65+ de komende jaren zelfs sneller stijgt dan in de rest van Nederland, moet er veel gebeuren om te zorgen dat al die senioren nu en straks in passende woningen gehuisvest zullen zijn. De gemeente IJsselstein heeft al in 2019 een woonvisie vastgesteld, maar de uitwerking laat nog op zich wachten. Duidelijk is dat er een groot tekort aan appartementen is om alle senioren nu al te huisvesten als zij daarheen zouden willen verkassen, omdat zij het alles gelijkvloers hebben ook om gezondheidsredenen gewent vinden.

Overigens is het een landelijk probleem en dat heeft ertoe geleid dat een Task Force Wonen en Zorg is opgericht, waarin VNG (gemeenten), Actis (zorgaanbieders) en Aedes (woningcorporaties) samenwerken met de ministeries van Binnenlandse Zaken, Volksgezondheid Welzijn en Sport alsmede Volkshuisvesting en Ruimtelijke Ordening om lijnen uit te zetten. Die Taskforce moet de gemeenten stimuleren om een woonvisie te ontwikkelen met als belangrijk onderdeel 'zorgwoningen voor ouderen'. Onno Hoes, baas van de NVM makelaars heeft in een uitzending van WNL op Zondag ook benadrukt, dat de makelaars een rol kunnen en willen spelen in dit proces als die woonvisies er liggen.

Casus: je bent 70+ en woont samen met je partner in een 2-onder 1 kap woning met behoorlijke tuin. De kinderen zijn allang het huis uit. De zolderverdieping wordt al jaren niet meer gebruikt en op de eerste verdieping heb je ook nog kamers over. De tuin is mooi maar bewerkelijk en dat gaat je steeds moeilijker af. Je wilt eigenlijk je huis verkopen en een appartement kopen met voldoende ruimte en een behoorlijk balkon, zodat je toch nog buiten kunt zitten bij mooi weer. Liefst ook dicht bij het openbaar vervoer, de winkels en een medisch centrum met huisarts, apotheek en fysiotherapeut, zodat je ook straks als de zorgbehoefte toeneemt alles bij de hand hebt. In ons mooie stadje komt alleen de setting bij de Meridiaan een beetje in de buurt van het gewenste plaatje, maar niet voor iedereen ideaal en meer opties zijn er eigenlijk niet.

Ik spreek hierover met Kees Duijvelaar, voorzitter van KBO afdeling IJsselstein en al jarenlang actief om dit thema indringend onder de aandacht van de beleidsmakers te brengen. Middels een petitie aan de gemeenteraad in 2019, een filmpje op RTV Utrecht in voorjaar 2020 en een KBO congres in najaar 2020 is er heel veel aangedragen, waarmee bestuurders aan de gang zouden kunnen en moeten gaan. 'De casus zoals hierboven beschreven kun je ook vertalen naar senioren die in een sociale huurwoning wonen of in de vrije sector huren', aldus Kees. Er moeten in zijn visie – en hij voelt zich meer en meer een Man met een Missie – nu op korte termijn knopen worden doorgehakt door de gemeente waar en hoeveel seniorenappartementen er gebouwd gaan worden.

'Waar dan', vraag ik aan Kees. Zijn antwoord: 'Het Podium is een geschikte locatie. Het wordt veel minder intensief gebruikt dan oorspronkelijk de bedoeling was. Je zou nu een deel van het terrein kunnen handhaven voor evenementen, maar het grootste deel kunnen benutten om daar appartementen te bouwen, dicht bij winkels en openbaar vervoer. Ook het te ontwikkelen plan Paardenveld-Noord kan ingevuld worden met seniorenappartementen. Hier is de nabijheid van Ewoud een extra positieve factor, omdat daar een medisch centrum is gehuisvest en vanuit het zorgcentrum zorg en bijv. ook maaltijden geleverd kunnen worden.



Juist als er een voorraad nieuwe appartementen beschikbaar is, kan de woningmarkt echt in beweging komen. Het vliegwieleffect ontstaat doordat de eigenaar in de hiervoor genoemde casus zijn huis verkoopt aan een gezin dat in een starterswoning zit en groter wil gaan wonen en hun woning vervolgens verkoopt aan jonge starters. Zo worden niet alleen de senioren geholpen, maar bereik je ook dat jonge mensen hun heil niet elders hoeven te zoeken, maar gewoon in hun eigen IJsselstein onderdak kunnen vinden. En natuurlijk kan ook in de markt van huurwoningen beweging op gang worden gebracht doordat senioren die in de vrije sector huren naar een seniorenappartement verhuizen, hun woning beschikbaar komt voor mensen die kunnen doorschuiven vanuit een sociale huurwoning en daardoor ook weer sociale huurwoningen beschikbaar komen voor starters.'

Een helder antwoord van een man met een visie, maar het mag duidelijk zijn dat er nog wel het nodige water door de IJssel zal stromen, voordat dit allemaal werkelijkheid wordt.

Samen speculeren we nog over alternatieven zoals samenwerking met Lopik over het terrein tussen Intratuin en de N 210 of een snellere start dan 2035 van het bouwen in de polder Rijnenburg, zeker als daar gekozen zou worden dicht bij de grens met IJsselstein te beginnen. Maar vooralsnog is IJsselstein voor die oplossingen afhankelijk van andere gemeenten en zal dat meer tijd vragen dan we wenselijk vinden.

'Nu echt snel stappen zetten', dat is de oproep die Kees aan het eind van ons gesprek doet aan de gemeente. Ik sluit me daar, niet alleen als schrijver van dit artikel, maar ook als 70-plusser, van harte bij aan.

Jos Timmermans

Burenoverlast?
Trek op tijd aan de bel
030 688 70 30*

Burenoverlast?
U kunt er wat aan doen. Tot de eerste stap is het dus. Een kleine moeite om het kost 0 munts.

Ergernis?
Bij het niet mee rondlopen. Kleine ergernissen stapelen zich op. Tot het een keer uit de hand loopt.

Kom in actie
Schakel Buurtbemiddeling in. Voor informatie, advies, tips of bemiddeling. Wij werken vertrouwelijk en professioneel. Aan afspraken - zie er vaak verruucht leef je.

Buurtbemiddeling IJsselstein/Lopik
Postbus 23 | 3900 AA IJsselstein
Tel. 030 688 70 30 | E-mail: buurtbemiddeling@otching.nl

Buurtbemiddeling | 030 688 70 30 | het algemeentekennende van Politie, Vreemdelingen, Justitie, Bestuurlijke

Fysiomotive... motiveert tot goed bewegen!

Wist u dat wij een beweegprogramma hebben voor ouderen.
Lekker actief en reuze gezellig.
Bel gerust even....



fysiomotive

Manuele therapie, Fysiotherapie, Hand Therapie,
Craniofasciale therapie

Marinus Vermeerplein 2, 3402 HZ IJsselstein
T: 030 26 58 236 | M: 06 106 222 08
E: info@fysiomotive.nl | W: www.fysiomotive.nl

Kopij voor De Groene Gids



**Nummer 4
december 2022**

Sluitingsdatum kopij
maandag 24 oktober 2022.
Bezorging vanaf
24 november 2022.

AxionContinu is gespecialiseerd in ondersteuning van mensen met een zorgvraag op het gebied van wonen, zorg en revalidatie in de regio Utrecht.

U kunt bij ons terecht voor:

- Wijkverpleging
- Dagopvang
- Hulp bij dementie
- Huishoudelijke hulp
- Personeelsbemiddeling
- Hospice

Onze woonzorgcentra in IJsselstein en Lopik:

- Marienstein
- IJsselwaard
- De Schutse



AxionContinu. Optimisten in de zorg.

Servicebureau AxionContinu
010 - 282 72 77
servicebureau@axioncontinuu.nl
www.axioncontinuu.nl

Axioncontinuu
aanpak zorg en revalidatie

Vrij Biljarten in De Oase op de Benschopperweg

Bent u 65+ en heeft u zin in een partijtje biljart, u bent altijd van harte welkom in de Oase.

Er staan twee biljarttafels waarop Libre en/of Driebanden kan worden gespeeld. Heeft u al een tijdje niet gespeeld, dat is helemaal niet erg. Er is altijd iemand aanwezig die u hierbij kan helpen.

Wanneer u een gezellige sport zoekt waarmee u uw vrije tijd invulling wilt geven. Denk eens aan biljart en kom gerust eens kennismaken.

Er is een keu aanwezig mocht u er zelf nog niet een in uw bezit hebben.

Bij interesse, neem dan gerust contact op met Dhr. Henk van der Vlist via De Oase: tel. 030 - 686 80 30.



Klaverjassen bij Excelsior

Van september t/m juni kunt u iedere woensdagmiddag klaverjassen bij muziekvereniging Excelsior op het Paardenlaantje.

Aanvang 14.00 uur. Zaal open 13.30 uur. Kosten € 5,00 per maand.

Wij spelen het Utrechtse systeem. Nieuwe leden zijn van harte welkom.

Inlichtingen bij Peter van Veenendaal, telefoon: 06 - 185 19 396.



De Cirkel Uitvaartverzorging

Marte Brouwer
06-29 58 33 06
info@decirkel-uitvaartverzorging.nl



Vrijwilliger bij het Meldpunt Vrijwillige Thuishulp

Iets voor u?

Er is bij het Meldpunt behoefte aan nieuwe vrijwilligers voor alle onderdelen. Nieuwe vrijwilligers zijn van harte welkom, ook als u weinig tijd beschikbaar hebt. Heeft u algemene vragen over de dienstverlening van het Meldpunt of wilt u zich aanmelden als vrijwilliger?

U kunt contact opnemen met het Meldpunt. Tel. 030 - 68 68 030. E-mail: meldpunt@stichting-pulse.nl.

Altijd wat te doen!
25j1.com



Blij je te zien in IJsselstein! We verzamelen voor jou alle tips op het gebied van recreatie, kunst, cultuur, sporten, winkelen, eten, drinken en overnachten in een van de mooiste vestingsteden van Nederland: ons IJsselstein. Kijk voor actuele informatie en meer tips op www.inijsselstein.nl.

Samen erop uit

Top 5 Fietstips

Stap eens op de fiets en verken de mooie omgeving van IJsselstein. Op onze website vind je routes voor de recreatieve of sportieve fietser, maar ook meerdaagse tochten. Wij geven je onze top 5 fietstips voor deze zomer:

1. Rondje Lekpontje Vianen, Ameide, IJsselstein (42 km)

Deze fietstocht brengt je via 2 fietstochten van de ene kant van de Lek naar de andere kant van de rivier.

2. Rondje Waterrijk Leidsche Rijn - IJsselstein (50 km)

Waterrijk Leidsche Rijn - IJsselstein zit vol leuke waterweertjes, oude én nieuwe verhalen over water.

3. Kastelenfietsroute Groene Hart (53 km)

De route voert langs (verdwenen) kastelen, cupidostadje Montfoort en het mysterieuze landgoed Linschoten.

4. Oude ambachten fietsroute (53 km)

Tijdens deze fietsroute ontdek je de oudhollandse ambachten van dichtbij! Ontdek hoe ambachten van generatie op generatie worden doorgegeven.

5. Vestingstedenroute IJsselstein - Oudewater (49 km)

Bekijk de geschiedenis van de Oude Hollandse Waterlinie door de ogen van de Franse vijand en ontdek plaatsen als IJsselstein, Montfoort en Nieuwersluis.

Top 5 Wandeltips

IJsselstein ligt in een prachtig gebied voor het maken van de mooiste wandeltochten. Groen landschap of water zover je kunt kijken. Wij geven je onze top 5 wandeltips van deze zomer:

1. Rondje Top 10 must sees (2,5 km)

Tijdens het Rondje Must Sees zie je alle historische plekken die onze stad rijk is en je hoort meteen een aantal belangrijke verhalen uit onze 700 jaar geschiedenis.

2. De 8 van Marnemoende (8 km)

Namen zoals Knollemanshoek, Achthoven en Marnemoende verklappen al dat dit een levendige en afwisselende route is door boerenland en langs de rivier de Hollandse IJssel.

3. Tussen Kromme IJssel en Lek (11 km)

Vanuit IJsselstein, het bedevaartsoord voor verering van het Mariabeeldje O.L.V. van Eiteren, wandel je via het prachtige landelijke gebied, naar het Klaphek en de Lek en weer terug naar IJsselstein.

4. Torenroute (16 km)

Een pittige maar zeer afwisselende wandeling die start bij Marnemoende. Onderweg kom je door het Kasteelkwartier van IJsselstein, 't Blokland met haar eendenkooien en Knollemanshoek met haar rivierenlandschap.

5. Hollandse IJsselpad (37 km)

Het Hollandse IJsselpad is een meerdaagse wandeltocht dwars door het Groene Hart. De route loopt van Het Klaphek in IJsselstein, daar waar de Hollandse IJssel begint, tot aan Gouda. Ook te wandelen in etappes.

Rondvaarten IJsselstein

Do 8 september, 6 oktober	Lustrumlunchvaart naar Lopikerkapel
Di 20 september, 18 oktober	Lustrumlunchvaart Montfoort
Vr 30 september en 14 oktober	Lunchvaart Marnemoende
Do 20 oktober	Lunchvaart naar Lopikerkapel

Tips voor de kids

Wil je er even tussenuit met de (klein)kids? Dan kun je naar Speeltuyn Kloosterplantsoen of ga een Rondje Speuren door de binnenstad. Is het geen weer voor buitenspeel? Ga dan eens naar Monkey Town of naar zwembad De Hooghe Waerd, naar de bioscoop in het Fulcotheater of naar een voorstelling bij Theater Pantalone.

Cultureel proeven van IJsselstein

Bezoek Museum IJsselstein

'Mens maakt landschap maakt mens' is een crossmediaal kunstproject over het Groene Hart. Het omvat naast de tentoonstelling een serie essays, omlijst door een randprogramma bestaande uit lezingen, discussieavonden en wandelroutes. De tentoonstelling is tussen 16 juli en 25 september 2022 te zien bij Museum IJsselstein. Vanaf 8 oktober vind je bij MIJ weer een nieuwe tentoonstelling 'Double Act'.

Open Monumentendag

Tijdens Open Monumentendag op zaterdag 10 september kun je in IJsselstein binnenkijken bij de historische monumenten, zoals het historisch stadshuis, de Oude Nicolaaskerk, de Nicolaasbasiliek en De Waag. Tot en met 25 september is de Oude Nicolaaskerk elke zaterdag geopend van 14.00-16.30 uur. Ook kun je er regelmatig genieten van een half uurtje Bach of een zomerorgelconcert. Breng ook eens een bezoek aan de Nicolaasbasiliek en De Waag in het historische centrum van IJsselstein.

Stadswandelingen met gids of 'op eigen houtje'

In de binnenstad van IJsselstein ontdek je al wandelend de historie, de beeldende kunst, de fotogenieke plekken en de must sees met de zogenaamde Rondjes IJsselstein, maar er zijn ook talloze wandelroutes door de omgeving. Zodra het 's avonds weer donkerder wordt, maken we ook ons bekende 'Rondje Verlicht IJsselstein' weer langs de verlichte monumenten. Wil je meer weten over IJsselstein en haar monumenten? Ga dan mee met een rondleiding met gids.

Even de stad in

Culinair genieten

De gezellige binnenstad huisvest volop leuke restaurants waar je je bourgondische hart kunt ophalen. In de nazomer geniet je nog even van een warm zonnetje en iets lekkers op een van de terrassen. En als het tijd is om naar binnen te gaan, ontdek je ook daar de heerlijke 'keuken van IJsselstein'. Kom proeven en praten bij de leukste horeca-adresjes in IJsselstein.

Winkelen en naar de markt

Elke vrijdag is er in de binnenstad koopavond en weekmarkt. De laatste zondag van de maand is er koopzondag van 12.00 tot 17.00 uur. Op zaterdag 24 september kun je extra feestelijk en bijzonder winkelen tijdens het Fashion & Lifestyle Event.

Voor in de agenda

Er staan weer wat leuke evenementen in IJsselstein op de planning. Ontmoet elkaar in IJsselstein op een van onderstaande data:

Za 27, zo 28 augustus	IJsselstein Outlet in de binnenstad
Za 10 september	Open Monumentendag
Za 10 september	IJsselFest
Za 24 september	Fashion Event
Za 8, zo 9 oktober	Oktoberfest in het Kasteelpark

In de regio

Culturele Citytrips in de regio

Op de website van Visit Utrecht Region vind je de leukste tips voor een cultureel bezoek aan een van de steden in de regio. Ga eropuit en ontdek onze prachtige regio!

Bezoek de streekmusea

Beleef de verhalen van de regio. Breng een bezoek aan een van de streekmusea in de provincie Utrecht: www.visitutrechtregion.com/streekmusea.

Wijzigingen voorbehouden.



Zomertoernooi in Benschop



Wat hebben we weer genoten van ons jaarlijkse toernooi met BBQ. Het weer werkte mee. We hebben deze dag lekker gegeten en gedronken. Antoinette, onze gastvrouw, heeft weer de lekkerste dingen op onze borden getoverd. We hebben 3 rondes gespeeld met kleine pauzes om de keel te smeren. De prijswinnaars van deze dag waren Wim, Rieta en Jules. **Nogmaals gefeliciteerd!**

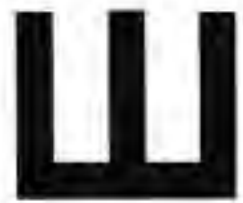
Roskam Royal:
restauratie - renovatie - herstoffering

Een nieuw leven voor uw favoriete meubelstuk met behoud van karakter en sfeer. Van kleine reparaties tot een volledige herstoffering. In onze eigen meubelmakerij is alles naar uw wens te realiseren. Welkom bij Roskam Royal!

ROSKAM Royal

ambachtelijke kwaliteit voor uw interieur

Noord IJsseldijk 53 - 3402 PG IJsselstein (Utr.)
06 512 595 32 - info@roskamroyal.nl
www.roskammeubelen.nl



WIEGAND
BRUSS
OPTIEK

Wanneer zijn uw ogen
voor het laatst gecontroleerd?

Bel voor een afspraak 030 - 688 19 16

Utrechtsestraat 64 IJsselstein
www.wiegandbruss.nl

**Uw Medisch Pedicure
aan huis**



Mariska van Schaik
06-25251104
www.facefoot.nl

**Fruitteeltbedrijf
Nieuwhoff**

*Fruit uit
eigen boomgaard*



Hoogland 19, IJsselstein
Openingstijden:
ma., wo., do. en vrij. van 13.00-17.00 uur
Zaterdag van 09.00-16.00 uur

U kunt altijd
even bij ons
binnenlopen

..... voor kleine en grote
vragen over medicatie,
of voor een zelfzorgadvies.

Wij helpen u graag!

Apotheek Zenderpark
Persoonlijk, Deskundig en Vertrouwd



Tiranastraat 1, 3401 CJ IJsselstein
030-6868666
info@apotheekezenderpark.nl
www.apotheekezenderpark.nl

Tips voor uw gezondheid



Gezonde voeding en voedingssupplementen

Door: Kim van den Berge, apotheker bij Service Apotheek Zenderpark in IJsselstein

Het gebruik van natuurlijke voedingssupplementen stijgt in Nederland. Voedingssupplementen kunnen bijvoorbeeld dienen als aanvulling op een tekort in het lichaam. Met de juiste informatie en begeleiding kan een voedingssupplement u helpen.

Voeding

Een goed voedingspatroon met de juiste variatie aan verse groente en fruit is de basis. Maar helaas is onze voeding niet altijd gezond genoeg en bevat hij minder voedingsstoffen als vroeger. Daarom kan het verstandig zijn om ook hier advies over te krijgen of de voedingsstoffen aan te vullen met supplementen.

Voedingssupplementen

Supplementen bestaan uit kruiden, planten of vitamines en mineralen. Allemaal kunnen ze voor specifieke doeleinden worden ingezet, passend bij u en uw situatie.

Heeft u interesse in een advies als u voedingssupplementen wil gebruiken?

In de apotheek kunnen wij u advies geven welke supplementen u het beste kunt gebruiken bij uw situatie, uw klacht en uw medicatie. U kunt daarvoor een afspraak maken in de apotheek.

Voedingssupplementen combineren met mijn medicijnen?

Voedingssupplementen kunnen een wisselwerking hebben met uw medicijnen. Zo kunnen sommige voedingssupplementen ervoor zorgen dat uw medicatie bijwerkingen zal geven of dat uw medicatie niet meer voldoende zal werken.

Om de nadelige effecten van voedingssupplementen te voorkomen is het belangrijk dat u uw apotheek op de hoogte stelt van dit gebruik naast uw normale medicijnen. Vooral als u de voedingssupplementen bij een drogist koopt. Wij kunnen in de apotheek controleren of het gebruik geen problemen geeft met de huidige medicatie die u gebruikt.

Indien u vragen heeft of interesse in een adviesgesprek: u kunt bij mij een afspraak inplannen via telefoon 030 - 686 86 66 of per e-mail: info@apotheekezenderpark.nl.

De Groene Gids is ook te lezen op internet

Wist u dat u De Groene Gids ook kunt lezen op internet?
Dat kan door het volgende traject te volgen:

Ga naar:
<http://www.stichting-pulse.nl>



INLEVEREN KOPIJ VOOR DE GROENE GIDS DECEMBER 2022
Tot uiterlijk **MAANDAG 24 OKTOBER 2022** kunt u kopij zenden naar de redactie.

E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl

Pulse Activiteiten IJsselstein 2022 (onder voorbehoud)

Dag	Tijd	Locatie	Activiteit	
Maandag	09.00 - 10.00 uur	Oase	Yoga	
	09.00 - 12.00 uur	Xperience	Groen Trefpunt	
	09.30 - 12.00 uur	Zenderstein	Breiclub 'Een steekje los'	
	10.00 - 12.00 uur	Studio 10	Wandelen voor vrouwen	
	10.30 - 13.30 uur	Oase	Caleidoscoop: Inloop voor 65+ en mantelzorgers	
	10.30 - 11.30 uur	Oase	Koersbal	
	12.30 - 15.00 uur	Studio 10	Buurtkamer migrantenvrouwen (ontmoetingsmiddag)	
	13.30 - 15.30 uur	Oase	Jeu de Boules	
	13.30 - 15.30 uur	Oase	Ouderensoos	
	13.30 - 15.30 uur	Zenderstein	Biljarten	
	13.30 - 16.30 uur	Oase	Senioren Amusementsgroep	
	18.00 - 21.30 uur	Studio 10	Kookclub (1e maandag v/d maand)	
	18.00 - 19.30 uur	Zenderstein	Aanschuif tafel (1e en 2e maandag v/d maand)	
	19.30 - 22.30 uur	Sterrenwacht	Meezingkoor	
	Dinsdag	09.30 - 10.30 uur	Oase	Pilates
10.00 - 12.00 uur		Studio 10	Handwerkclub 1x per 2 weken	
10.00 - 12.00 uur		Bibliotheek	Lees & Ontmoet (elke 3e dinsdag v/d maand)	
10.30 - 11.30 uur		Oase	Bodymix	
10.30 - 13.30 uur		Oase	Caleidoscoop: Inloop voor 65+ en mantelzorgers	
12.00 - 16.00 uur		Studio 10	Culturele ontmoeting vrouwen (2e dinsdag v/d maand)	
13.00 - 14.00 uur		Kamerplein	Inloopspreekuur Buurtbemiddeling	
13.00 - 16.00 uur		Het Heem	Repair Café (Heemradenlaan 34a)	
13.00 - 16.00 uur		Sterrenwacht	Sociaal Juridisch Spreekuur	
13.30 - 16.00 uur		Oase	KBO spellenmiddag (1e dinsdag v/d maand)	
13.30 - 17.00 uur		Oase	Mahjong	
18.00 - 19.00 uur		Oase	Pilates	
18.00 - 19.30 uur		Oase	Aanschuif tafel (3e dinsdag van de maand)	
19.30 - 21.30 uur		Zenderstein	Zingen (2e dinsdag van de maand)	
Woensdag		09.00 - 12.00 uur	Studio 10	Inloop voor een praatje, wat knutselen en een kopje koffie of thee
	09.00 - 12.00 uur	Xperience	Groen Trefpunt	
	09.30 - 10.30 uur	Oase	Bodymix	
	10.00 - 12.00 uur	Zenderstein	Koffie drinken Zenderstein	
	10.00 - 14.00 uur	Oase	Inloop voor 65+ en mantelzorgers	
	11.15 - 12.15 uur	Sterrenwacht	Bewegen 60+	
	13.30 - 15.30 uur	Oase	Seniorenkoor	
	13.30 - 15.30 uur	Oase	Creatieve club	
	13.30 - 16.00 uur	Zenderstein	Quilten (1e en 3e woensdag v/d maand)	
	13.30 - 16.30 uur	Oase	Jeu de Boules	
	13.30 - 17.00 uur	Oase	Mahjong	
	18.00 - 19.30 uur	Zenderstein	Aanschuif tafel (1e en 3e woensdag van de maand)	
	19.00 - 21.30 uur	Oase	Alzheimercafé (1e woensdag v/d maand - niet in juli en aug.)	
	Donderdag	09.00 - 12.00 uur	Studio 10	Buurtkamer migrantenvrouwen (ontmoetingsmiddag)
		10.00 - 12.00 uur	Zenderstein	Hobbykwartier
10.30 - 11.30 uur		Oase	Stoelgym	
11.00 - 12.30 uur		Oase	Leeskring (1 x 6 weken)	
11.30 - 12.30 uur		Oase	Bodymix	
12.00 - 16.00 uur		Xperience	Wijktuinatelier	
13.30 - 16.30 uur		Oase	Seniorenbridge	
19.30 - 21.30 uur		Oase	Donderdagavondsos (voor mensen met een verstandelijke beperking)	
19.30 - 21.30 uur		Sterrenwacht	Naailes	

Dag	Tijd	Locatie	Activiteit
Vrijdag	09.00 - 12.00 uur	Sterrenwacht	Sociaal Juridisch spreekuur
	10.00 - 12.00 uur	Bibliotheek	Digi-inloop (1 x per 2 weken - op de even weken)
	11.00 - 12.00 uur	Oase	Fit & Klets
	13.30 - 15.30 uur	Oase	Schilderen
	19.00 - 22.00 uur	Oase	Bingo (1 x per maand)
Zondag	13.00 - 16.00 uur	Oase	Spellenmiddag 1 x per maand (3e zondag van de maand)

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:

Stichting Pulse

Benschopperweg 342, 3401 BZ IJsselstein

Tel. 030 - 68 68 030 • e-mail info@stichting-pulse.nl • www.stichting-pulse.nl

Pulse-locaties IJsselstein

Wijkservicecentrum De Oase	Benschopperweg 342	Tel. 030 - 686 80 30
Multi Functioneel Centrum Sterrenwacht	Marinus Vermeerplein 1	Tel. 030 - 687 74 36
Pulse	Overtoom 1	
Studio 10	Televisiebaan 143	Tel. 030 - 686 80 30
Xperience	Teenschillerspad 2	Tel. 030 - 261 25 75
Xpress	Merckelbachlaan 2	Tel. 030 - 686 99 03
Zenderstein	Waalsingel 13-15	Tel. 030 - 686 80 30

- **Aanschuif tafel**
Greet Gijsen, tel. 06 - 580 70 993
- **Activiteiten Oase en Zenderstein**
Greet Gijsen, tel. 06 - 580 70 993
- **Activiteiten Zenderstein**
Anouk Robben, tel. 06 - 458 73 488
Greet Gijsen, tel. 06 - 580 70 993
- **Buurtbemiddeling**
Jette Bertels, tel. 06 - 479 20 229
- **Buurtkamer allochtone vrouwen**
Touria El Makhoukhi, tel. 265 43 087
- **Caleidoscoop**
Anouk Robben, tel. 06 - 458 73 488
Greet Gijsen, tel. 06 - 580 70 993
- **Financiën op Orde**
Anisha Ramjiawan, tel. 06 - 177 52 466
Betül Senlikoglu, tel. 06 - 332 28 725
- **75+ Huisbezoek**
Brigit den Hartog, tel. 473 72 561
- **Levensboeken**
Hester van Oirschot, tel. 06 - 458 65 404
- **Manager**
Jacqueline Camara, tel. 06 - 313 75 996
- **Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg**
Mirjam Pauptit, tel. 06 - 498 24 270
Annelies Schutte, tel. 06 - 330 19 058
- **Sociale activering**
Anouk Robben, tel. 06 - 458 73 488
Giselle Alders, tel. 06 - 336 77 185
Brigit den Hartog, tel. 06 - 473 72 561
Babette Romijn, tel. 06 - 163 91 806
- **Steunpunt Mantelzorg**
Dafne Maaswinkel, tel. 06 - 163 22 748
- **Taal**
Tielke Pollux, tel. 06 - 339 78 660
Diana van Kruistum, tel. 06 - 191 37 630
- **Vervoer van deur tot deur**
Greet Gijsen, tel. 06 - 580 70 993
- **Vrijwilligerscentrale**
Annelies Schutte, tel. 06 - 330 19 058
Giselle Alders, tel. 06 - 336 77 185

Voor meer informatie over alle activiteiten in De Oase:
Pulse, tel. 030 - 68 68 030
E-mail info@stichting-pulse.nl

Belangrijke telefoonnummers IJsselstein

Algemeen alarmnummer (ambulance, brandweer, politie)	Tel. 112
Voor spoedgevallen: alle artsen bereikbaar onder nummer	Tel. 030 - 688 42 42
Voor dringende huisartsenhulp buiten praktijkuren	Tel. 088 - 130 96 60
Brandweerkazerne	J. van der Heijdenweg 244 3401 RJ Tel. 030 - 688 11 44
Politiebureau IJsselstein	Overtoom 1 3401 BK Tel. 0900 - 88 44

Gemeente IJsselstein

Calamiteiten/storingen, als direct ingrijpen noodzakelijk is, buiten kantooruren **Tel. 06 - 212 15 202**
Telefonisch contact (van maandag t/m vrijdag 08.30 - 17.00 uur) **Tel. 14 030**

Openingstijden
Maandag t/m vrijdag: 08.30 - 12.30 uur
Woensdag en vrijdag: 13.30 - 17.00 uur
Alleen op afspraak
Woensdag en vrijdag: 18.00 - 20.00 uur

E-mail
U kunt uw vraag ook per e-mail sturen naar info@ijsselstein.nl. Soms is bellen sneller. Wilt u telefonisch benaderd worden naar aanleiding van uw vraag? Geef dan uw telefoonnummer op in het e-mailbericht.

Werken op afspraak
Om u zo goed mogelijk van dienst te zijn, werken wij op afspraak. Door het maken van een afspraak weten onze medewerkers waarvoor u komt en zijn wij voorbereid. U wordt geholpen op het afgesproken tijdstip. Wachtrijen bij de balie behoren hiermee tot het verleden. U kunt de afspraak zelf inplannen via het afsprakenformulier – www.ijsselstein.nl – of telefonisch via tel. 14 030.

Ouderenorganisaties

KBO	Vz.: Kees Duijvelaar - E-mail: kees.duijvelaar@gmail.com	Tel. 06 - 547 66 745
	Secr.: Marie Schras-van Polen - E-mail: secretariskboijs@kpnmail.nl	Tel. 06 - 228 13 702
PCOB	Vz.: dhr. H. van Stempvoort	
	Secr.: dhr. G.A. Rijdes - Elandweide 8, 3437 CR Nieuwegein	Tel. 030 - 603 39 34

Nuttige adressen

GEZONDHEIDSZORG

ST ANTONIUS ZIEKENHUIS	Koekoekslaan 1, 3435 CM Nieuwegein	Tel. 088 - 320 30 00
	Soestwetering 1, 3543 AZ Utrecht	Tel. 088 - 320 30 00
HUISARTSEN(POST)	Koekoekslaan 1, 3435 CM Nieuwegein	Tel. 088 - 130 96 60

Huisartsenzorg Locatie IJsselveld	Marinus Vermeerplein 2, 3402 HZ IJsselstein	
Dhr. Neeskens, mw. A.G. van Zijl		Tel. 030 - 688 24 00
mw. R.K. Petrov, mw. C.J.M. Bomers:		Tel. 030 - 688 39 39
Spoednummer overdag: telefoonnummer, optie 1 - Spoednummer buiten kantooruren:		Tel. 088 - 130 96 60

Huisartsenpraktijk Locatie 't Steyn	Eiteren 15, 3401 PS IJsselstein	
dhr. H.A. Lammers, mw. M.C. Tijssen,		Tel. 030 - 688 82 20
mw. H.G.M. Schlaman		Tel. 088 - 130 96 60
Spoednummer overdag: telefoonnummer, optie 1 - Spoednummer buiten kantooruren:		Tel. 088 - 130 96 60

Huisartsenzorg Locatie Nieuwpoort	Jan van der Heydenweg 350, 3401 RJ IJsselstein	
mw. F.J. Verhagen, mw. M.Y. Beukers		Tel. 030 - 687 43 00
dhr. F.A.W. van Hoogstraten, dhr. R.H.M. Roelofs		Tel. 030 - 688 12 06
Spoednummer overdag: telefoonnummer, optie 1 - Spoednummer buiten kantooruren:		Tel. 088 - 130 96 60

Huisartspraktijk Dr. L. Meijer	Goudplevier 14, 3403 AT IJsselstein	Tel. 030 - 688 33 11
---------------------------------------	-------------------------------------	----------------------

Gezondheidscentrum De Meridiaan	Tiranastraat 7, 3404 CJ IJsselstein	
Dhr. M. Nasser		Tel. 030 - 687 82 73
Mevr. C.M.M. Stigter		Tel. 030 - 687 51 26
Mevr. F.J.E. Hardam		Tel. 030 - 687 62 54
Mevr. P.J.A. Bruens		Tel. 030 - 688 12 18
Spoednummer buiten kantooruren:		Tel. 088 - 130 96 60

HOSPICE IJSSELSTEIN	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	Tel. 030 - 688 17 14
----------------------------	--	----------------------

WONEN

Woonzorgcentrum Ewoud	J. van der Heydenweg 2, 3401 RH IJsselstein	Tel. 030 - 686 94 88
HVV Huurders Vereniging Weidelanden	Gouwenstraat 6, 3641 JM Mijdrecht	Tel. 0297 - 28 26 70
Woonzorgcentrum Isselwaerde	Kronenburgerplantsoen 3, 3401 BN IJsselstein	Tel. 030 - 688 19 14
Woonzorgcentrum Mariënstein	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	Tel. 030 - 688 17 14
Serviceappartementen De Hooghe Camp Provides (IJss. Woningbouwvereniging)	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	Tel. 030 - 282 22 51
	Overtoom 1, 3401 BK IJsselstein	Tel. 030 - 686 05 00
	Alleen bezoek na telefonische afspraak (ma. t/m do. 08.30-16.45 / vr. 08.30-12.15 uur)	
	Melden spoedeisende klachten na sluitingstijd:	Tel. 030 - 686 05 99

DIVERS

AxionContinu

Carolien de Voogt	(afd. Ergotherapie) Beneluxlaan 924, 3526 KJ Utrecht - www.axioncontinuu.nl	
Betty Roodenburg-Ende	E-mail: cdevoogt@axioncontinuu.nl M 06-203 02 950	Tel. 030 - 282 24 13
Thuiszorg/wijkverpleging AxionContinu	E-mail: broodenburg@axioncontinuu.nl M 06-106 27 642	Tel. 030 - 686 78 23
Huishoudelijke Zorg AxionContinu	E: servicebureau@axioncontinuu.nl M 06-129 86 134	Tel. 030 - 282 22 77
	E: servicebureau@axioncontinuu.nl	Tel. 030 - 688 17 14

Zorgplatform Geranós

Boerhaaveweg 23, 3401 MN IJsselstein
E-mail: info@geranos.nl
Tel. 030 - 687 70 55

POG

(Plaatselijk Overleg Gehandicapten)
Secr.: Anton Besten, Diamanthof 5, 3402 GN IJsselstein
E-mail: abe@kabelfoon.nl - www.pog-ijsselstein.nl
Tel.: 06 - 139 58 504

Scootmobielclub Ank Last

Coördinator/planner H. v.d. Hoven, Eiteren 96, 3401 PV
Tel. 06 - 122 13 899

PSIJ

(Platform Samenleving IJsselstein Wmo-raad)
Secretariaat: Libra 9, 3402 HA IJsselstein
E-mail: secretariaat@psij-ijsselstein.nl - www.psi-ijsselstein.nl
Tel. 06 - 224 95 839

Rivas Zorggroep

www.rivas.nl - Rivas Zorglijn:
Dorpsstraat 29, 3433 CJ Nieuwegein
Tel. 0900 - 8440

Rode Kruis

Secr. P. Koning, Kasteellaan 91, 3401 AH IJsselstein
Tel. 06 - 819 39 525

Sociaal Team IJsselstein

Overtoom 1, 3401 BK IJsselstein
Tel. maandag t/m donderdag van 09.00-17.00 uur
vrijdag van 09.00-13.00 uur
Tel. 030 - 765 00 26
Inlooppreekuur: ma t/m do 09.00-10.00 uur
woensdag 13.00-14.00 uur
E: info@sociaalteam.nu - www.sociaalteam.nu

Vecht en IJssel, locatie Ewoud

Jan v.d. Heydenweg 2, IJsselstein
Zorg Thuis/wijkverpleging, Dagbesteding De Meikers,
Servicewoningen, Wijkverpleegkundigen en klantadviseurs
E-mail: klantadviseurs@vechtenijssel.nl - www.vechtenijssel.nl
Tel. 030 - 686 94 88

Vitras

Poortdijk 34F, IJsselstein
Tel. 0900 - 82 123 82

Zonnebloem

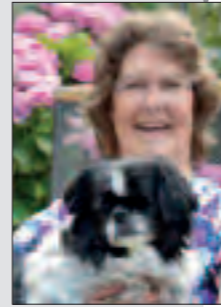
Secretariaat: Clarie van de Langenberg
E-mail: c.vandelangenberg@xs4all.nl
Tel: 06 - 219 76 882

Pulse Diensten en activiteiten Lopik



Steunpunt Mantelzorg

Bij het Steunpunt Mantelzorg zijn 400 mantelzorgers bekend. Zij staan ingeschreven en ontvangen in oktober/november een mantelzorgwaardering. Met veel mantelzorgers is regelmatig contact. Bijv. omdat zij op de ontmoetingsbijeenkomsten komen, in het Alzheimercafé of bij de mantelzorgmaaltijden. Met sommige mantelzorgers is een paar keer per jaar een individueel gesprek. De Dag van de Mantelzorger 'vieren' wij altijd in onze gemeente. Er is iedere keer wel een ander programma om zoveel mogelijk mantelzorgers van dienst te zijn. Vorig jaar konden wij helaas niet fysiek bij elkaar komen en heeft u vast de borden gezien waar mantelzorgers uit onze gemeente op stonden. Een paar keer per jaar brengen wij een Nieuwsbrief uit. Themabijeenkomsten organiseren wij meestal samen met het Steunpunt van IJsselstein. Als u vragen heeft of ergens informatie over wilt, kunt u altijd contact opnemen met Ilse Nederend, tel. 06 - 174 41 854 of e-mail i.nederend@stichting-pulse.nl.



Sociale Activering

Zoekt u ook een nuttige besteding van uw vrije tijd? Of wilt u graag iets doen voor uzelf en/of een ander?

We kunnen ons voorstellen dat het lastig is om iets leuks te verzinnen om te doen. Bijvoorbeeld omdat u weinig sociale contacten heeft of de taal niet (goed) spreekt. Of omdat u niet goed weet wat er te doen is en wat bij u zou passen. Vervelend, zeker als u zich hierdoor eenzaam voelt.

Pulse kan helpen! Tijdens een kennismakingsgesprek vragen we wat u leuk vindt, wat u kunt en waar u energie van krijgt. Vervolgens zoeken we samen met u een nuttige en prettige vrijetijdsbesteding voor u. U kunt denken aan meedoen aan activiteiten buitenshuis, vrijwilligerswerk vinden van een maatje of het opdoen van sociale contacten/uitbreiding van uw netwerk. Een vrijwillige netwerkcoach van Pulse helpt u hierbij. U kunt contact opnemen met Babette Romijn.

Buurtkamer

De Buurtkamer is speciaal bedoeld voor zelfstandig wonende ouderen die niet meer zo makkelijk deel kunnen nemen aan allerlei activiteiten en het prettig vinden om in een rustige omgeving een kleine groep mensen te ontmoeten. Vast onderdeel van De Buurtkamer is het samen koffie/thee drinken en er is de mogelijkheid om gezamenlijk de lunch te gebruiken. Elke dinsdag van 10.15-15.30 uur in Dorpshuis De Schouw, M.A.A.Schakelplein 6, Lopik.

Activiteiten

Activiteiten die aangeboden worden bij De Buurtkamer, sluiten aan bij de wensen van de deelnemers. U kunt daarbij denken aan: gesprek rond thema's die u aanspreken en bezighouden, herinneringen ophalen en aan elkaar vertellen, knutselen, (geheugen)spelletjes doen, kaarten maken, wandelen/bewegen. Aanmelden: Pulse, tel. 030 - 68 68 030.

De Blikvanger

De Blikvanger is een ontmoetingsplek voor mensen met een oogaandoening in de gemeente Lopik. U kunt er ervaringen uitwisselen over het leven met een visuele beperking. Maar deze gezellige groep doet veel meer dan dat. Het is actief genieten met beperking! Sporten, quizen, aangepast bingo en kegelen, gastsprekers en excursies. En kennis opdoen over bijvoorbeeld het zelfstandig kunnen (blijven) functioneren, over het reizen met het openbaar vervoer, over de effecten van diverse soorten licht e.d. Wij komen elke donderdagmorgen bij elkaar in Dorpshuis De Schouw van 10.00-12.00 uur. Kosten € 3,00 p.p. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Mandy Cozijn, buurtsportcoach Stichting Pulse, tel. 030 - 68 68 030 / 06 - 580 71 169. E-mail: m.cozijn@stichting-pulse.nl.

Financiën op Orde

Hulp nodig bij uw administratie? Heeft u schulden of andere financiële problemen? Wilt u weten waar u recht op heeft of wat u moet regelen als uw inkomen of leefsituatie veranderen? Neem dan kosteloos en vrijblijvend contact op met Financiën op Orde van Pulse. Wij kunnen u helpen tijdens het spreekuur of een vrijwilliger komt bij u thuis om te helpen bij de administratie. U doet nog wel zoveel mogelijk zelf, de vrijwilliger adviseert en ondersteunt. Elke woensdagochtend van 10.30-12.30 uur is er een inloopspreekuur waar u zonder afspraak binnen kunt lopen. Neem voor meer informatie contact op met Fatima Bouzerrade, Financiën op Orde, via e-mail: financien-op-orde@stichting-pulse.nl.

Waarmee kan Financiën op Orde u helpen?

- Administratie ordenen en brieven lezen
- Schrijven van bezwaarschriften
- Treffen van betalingsregelingen
- Invullen van formulieren
- Aanvragen van toeslagen
- Informatie geven over praktische gevolgen van echtscheiding en baanverlies
- Overzicht krijgen over inkomsten en uitgaven (budgetteren).

Buurtbemiddeling

Burenoverlast? Trek op tijd aan de bel!

Goed contact met burenen is niet vanzelfsprekend. Zeker niet als er irritaties zijn. Met elkaar praten is dan vaak lastig. De spanning loopt op en een oplossing is niet in zicht.

Wat nu?

Blijf met een burenenconflict niet rondlopen, maar doe een beroep op ons. Wij kunnen u passende ondersteuning bieden. Dit kan informatie zijn, een advies of een bemiddeling. Bij een bemiddeling voeren twee ervaren buurtbemiddelaars een gesprek met u. Zij praten vervolgens ook met uw burenen. Als u beiden instemt, organiseren de bemiddelaars een gezamenlijk gesprek. Daarin bespreekt u de situatie en zoekt u samen naar oplossingen. Uit ervaring weten we dat die gesprekken vaak verrassend succesvol zijn. Wij gaan geheel vertrouwelijk met uw informatie om. Buurtbemiddeling is geheel gratis.

Bel of mail naar de coördinator Buurtbemiddeling: Jette Bertels, tel. 06 - 479 20 229, e-mail: j.bertels@stichting-pulse.nl.

Nederlandse taal

Kennis van de Nederlandse taal is belangrijk als je mee wilt doen in de maatschappij. Taal heb je bv. nodig bij de huisarts of wanneer je met een computer werkt. Daarom is Pulse er voor iedereen die (beter) Nederlands wil leren!

• Digi-inloop

De digi-inloop is voor iedereen die moeite heeft met het werken op een computer, tablet of smartphone. Onder deskundige begeleiding wordt er gewerkt aan betere digitale vaardigheden.

Wanneer: maandagmiddag 13.00-14.30 uur • Locatie: De Akker 41, Lopik.

• Taal voor vrouwen

Groepsles Nederlands voor vrouwen. Onder begeleiding van enthousiaste taalvrijwilligers wordt gewerkt aan een beter taalbegrip in een gezellige sfeer.

Wanneer: dinsdagochtend 09.30-11.30 uur • Locatie: De Schouw, M.A.A. Schakelplein 6, 3411 DJ Lopik.

Vragen?

Wil je meer weten over de mogelijkheden van taalondersteuning bij Pulse? Neem dan contact met ons op. Wij helpen je graag!

Wij zijn van maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 17.00 uur bereikbaar via telefoonnummer 0348 - 79 20 06. Mailen kan ook: taalhuis@stichting-pulse.nl.



Belang van inschrijving/hoe moet dat?

De Woningraat is een woningcorporatie in het groene hart met een kleine 2.000 woningen. De woningen zijn gelegen in de kernen Oudewater, Lopik en Benschop. Wij zijn werkzaam in de twee gemeenten, gemeente Lopik en gemeente Oudewater. Meer informatie kunt u vinden op: www.dewoningraat.nl. Om in aanmerking te komen voor een woning van De Woningraat heeft u een relatienummer van WoningNet regio Utrecht nodig.

Voordat u zich kan inschrijven, moet u aan de volgende voorwaarden doen:

- U moet minimaal 18 jaar zijn
- U heeft een Nederlands nationaliteit of beschikt over een geldige verblijfsstatus
- Als u een woning krijgt aangeboden, moet u voldoen aan de algemene voorwaarden. Ook geldt er een maximum inkomensgrens om in aanmerking te kunnen komen voor een sociale huurwoning. Op onze website en op de website van WoningNet staat meer informatie over de voorwaarden.

Inschrijven kan via: www.woningnetregioutrecht.nl.

Als u zich inschrijft vraagt Woningnet om uw emailadres. Uw emailadres wordt uw gebruikersnaam. De gebruikersnaam heeft u nodig voor het inloggen op de website en het reageren op het woningaanbod. Tijdens het inschrijven kunt u zelf een wachtwoord bedenken. U ontvangt na de inschrijving een bericht per email met daarin een activeringslink. Na het activeren van uw inschrijving kunt u de inschrijfkosten van € 20,00 betalen via IDEAL of doorlopende incassomachtiging. Als u ingeschreven bent, dan begint u met opbouwen van uw inschrijfduur. Het is belangrijk om ruim voordat u wilt gaan verhuizen alvast in te schrijven. De gemiddelde inschrijfduur voor een huurwoning in Lopik is ongeveer 10 jaar. Met een voorrangregeling is het soms wel mogelijk om eerder aan de beurt te komen. Daar vertellen we straks meer over.

De kosten voor het inschrijven:

Een inschrijving bij Woningnet regio Utrecht kost € 20,-. Als u ingeschreven wilt blijven staan, betaalt u jaarlijks € 7,00 verlengingskosten. Betaaldienst Buckaroo incasseert namens WoningNet regio Utrecht de inschrijfkosten binnen vijf werkdagen na de inschrijving.

Lukt het zelf niet om u in te schrijven via internet? Het Breed Sociaal loket van de gemeente Lopik kan ondersteunen als er hulp nodig is. Het Breed Sociaal Loket is bereikbaar op werkdagen tussen 09:00 en 12:30 uur op telefoonnummer: 0348 - 55 99 55. Heeft u vragen over inschrijven of het gaan huren van een woning van De Woningraat? Neem dan gerust contact met ons op via info@dewoningraat.nl of bel naar 085- 210 19 10. In de zomervakantieperiode zijn wij alleen in de ochtend geopend.

Zijn de huurprijzen inkomens-/vermogensafhankelijk?

Passend toewijzen Sinds 1 januari 2016 zijn wij wettelijk verplicht om woningen passend toe te wijzen. Dat betekent dat wij al onze sociale huurwoningen moeten verhuren aan woningzoekenden met een inkomen dat volgens de wet 'past' bij de huurprijs. Zo voorkomen we dat mensen met de laagste inkomens in te dure huurwoningen gaan wonen.

Wat betekent passend toewijzen voor mij? Dit betekent, dat als u op zoek bent naar een woning, u niet in aanmerking komt voor elke huurwoning. Bij het toewijzen van een woning kijken we naar het totale inkomen van alle meeverhuizende personen (kinderen niet meegerekend). Dit noemen wij het verzamelinkomen. Wij kijken ook naar de grootte van het huishouden. Dat zijn alle verhuizende personen, ook kinderen. Dit samen bepaalt op welke woningen u kunt reageren.

Wie bepaalt de regels voor passend toewijzen? De regels voor passend toewijzen worden bepaald door de overheid.

Zijn er voorrangregels bij lichamelijke beperkingen?

Voorrang voor fysieke beperking Gelijkvloerse, rollator- en rolstoelwoningen in de gemeente Utrecht kunnen met voorrang aangeboden worden aan woningzoekenden met een fysieke beperking. Om voorrang te krijgen is een passende indicatie nodig. In uitzonderlijke gevallen is het mogelijk om een urgentieverklaring te krijgen. Voor de Gemeente Oudewater, Lopik en IJsselstein verzorgt het Vierde Huis het verstrekken van urgenties. Meer informatie kunt u vinden op: www.hetvierdehuis.nl. Het aanvragen van urgentie kost € 150,00.

Zijn er voorrangregels voor eigen de gemeente?

Er bestaan naast de verschillende urgentiemogelijkheden en indicaties diverse gemeentelijke voorrangregels. Als er sprake is van een gemeentelijke voorrangregeling, dan wordt deze altijd in de woningadvertentie vermeld. Via het Vierde Huis kunt u urgenties, voorrang, vergunningen en toeslagen aanvragen. Per gemeente kan verschillen welke diensten het Vierde Huis verzorgt. Meer informatie is te vinden op: www.hetvierdehuis.nl.



Een overzicht van voorrangregelingen:

Passend toewijzen

Jaarlijks stelt de overheid de nieuwe grenzen vast die bepalend zijn voor het toewijzen van sociale huurwoningen voor woningcorporaties. Wetgeving die bepaalt dat woningcorporaties geen duurdere, sociale huurwoningen meer mogen aanbieden aan huishoudens met een lager inkomen.

Voorrang passende huishoudgrootte

Als het aantal personen in uw huishouden past bij de woning, dan krijgt u voorrang. Wat de gewenste huishoudgrootte is, staat vermeld in de woningadvertentie.

Voorrang Van Groot naar Beter

Wordt uw woning te groot en wilt u kleiner gaan wonen, dan krijgt u voorrang. Het aanvragen van voorrang kan via de website van De Woningraat. Als u aan de voorwaarden voldoet, zorgen wij dat dit vastgelegd wordt in het systeem van WoningNet. U ontvangt hiervan een bevestiging of een afwijzing als u niet aan de voorwaarden voldoet.

Wat zijn de voorwaarden van Groot naar Beter?

- U huurt een sociale huurwoning met minimaal vier kamers én
- U staat ingeschreven bij WoningNet regio Utrecht én
- U zoekt een woning met maximaal drie kamers via WoningNet regio Utrecht én
- De huidige sociale huurwoning komt na uw verhuizing vrij (er blijft dus niemand wonen).

Voor de aanvraag hebt u de volgende gegevens nodig;

- Naam
- Adres
- Telefoonnummer
- Inschrijfgegevens van WoningNet (bij voorkeur gebruikersnaam en e-mailadres).

Aantrekkelijke regeling

Als u verhuist via de Van Groot naar Beter-regeling komt u mogelijk in aanmerking voor een aantrekkelijke regeling. Huurt u nu een woning bij De Woningraat en is de nieuwe woning ook van de Woningraat? Dan gaat u niet meer dan € 50,00 per maand meer betalen dan u nu betaalt. Hiervoor komt u alleen in aanmerking als u minimaal een jaar gewoond hebt in de woning die u achterlaat. Bij nieuwbouwprojecten mag een corporatie kiezen of ze deze korting toepast. Wilt u in de toekomst gaan verhuizen naar een appartement of seniorenwoning in de gemeente Oudewater of Lopik? Schrijf u dan alvast in bij WoningNet regio Utrecht. Door nu alvast inschrijfduur op te bouwen, kunt u terecht als u toe bent aan een verhuizing!

Bel of mail gerust als u vragen hebt

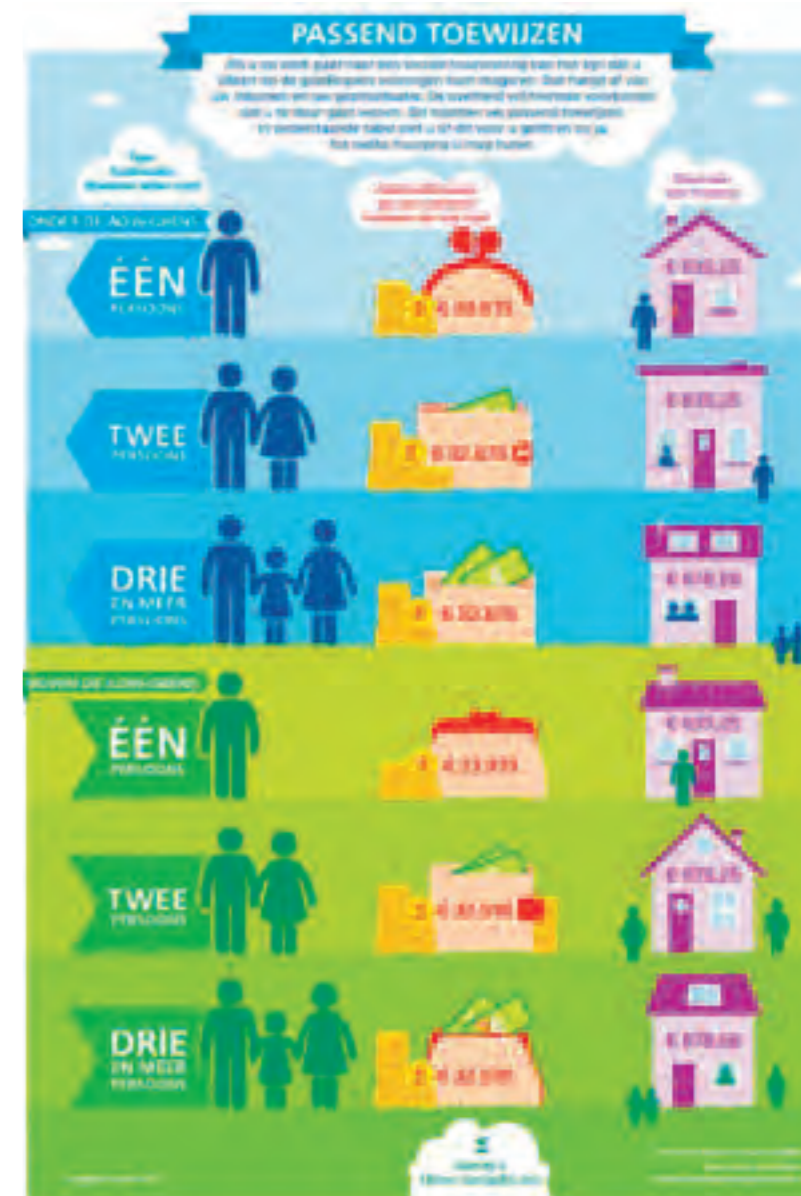
Ik hoop dat alles zo duidelijk voor u is. Heeft u nog vragen over dit bericht? Neem dan contact op met mij. U kunt mij bellen op het nummer 085 - 210 1910 of mail via info@dewoningraat.nl.

Met vriendelijke groet,

T. v.d. Horst, *verhuurmedewerker*

Kapellestraat 19, 3421 CT Oudewater - www.dewoningraat.nl
Telefoon: 085 - 210 19 10 - E-mail: verhuur@dewoningraat.nl

Werkdagen: maandag, dinsdag, woensdag-
ochtend en donderdag



Hoe blijf je zo lang mogelijk (gelukkig) thuis wonen?

Bijna 90% van de 55-plussers heeft wel eens nagedacht over de toekomstige woonsituatie. Van hen heeft 45% ook daadwerkelijk maatregelen genomen, 55% heeft (nog) niets gedaan. Tot welke categorie behoort u? Prettig wonen is één van de belangrijkste voorwaarden om goed en gelukkig oud(er) te worden. Met de juiste woningaanpassingen kunt u zo lang mogelijk zelfstandig wonen, ook als u ouder wordt. Alleen al een antislipmat, een toiletverhoging, een extra leuning of handgreep zorgen voor meer veiligheid in huis. Dit zijn eenvoudige middelen die u zelf kunt kopen, lenen of huren.

Neem deze maatregelen op tijd. Overleg ook met uw woningbouwvereniging of overweeg om gelijkvloers te gaan wonen. De gemeente denkt graag met u mee in oplossingen voor uw specifieke (woon)situatie.

Woonvormen

Nu steeds meer mensen zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen, neemt de vraag naar woonvormen voor ouderen toe. Alternatieve woonvormen zijn bijvoorbeeld initiatieven waarbij ouderen met elkaar gaan wonen en samen de zorg inkopen. Sommige woningbouwverenigingen willen hierover graag meedenken. Ook een kangeroewoning, een (Knarren)hofje, een mantelzorgwoning of een levensloopbestendige woning behoren tot de mogelijkheden.

Wonen met begeleiding in uw eigen woning kan soms een oplossing zijn. Samen met uw netwerk van mantelzorgers is begeleiding thuis soms aan de orde, maar dan in combinatie met wijkverpleging of thuisondersteuning vanuit de Zorgverzekeringswet of de WMO. Uw huisarts weet hierin ook de weg.

► *Nieuwe seniorenwoningen in Cabauw met een extra ruime huiskamer voor algemeen gebruik door de bewoners.*



Heeft u intensieve en langdurige zorg nodig door een beperking of door ouderdom? Wilt u thuis blijven wonen en daar zorg krijgen of naar een verpleeghuis verhuizen? Dan hebt u een indicatie voor zorg nodig vanuit de Wet langdurige zorg (Wlz-zorg).

U kunt bij de medewerkers van het Breed Sociaal Loket terecht voor advies over woningaanpassingen en toekomstbestendig wonen.

Heeft u of iemand uit uw omgeving hulp nodig?

Neem dan contact op met het Breed Sociaal Loket via tel. 0348 - 55 99 55 of mail naar bsl@lopik.nl.

Zorgwoningen bij familie thuis.



Seniorencomplex de Lentehof in Lopik

De Lentehof in Lopik draait op volle toeren. De bewoners zijn enorm blij met hun nieuwe appartementen. De binnentuin is een ontmoetingsruimte waar veel gebruik van gemaakt wordt. De tuin wordt bijgehouden door vrijwilligsters. De bewonersvereniging organiseert er allerlei activiteiten als muziekoptredens, gezamenlijke spelletjes en maaltijden o.l.v. Anneke en Peter van Schijndel.



Seniorenwoningen

Seniorenwoningen, wat zijn dat eigenlijk, waar moeten ze aan voldoen en wanneer ga je nadenken over hoe die er voor jou uit moet komen te zien ofwel welke eisen heb je? Ja, een onderwerp waar ik mij ook mee bezig zou moeten houden, maar daar nog voor mijn gevoel nog lang niet aan toe ben. Er blijkt een richtlijn te zijn over wanneer je erover moet gaan nadenken.

Uit onderstaand schema blijkt dat het goed is om vroeg na te denken over je toekomst. Vooral als je nu heel gelukkig bent met je woning en woonomgeving is het zeer lastig om op latere leeftijd het besluit te nemen om te verhuizen.

Verhuizen betekent veelal ook kleiner gaan wonen en wellicht ook niet in dezelfde buurt of stad. Waar moeten we met al onze spullen (op zolder etc.) naar toe? Ga maar vast beginnen om het een en ander op te ruimen.

1. Tussen 55-60 jaar nadenken over het wonen en leven voor later.
2. Rond 60-65e levensjaar een keuze maken
3. Verhuizen voor het 65-70e levensjaar. Daarna blijkt het moeilijker te zijn om die stap te zetten.

Kortom, ik ben er al veel te laat mee. Door de vraag om er iets over te schrijven en vanwege de gebeurtenissen rondom mij denk ik er nu wel over na.

Van de week kreeg ik toevallig een appje van een hele goede vriendin van mij. Haar broer heeft een lichte CVA gekregen, woont alleen op de derde etage in een appartement in Amsterdam zonder lift. Hij is 80 jaar, was super sportief en kan nu niet meer de trap af of op en loopt achter een rollator. Ze heeft hem in haar huis genomen met alle zorgen eromheen. Ze schrijft mij het volgende: Met mij is het natuurlijk wat minder. Met handen en voeten gebonden. En dan te bedenken dat ik dit zo vaak voor me heb gezien, een deel van deze ellende was vermijdbaar.

Bovendien lijkt het alsof de wereld om Hans draait.

Ik regel alles; afspraken, brengen en halen. De klinieken, huisarts, fysiotherapeut, apotheker, naar zijn huis, inloggen op WoningNet, de WMO, buurtteam.

Eten, de was, trap af en op begeleiden, dweilen omdat die rollator steeds door het huis stiert.

Ik heb er zowat een dagtaak aan.

De kleine appartementen van Amstelhuis wilde hij inderdaad niet, dus ik heb hem zelf de afspraak laten afzeggen. En nu maar verder zoeken, we gaan inmiddels week 8 in van de logeerpartij en daarvoor was ik ook steeds in touw. Daarnaast moet hij meer oefenen, dat zeg ik ook elke dag.

Geen vrolijk verhaal maar wel een realistisch verhaal. Als je het niet goed regelt, belast je anderen enorm met jouw problemen en een ander huis vinden is geen sinecure.

Maar wat zou je dan willen? Mijn moeder had het top geregeld. Toen mijn vader op 66-jarige leeftijd was overleden, is zij verhuisd naar een serviceflat midden in de stad Oosterhout. Het was een onderdeel van het Golden Tulip hotel en helemaal nieuw. Als ze op de begane grond was stond ze voor het theater, de bibliotheek en alle winkels. Ze kon elke dag eten bestellen bij het Golden Tulip. Er was een activiteitenruimte voor de bewoners waar een biljart stond en waar o.a. gymnastiekles werd gegeven. Er was een logeer(hotel)kamer zodat ik voor weinig geld kon blijven overnachten en mijn moeder bestelde gewoon een extra maaltijd. Ook had elke ruimte een alarmbel die met de receptie was verbonden. Ik heb er een keer per ongeluk op gedrukt en binnen 5 minuten stond er een personeelslid in de kamer. Dat werkte dus. Mijn moeder heeft er een aantal keer gebruik van moeten maken en telkens werd er adequaat gereageerd. Voor ons kinderen was dat ook een fijne gedachte.

Waar moet een seniorenhuis nu aan voldoen. Ik ben even te rade gegaan bij Henk die heel veel van deze materie weet, omdat hij jarenlang voor een woningbouwvereniging heeft gewerkt.

Woningbouwverenigingen bouwen in het algemeen woningen voor senioren die voldoen aan het woonkeur. Er zijn twee varianten hierin. Certificaat A is rolstoelgeschikt. Certificaat B is rolstoelgeschikt (levensloopbestendig).

In het algemeen zijn het de volgende aandachtspunten die van belang zijn:

- Geen drempels
- Bredere (binnen- en buiten-)deuren
- Toilet op hoogte
- Badkamer en slaapkamer op dezelfde etage
- Voldoende ruimte in badkamer en toilet om zorg mogelijk te maken
- Veiligheid van de woning en de woonomgeving.

Er zijn in de loop der jaren veel verschillende vormen van groepswonen en zorg aan huis ontwikkeld. Zowel via de woningbouwvereniging als door particuliere instanties.

Naast deze initiatieven organiseren mensen ook zelf een woonomgeving waar ze fijn kunnen wonen met of zonder hulp. Als je zelfstandig wil blijven wonen is het noodzakelijk om over een aantal zaken na te denken om dit te kunnen blijven doen. Wil je zelfstandig blijven wonen, ga u dan beraden op hun eigen woonsituatie. Ga na in hoeverre het mogelijk is om op latere leeftijd, wanneer er fysieke beperkingen komen, te blijven wonen in hetzelfde huis.

- Is er een mogelijkheid van een traplift? Of zijn er mogelijkheden om te slapen en te douchen op de woonetage? Bijv. een extra kamer op de begane grond.
- Als er een traplift mogelijk is, kan je dan zonder problemen de badkamer (met toilet) inkomen? Vaak is er sprake van een opstap naar de badkamer.
- Kan je met een rolstoel (of rollator) makkelijk de woning bereiken (geen trapjes of treden). Dit geldt ook voor de tuin (indien van toepassing).
- Kan je met rolstoel of rollator in de woning alles bereiken (drempels, breedte van de deuren).
- Is er openbaar vervoer in de buurt voor het geval zelf autorijden niet meer mogelijk is.
- Zijn de winkels in de buurt.

Het is ook mogelijk om een eigen woning te bouwen of een woning levensbestendig te verbouwen.

Vaak is de wens om een grote huiskamer te hebben met twee slaapkamers. Die woningen zijn schaars. Vandaar dat de doorstroming ook niet snel gaat.

In Benschop komt misschien een project (plan Zeldenrust) en er wordt gedacht aan het concept WonenMetMeer. WonenMetMeer ondersteunt bewoners en ontzorgt de mantelzorgers. Wonen en leven met een steuntje in de rug. Wonen met Meer, een zorg minder!

Zij verbinden levensloopgeschikt geclusterd wonen, veiligheid en ondersteuning op maat, met een inwonend of bij een herontwikkelingsproject wonend beheerderspaar.

Een levensloopgeschikte woning of ondersteuning kan nodig of wenselijk zijn in alle fases van het leven.

In het volgende nummer kan ik misschien wat meer informatie geven over het Wonen Met Meer concept.

Ik hoop dat dit overzicht toch aanzet geeft om wat breder te kijken naar de mogelijkheden van wonen in onze herfstjaren van het leven. Er zijn meerdere opties mogelijk mits op tijd duidelijk is wat de wensen en eisen zijn. In het stadium van zorgcategorie 5 valt er niets meer te kiezen en zijn we aangewezen op een zorginstelling/verpleeghuis die nog ruimte heeft.

Astrid Meijer-Haagen

Bezorging De Groene Gids in de gemeente Lopik

Lezers van De Groene Gids uit de gemeente Lopik die toestemming hebben gegeven aan Stichting Pulse om deze thuisbezorgd te krijgen, blijven De Groene Gids tot wederopzegging ontvangen.

De Groene Gids is tevens te verkrijgen bij de volgende adressen:

- Dorpshuis De Schouw/bibliotheek, M.A.A. Schakelplein 6, 3411 DJ Lopik
- Plusmarkt Benschop, Oranje Nassaustraat 1-3, 3411 ED Benschop
- Mevr. M. Zwanenburg, Lopikerweg Oost 116, 3411 LX Lopik
- Mevr. A. Aantjes, Lopikerweg Oost 60, 3411 JH Lopik
- Hr. D. Chaugneau, Tiendweg 19A, 3411 NA Lopik
- Pastorie Cabauw, Cabauwsekade 53, 3411 ED Lopik
- Mevr. W. Oskam, Dorp 81G, 3415 PD Polsbroek
- Dorp 66, Polsbroek

Ontvangt u De Groene Gids niet (meer) en wilt u de Gids wel ontvangen? Geef dan uw naam en adresgegevens door aan Machteld Zwanenburg. E-mail: wczwanenburg@planet.nl - Telefoon 0348 - 55 31 50.





- Ruime keus nieuwe fietsen
- Gratis leenfiets
- Gratis haal- / brengservice bij reparatie

Wielsekade 2
3411 AA Lopik



TEL: 030 - 6881431

De ideale rustige omgeving voor uw feest of diner.

HOVENIERSBEDRIJF Erik Verhoef

- Tuin ontwerp
- Advies
- Tuin aanleg
- Tuin onderhoud
- (Sic) bestrating
- Bestueringen
- Tuin afscheidingen
- Wonders

Lopikerveg West 22
3411 AA Lopik
T 030 681 412
www.hoveniersbedrijfverhoef.nl

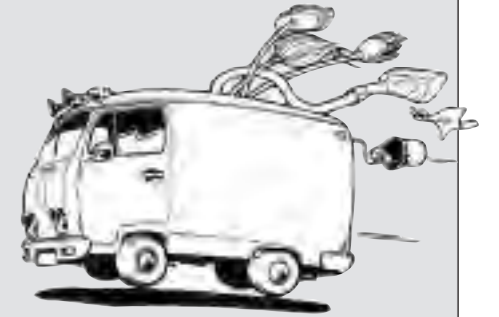
Meldpunt Lopik

Heeft u een klus in huis of de tuin die u zelf niet kunt opknappen, kunnen uw vrienden of familieleden hier niet bij helpen en kan er geen bedrijf ingeschakeld worden?

Vrijwilligers van het Meldpunt Lopik helpen u graag!

Het Meldpunt in Lopik is er niet alleen voor klussen, maar ook voor:

- Hulp bij het doen van de boodschappen
- Gezelschapsbezoek en samen op pad
- Vervoersvragen
- Ondersteuning bij de maaltijd
- Hulp bij het omgaan met de computer



*Heeft u een vraag of kunnen wij u ergens mee helpen?
Of wilt u vrijwilliger worden bij het Meldpunt Lopik?*

Neem dan contact op met Brigit den Hartog, tel. 06 - 473 72 561.
E-mail: b.denhartog@stichting-pulse.nl.

Voor het meldpunt IJsselstein kunt u van maandag t/m vrijdag tussen 09.00 en 11.00 uur bellen met 06 - 580 70 852/030 - 686 80 30.

Alzheimer Café Lopik

Bijeenkomsten voor iedereen die met dementie te maken heeft.

Elke vierde donderdag van de maand, 19.30-21.30 uur. • Locatie 'De Schouw' te Lopik

Het Alzheimer Café Lopik wordt georganiseerd door: Alzheimer Nederland afdeling Lekstroom in samenwerking met AxionContinu, Huisartsenpraktijk Lopik, Steunpunt mantelzorg Pulse en Santépartners.

Op **Wereld Alzheimer Dag 21 september 2022** biedt werkgroep Dementievriendelijk Lopik een ontspannen dag (of dagdeel) aan mensen met dementie en hun mantelzorgers. Zie de flyer in de Groene Gids.

Op **27 oktober** is de eerste Alzheimer Café avond van het seizoen. Traditiegetrouw gaan we van start met het thema: 'Wat is dementie'? Dementie is de naam voor een combinatie van symptomen (een syndroom), waarbij de hersenen informatie niet meer goed kunnen verwerken. De

dementie is een verzamelnaam voor ruim vijftig hersenziektes. De

meest voorkomende vorm van dementie is de ziekte van Alzheimer.

Daarnaast komen vasculaire dementie, frontotemporale dementie

en Lewy Body dementie veel voor. Dementie is een ingewikkelde

en ingrijpende hersenziekte die veel vragen oproept. Is dementie

te voorkomen? En hoe wordt dementie behandeld? Graag gaan

we in op uw en jouw vragen.

Op **24 november** staat het omgaan met dementie centraal.

Tijdens het ziekteproces doen zich bij mensen met dementie ge-

dragsveranderingen voor. Mensen met dementie kunnen gedrags-

veranderingen laten zien, kunnen kwaad worden zonder duidelijk

herkenbare oorzaak, kunnen verdrietig zijn en vaak zwaarmoedig.

Ook komt het voor dat ze aanstootgevend gedrag vertonen, gaan

dwalen of de kasten leegruimen. Maar meestal gaat het gelukkig

goed. De uitdaging zit in het omgaan met de gedragsverandering

en daarvoor is het herkennen en het begrijpen van het onbegrepen

gedrag de sleutel. En wie kan hierbij helpen?

Zien

Het leven heeft mij dag aan dag

Heel duidelijk laten blijken

De mooiste dingen die je ziet

Die zie je, zonder te kijken

Ze blijven bij je bovendien

Je hebt ze met je hart gezien ..

Toon Hermans



Groene Hart woningontwikkeling
Woning in goede handen

Kunnen wij u helpen?

Woningontwikkeling

Seniorenverhuizing

Bedrijfsontwikkeling



Scan om onze website te bekijken!

Groene Hart Woningontwikkeling
Korenmolenvaan 8
3404 DE IJSELSTEIN

Tel. 030 - 275 1246
Mob: 06 - 5232 5032

I: www.uwhuisleeg.nl
E: info@uwhuisleeg.nl

KvK Utrecht: 59169419



Stichting Protestants Christelijke Begrafenisverzorging Lopik

een respectvol afscheid
in protestants christelijke sfeer

uitvaartverzorger:
P. den Butter 0348 55 30 39/0621 857 398
pdenbutter1@hetnet.nl



Lopik | Lopikerkapel | Jaarsveld | Polsbroek | Benschop e.o.

Stichting Protestants Christelijke Begrafenisverzorging Lopik

Onze Stichting PCBL wil u graag bijstaan bij het overlijden van een dierbaar familielid. Wanneer een dierbare overlijdt, komt er veel op u af. Vaak is het moeilijk te bepalen wat eerst moet gebeuren. In deze verdrietige omstandigheden bespreekt u met onze vaste uitvaartverzorger, de heer P. den Butter, stap voor stap wat er allemaal moet worden geregeld.

Vanuit onze christelijke identiteit is ervoor gekozen om in principe alleen begravenissen te verzorgen. Dat vindt zijn oorsprong in de Bijbel. Dit betekent overigens niet dat mensen met een andere geloofsovertuiging niet bij ons terecht kunnen. Belangrijk is dat onze uitvaartverzorger goed bekend is met de gebruiken bij de kerken en de begraafplaatsen in de gemeente Lopik.

De Stichting PCBL verzorgt zelf geen begravenissen. Deze worden verzorgd door de uitvaartverzorger en tegen een vaste vergoeding. Onze Stichting heeft geen winstoogmerk en zorgt ervoor dat alle begrafeniskosten worden betaald. De rekening van de begrafenis krijgt u dan later van onze administratie.

Onze stichting heeft als doel u bij te staan bij het overlijden van een dierbare door het (laten) verzorgen van een begrafenis in christelijke sfeer.

Bestuur Stichting PCBL



Woensdag 21 september a.s. is het Wereld Alzheimer Dag en vragen we extra aandacht voor dementie.

Dit jaar is het thema 'Samen op pad'. Daarom bieden we graag een ontspannen dag (of dagdeel) aan mensen met dementie en hun mantelzorgers. Aan deze dag zijn geen kosten verbonden. Wel wordt gevraagd of u zich wilt aanmelden. Er is beperkt plek, dus meld u snel aan.

WERELD ALZHEIMER DAG

woensdag 21 september 2022

Thema: Samen op Pad

Met wie ga je

- je man of vrouw?
- vader, moeder, opa of oma?
- buurman of buurvrouw?
- vriend of vriendin?
- tante of oom?
- kennis of iemand anders die je kent?

Samen een dagje uit in de regio of kies voor de ochtend - of middag met lunch

Gratis deelname!

Aanmelden bij de Werkgroep Bementevriendelijk Lopik
arcagnaz@freeet.nl
of 06-36294074

Programma

10.00 - 12.00 uur koffie met taarten
Natuurmuseum 
De Wielewaal
Terdweg 25, Willige Langerak 

12.30 - 15.30 uur heerlijke lunch
Café in 't Witte Paard
Cabouesestade 42, Cabauw
Met aansluitend een boeiend verhaal over oude gebruiksvoorwerpen door Jan Kromwijn 

Tot slot geeft Monica de Wit van Bloem's Lopik een workshop bloemschikken en ga je met een bloemstukje naar huis

Chauffeurs voor ANWB AutoMaatje gezocht!

Word ook vrijwillige chauffeur van ANWB AutoMaatje in de gemeente Lopik en breng met uw eigen auto minder mobiele plaatsgenoten naar hun bestemming!

U ontvangt een vergoeding van € 0,30 per kilometer plus eventuele parkeerkosten. Als chauffeur van ANWB AutoMaatje hoeft u geen ANWB-lid te zijn.

Meer informatie of meedoen?

ANWB AutoMaatje Lopik

Telefoon: 0348 - 792 006 (ma. t/m vr. 09.00-12.00 uur) • Mobiel: 06 - 473 72 561

E-mail: automaatje@stichting-pulse.nl



Opening seizoen 2022-2023

Met optreden zanggroep en buffet-maaltijd



Vrijdag 14 oktober 2022
"De Schouw" Lopik
14.30 – 19.00 uur

Dit jaar organiseren de seniorencomités weer een feestelijke bijeenkomst voor de 65 plussers van alle kernen in de gemeente Lopik.

Het gezellige programma bestaat uit:

- 14.00 uur: Zaal open
- 14.30 uur: Ontvangst met koffie/thee
- 15.00 uur: **Opening**
Optreden zanggroep "Kloos – Harmonie – Muzidima's"
Pauze met koffie/thee
Vervolg optreden zanggroep
Korte pauze met consumptie
Buffet (speciale dieet wensen doorgeven bij opgaven)
- 19.00 uur: **Sluiting**

Kosten: € 25,- per persoon. Inclusief koffie/thee, consumptie en buffet-maaltijd.

Wilt u deze middag meemaken?

Geef u dan snel op **vóór 7 oktober** (en betaal) bij een van de onderstaande comitéleden:

Benschop	Mevr. M. Boumans, K. Wilhelminastr 23, Benschop	tel. 0348-451990
Cabauw	Irma Spruit, De Nobelaerweg 24, Cabauw	tel. 06-21978911
Jaarsveld	Mevr. A. Aantjes, Lopikerweg Oost 60, Lopik	tel. 0348-552530
Lopik-dorp	Mevr. A. Vriezema, Vrijheidslaan 14, Lopik	tel. 0348-552038
Lopikerkapel/Uitweg	Mevr. M. Zwanenburg, Lopik.weg Oost 116 Lopik	tel. 0348-553150
Polsbroek	Mevr. W. Teeuw, Dorp 40, Polsbroek	tel. 0182-309284
Willige Langerak	Janny Markus, Lekdijk West 41, Lopik	tel. 06-23493636

Als u vervoer wenst kunt u dit bij uw comitélid opgeven.

Tot ziens op vrijdag 14 oktober!

Werkgroep Opening Seizoen.

Activiteiten Lopik

Benschop

Het Trefpunt
Voorzitter: Vacant
Secretaris: Marja Boumans, tel. 0348 - 45 19 90
Penningmeester: Vacant
Locatie: Dorpshuis XXL, tenzij anders aangegeven.

**Wij zijn nog steeds op zoek naar bestuursleden.
A.u.b., het vraagt weinig tijd, als we het samen doen!**

Gymnastiek

Nieuwe seizoen start op 6 september.
Iedere dinsdag van 10.45-11.30 uur.
Kosten € 3,50 per les. Docent: fysiotherapeut.

Koersbal

Nieuwe seizoen start op 7 september.
Iedere woensdag van 14.00-16.30 uur.
Kosten € 40,00 per seizoen.
Contact: Wim Dekker, tel. 0348 - 45 16 19.
Wilt u kennis maken met koersbal, kom gerust eens kijken en/of meespelen.

Open Tafel-Project

Nieuwe seizoen start op 28 september.
Maaltijd: hoofdgerecht en dessert verzorgd door Colinda Sluyk.
Iedere laatste woensdag v/d maand van 12.30-13.30 uur.
Kosten: € 10,00. De maaltijd is bedoeld voor inwoners uit Benschop. Introducties vanuit andere plaatsen zijn alleen welkom met een inwoner uit Benschop.
Contact: Thea Boere, tel. 0348 - 451 749, vooraf betalen gewenst!

Klaverjas-/Rikkentoernooi

Locatie: Kantine Sporthal De Bosrand
Nieuwe seizoen start op 27 september.
Iedere laatste dinsdag van de maand om 13.30 uur.
Iedereen die graag een kaartje legt, is van harte welkom.
Contact: Joop van Dorp, tel. 0348 - 45 21 53, Gert Boere, tel. 0348 - 45 17 49.
Aan- en afmelden kan ook via tel. 06 - 228 06 317.

Seniorenbiljart.

Locatie: Kantine van voetbalvereniging V.V. Benschop.
Iedere dinsdagmiddag van 13.00-17.00 uur (competitie).
Iedere vrijdagmiddag van 13.00-17.00 uur (competitie).
Lidmaatschap per seizoen € 50,00 (incl. kopje koffie).
Contact: Kees den Hartog, tel. 0348 - 45 17 59 / 06 - 220 90 031.

Jeu de Boules

Achter het Dorpshuis ligt de Jeu de Boules-baan. De baan mag door iedereen worden gebruikt. Er liggen 6 ballen in het Dorpshuis. Ze kunnen voor gebruik worden afgehaald bij Colinda.

Cabauw

60+ Cabauw:
Secretaris: Frank van Rooijen, tel. 0348 - 89 00 10
Contact: Margo Overbeek, tel. 06 - 112 63 661
Locatie: In 't Witte Paard, tenzij anders aangegeven.

Lezing over Artsen zonder grenzen

Donderdag 8 september van 10.00-12.00 uur.

Bezoek aan de Stroopwafelfabriek in Gouda

Woensdag 5 oktober.
Verdere informatie over tijden en kosten volgt via de uitnodiging.

Reisverslag door Ellen en Frank

Reisverslag door Santiagotrappers Ellen en Frank
Donderdag 10 november van 10.00-12.00 uur.

Kerstviering

Donderdag 22 december

Vaste activiteiten

Contact: Margo Overbeek, tel. 06 - 112 63 661.

Bewegen voor ouderen

Elke maandag van 09.00-10.00 uur o.l.v. Jan Troe, fysiotherapeut. Kosten: € 2,50 per les.

Kaarten en biljarten

Locatie: Pastorie
Elke woensdag van 09.00-12.00 uur.
Nieuwe deelnemers zijn van harte welkom.

Yin Yoga in 't Gossie

Locatie: 't Gossie, Cabauwsekade 41 A, achter 't Witte Paard
Ria Harmsen, e-mail ria@apotheyoga.nl, tel. 06 - 522 64 940.
Dinsdagochtend van 09.00-10.00 uur en van 10.30-11.30 uur.

Jaarsveld

Secretaris: Ans Aantjes, tel. 0348 - 55 25 30
Contact: Alien Schinkel, tel. 0348 - 55 28 82
Locatie: Gemeenschapsruimte Brugkerk.

Woensdag 14 september

14.00 uur: Gymnastiek
14.30 uur: Spellenmiddag

Woensdag 26 oktober

14.00 uur: Gymnastiek
14.30 uur: Komt de molenaar van de Windotter uit IJsselstein met een interessante lezing en producten.

Woensdag 23 november

14.00 uur: Gymnastiek
14.30 uur: Bingo met aansluitend een maaltijd.

Dinsdag 20 december

Kerstviering

Lopik Dorp

Contact: Mw. Arendje Vriezema, tel. 0348 - 55 20 38
Locatie: Dorpshuis De Schouw,
tenzij anders aangegeven.

Spel- en activiteitenmiddagen

Rummikub, mens erger je niet, triominos, sjoelen, kegelen, klaverjassen en het Lopiks-memoryspel.
Elke 1ste en 3de woensdag van de maand van 14.00-16.00 uur.

Activiteitenmiddag

7 september: Activiteitenmiddag van 14.00-16.00 uur.
21 september: Activiteitenmiddag 14.00-16.00 uur
(inclusief maaltijd van 12.30-13.30 uur)
28 september: Van 10.00-12.00 uur Modeshow en kledingverkoop Doorduyn Mode.
5 oktober: Activiteitenmiddag van 14.00-16.00 uur.
19 oktober: Activiteitenmiddag van 14.00-16.00 uur
(inclusief maaltijd van 12.30-13.30 uur)
2 november: Activiteitenmiddag van 14.00-16.00 uur.
16 november: Activiteitenmiddag 14.00-16.00 uur (inclusief maaltijd van 12.30-13.30 uur)
30 november: Filmmiddag van 14.00-16.00 uur.



De Blikvanger

De Blikvanger is een lotgenoten-groep voor mensen met een visuele beperking.

Elke donderdagochtend komen ze bij elkaar. Elke week drinken ze een

bakje koffie, kletsen ze bij en leren ze van elkaar. Geen week is hetzelfde, zo speel je de ene week een quiz en een andere week bezoeken we een museum of de wijktuin.

Daarnaast zijn er verschillende creatieve workshops en kan er in het zomerseizoen gezwommen worden. Heeft u weleens voelbingo gespeeld? Bij de Blikvanger wordt rekening gehouden met ieders beperking, maar je wordt tegelijkertijd ook uitgedaagd.

Elke donderdag van 10.00 - 12.00 uur
Dorpshuis De Schouw
M.A.A. Schakelplein 6, 3411 DJ Lopik
Contributie: € 3,00 per keer.

Inlichtingen:

Mandy Cozijn, buurtsportcoach Stichting Pulse
Tel. 030 - 68 68 030 / 06 - 580 71 169
E-mail: m.cozijn@stichting-pulse.nl

Koersbal

Met ingang van dinsdag 6 september, iedere dinsdag van 13.30-16.00 uur. Als u belangstelling heeft, kom dan eens langs om te kijken of neem contact op met mevrouw Schinkel, tel. 0348 - 55 21 76.

Jeu de boules

Iedere dinsdagmiddag van 14.00-16.00 uur. Als u belangstelling heeft kom dan eens langs om te kijken en/of mee te spelen.

Gezocht

Nieuwe deelnemers voor Koersbal op dinsdagmiddag
Ook zoeken wij nog Klaverjassers voor de woensdag tijdens de activiteitenmiddagen.

Laten we er met zijn allen tijdens de activiteiten een mooi seizoen van maken.

Zonnebloem Benschop en Polsbroek

Secretaris: Fia Rietveld, tel. 06 - 574 98 961.
Voor alle activiteiten eventueel opgeven bij Fia Rietveld.



De Buurtkamer is speciaal bedoeld voor zelfstandig wonende ouderen die niet meer zo makkelijk deel kunnen nemen aan allerlei activiteiten en het prettig vinden om in een rustige omgeving een kleine groep mensen te ontmoeten. Vast onderdeel van De Buurtkamer is het samen koffie/thee drinken en er is de mogelijkheid om gezamenlijk de lunch te gebruiken. Ook is de mantelzorger van harte welkom, maar we kunnen u ook ontlasten door deze dag de zorg even over te nemen!
Elke dinsdag van 10.15-15.30 uur, vervoer is mogelijk.

Dorpshuis De Schouw, M.A.A. Schakelplein 6 in Lopik
Kosten: € 5,00

Activiteiten:

Activiteiten die aangeboden worden bij De Buurtkamer sluiten aan bij de wensen van de deelnemers. U kunt daarbij denken aan: gesprek rond thema's die u aanspreken en bezighouden, herinneringen ophalen, knutselen, (geheugen) spelletjes doen, kaarten maken, wandelen/bewegen, breien en haken.

Aanmelden en/of informatie:

Pulse, tel. 030 - 68 68 030 of Willy Snapper,
tel. 06 - 272 82 138.



Bridgeclub Lopik

*Beste mensen,
Als bestuur van de bridgeclub Lopik zijn wij alweer druk bezig voor het seizoen 2022-2023.
Dinsdag 6 september hopen wij weer te starten om 13.30 uur in het dorpshuis De Schouw te Lopik.
Als iedereen om 13.15 uur aanwezig is zal dat vast lukken.
Iedereen die van bridge houdt is van harte welkom.*

*De eerste middagen spelen wij nog geen competitie en kunt u kijken hoe het bij ons loopt.
Graag zien wij ook mensen uit de omliggende gemeenten tegemoet.
Als u meer gegevens wil hebben over onze vereniging kunt u contact opnemen met Jan Tigchelaar tel. 0348 - 55 27 06.
Tot ziens op dinsdag 6 september in De Schouw.*

Lopikerkapel/Uitweg

Seniorencomité Lopikerkapel/Uitweg
Secretariaat: Mw. M. Zwanenburg, tel. 0348 - 55 31 50
Locatie: De Ark, Lopikerkapel

Spelmiddag

Dinsdag 27 september om 14.00 uur.

Film De Wilde Stad

Door Mw. Nel Rijnveld
Dinsdag 25 oktober om 14.00 uur.

Middag met snert eten

Dinsdag 22 november om 14.00 uur.

Kerstmiddag

Dinsdag 20 december.

Programma 55+-soos

Buurthuis d'Ouwe School,
Lopikerweg Oost 181, 3412 KE Lopikerkapel.

Spellenmiddag

Klaverjassen, rummikub, sjoelen en bingo.
Woensdagmiddag van 13.30 - 16.30 uur.
Aanvang: 21 september, daarna elke veertien dagen (even weken).
Contactpersoon: Dhr. G. Markies, tel. 030 - 68 74 500.

Buurtvereniging Uitweg

Ouderencomité: Marrie Broekhuizen: tel. 06 - 218 03 435
Ineke Snel: tel. 06 - 493 32 809
Secretaris: Rick Kuijf
E-mail: rick.kuijf@hotmail.nl
Locatie: Buurthuis Uitweg.

Klaverjassen voor 55+ groep

Dinsdagmiddag van 13.30-16.30 uur.
Rick Kuijf zal het klaverjassen voor dit seizoen op zich nemen, tel. 0348 - 55 31 01/06 - 480 90 402.

Streekkaarten van het G.O.W. Lopik

Activiteit: klaverjassen, rikken en schutjassen
Let op: de aanvangstijden zijn veranderd.

Tijd: 13.30-16.30 uur, deur open 13.00 uur.
Kosten € 5,00 p.p.

Programma voor het nieuwe seizoen:

Dinsdag 18 oktober 2022: Buurthuis d'Ouwe School, Lopikerkapel
Dinsdag 15 november 2022: Dorpshuis XXL, Benschop
Dinsdag 13 december 2022: Buurthuis De Triangel, Polsbroekerdam
Dinsdag 17 januari 2023: Dorpshuis Ons Dorp, Polsbroek
Dinsdag 14 februari 2023: Dorpshuis De Schouw, Lopik
Dinsdag 14 maart 2023: Buurthuis De Triangel, Polsbroekerdam

Opgeven:

Vrijdag vóór de activiteit bij één van de onderstaande contact personen:
Dhr. J. Corsten, Benschop, tel. 06 - 221 00 717
Dhr. G. Markies, tel. 06 - 822 77 743.
Mevr. B. v.d. Wal, Lopik, tel. 0348 - 55 16 39

Polsbroek

60+ Secretariaat: Wil Oskam, tel. 0182 - 30 95 67
Contact: Wini Teeuw, tel. 0182 - 30 92 84
Locatie: Dorpshuis te Polsbroek, tenzij anders aangegeven.
Aanvang 14.00 uur.

Voor vervoer kunt u bellen met Annie de Groot,
tel. 0182 - 30 95 95.

Woensdag 14 september

Een uitje waarheen ????

Woensdag 19 oktober

De heer Co Tersteeg uit Cabauw.
De natuur van vroeger en nu en veel over de uil.

Woensdag 16 november

Spel / Bingo.

Vrijdag 16 december

Kerstviering.

Meer bewegen voor ouderen

Iedere dinsdag van 09.00-9.50 uur onder leiding van Fysio Haastrecht.
Informatie Annie de Groot, tel. 0182 - 30 95 95.

Ontmoetingsdag

Woensdag 14 september om 10.00 uur.
Locatie: Dorpshuis Polsbroek.
Kosten: nog niet bekend.

Uitje

Donderdag 20 oktober
Kosten: nog niet bekend.

Bezoek kerstshow Intratuin

Maandag 14 november

Locatie: Intratuin IJsselstein. Kosten: nog niet bekend.

Kerstviering

Woensdag 14 december

Locatie: Maranatha, Benschop. Kosten: Nog niet bekend

Willige Langerak

Seniorencomité:

Voorzitter: Dik Chaigneau, tel. 0182 - 38 38 07

Contact: Janny Markus, tel. 06 - 234 93 636

Locatie: De Bron, tenzij anders aangegeven.

Vervoer: Dirk Koorevaar, tel. 0182 - 38 55 32.

Alles onder voorbehoud.

Optreden van Zeevrouwenkoor StormVrouwen uit Schoonhoven

Dinsdagmiddag 20 september om 14.30 uur.

Er is koffie/thee met koek. Kosten € 5,00.

Bezoek aan Ijsboerderij Middelbroeck te Meerkerk

Dinsdag 11 oktober. Vertrek 11.30 uur bij de Bron.

Bij aankomst in Meerkerk wacht ons eerst een koffietafel.

Daarna rondleiding over de boerderij en ijsmakerij en tot slot is er nog een bolletje ijs ter afsluiting.

Vervoer wordt geregeld en de kosten zijn € 22,50.

Eten buurthuis 't Wilgegat te Willige Langerak

Woensdagmiddag 16 november. Ontvangst 17.30 uur.

Kosten nog niet bekend.

Sinterklaasmiddag met bingo

Woensdagmiddag 30 november om 14.30 uur.

Deelnemers brengen zelf een kadootje mee t.w.v. € 7,50.

Er is koffie/thee met koek. Kosten € 5,00.

Kerstmiddag

Woensdagmiddag 21 december om 14.30 uur.

De heer Gijs Zonnenberg verzorgt deze middag met als thema 'Op weg naar Bethlehem'.

Er is koffie/thee en diverse kerstversnaperingen.

Kosten € 10,00.

Gymnastiek

Donderdagmorgen van 10.30-11.15 uur in de Bron.

Kosten in overleg. Docent: Jan Troe.

Contact: Annie Rietveld, tel. 0182 - 38 25 72.



- **Blikvanger** ledere donderdag van 10.00 tot 12.00 uur.
Locatie: Dorpshuis De Schouw, M.A.A.Schakelplein 6, Lopik - Kosten € 3,00 per keer.

- **Buurtkamer** ledere dinsdag van 10.15 tot 15.30 uur.
Locatie: Dorpshuis De Schouw, M.A.A.Schakelplein 6, Lopik - Kosten: € 5,00 voor de gehele dag incl. lunch.

Belangrijke telefoonnummers Lopik

Algemeen alarmnummer:		Tel. 112
Gemeentehuis:	Raadhuisplein 1, 3411 CH Lopik	Tel. 0348 - 55 99 55
Politie Lopik:	Dinsdag van 12.00-20.00 uur aanwezig op het gemeentehuis	Tel. 0900 - 8844
Brandweer:		Tel. 112

Nuttige adressen

GEZONDHEIDSZORG

Medisch Centrum Lopik:	Beatrixplantsoen 1A, 3411 DA Lopik	Tel. 0348 - 55 21 89
Huisartsen spoednummer:		Tel. 0348 - 55 41 53
Huisartsenpraktijk Beatrixplantsoen:	Beatrixplantsoen 1A, 3411 DA Lopik	Tel. 0348 - 55 41 95
Medisch Centrum Polsbroek:	Jonglevengeweg 1, 3415 PP Polsbroek	Tel. 0182 - 30 92 03
Huisartsenpraktijk Benschop:	Florijn 3, 3405 BM Benschop	Tel. 0348 - 45 14 12
Spoednummer:		Tel. 0348 - 45 21 49
Huisartsenpost Midden Holland:	Bleulandweg 10, 2803 HH Gouda	Tel. 0182 - 32 24 88
Huisartsenpost Nieuwegein:	Koekoekslaan 1, 3435 CM Nieuwegein	Tel. 088 - 130 96 60

GEMEENTE LOPIK

Breed Sociaal Loket:	Raadhuisplein 1, 3411 CH Lopik. Spreekuur in het Medisch Centrum Lopik op ma. en di. van 13.30-14.30 uur en op do. van 09.00-10.00 uur. Het Breed Sociaal Loket werkt alleen op afspraak. Spreekuur in De Schouw. Bel of mail voor een afspraak: tel. 0348 - 55 99 55 - bsl@lopik.nl Openingstijden ma. t/m do. van 09.00-17.00 uur en op vrijdag van 09.00-12.00 uur. Meer informatie: www.lopik.nl .
-----------------------------	---

WONEN

Woonzorgcentrum De Schutse:	Anna van Burenstraat 40, 3411 AK Lopik	Tel. 0348 - 55 17 24
Serviceappartementen Schutseplein:	Anna van Burenstraat 40, 3411 AK Lopik	Tel. 030 - 282 22 51

ZORG EN WELZIJN AAN HUIS

Dagbestedingscoach:	Marjan Overbeek, Lopikerweg west 21a, 3411 AM Lopik	Tel. 0348 - 55 39 34 Tel. 06 - 185 77 756
AxionContinu:	Thuiszorg/Wijkverpleging E: servicebureau@AxionContinu.nl	Tel. 06 - 129 86 134 Tel. 030 - 282 22 77
Vitras Thuiszorg/wijkverpleging:	E: zenwlopikoost@vitras.nl en zenwlopikwest@vitras.nl	Tel. 088 - 854 32 20

Pulse Lopik

Dorpshuis De Schouw, M.A.A. Schakelplein 6 in Lopik - Tel. receptie: 0348 - 79 20 06

Contactgegevens:	Giselle Alders, tel. 06 - 336 77 185 Fatima Bouzerrade, tel. 06 - 155 82 789 Mandy Cozijn, tel. 06 - 580 71 169 Brigit den Hartog, tel. 06 - 473 72 561 Diana van Kruistum, tel. 06 - 191 37 630 Ilse Nederend, tel. 06 - 174 41 854 Babette Romijn, tel. 06 - 163 91 806 Willy Snapper, tel. 06 - 272 82 138 Ellen van der Waal, tel. 06 - 243 32 706	mailadres: g.alders@stichting-pulse.nl mailadres: Fatima.Bouzerrade@stichting-pulse.nl mailadres: m.cozijn@stichting-pulse.nl mailadres: b.denhartog@stichting-pulse.nl mailadres: d.kruistum@stichting-pulse.nl mailadres: i.nederend@stichting-pulse.nl mailadres: b.romijn@stichting-pulse.nl mailadres: e.vanderwaal@stichting-pulse.nl
-------------------------	--	--

- Alzheimercafé Lopik - **Ilse Nederend**
- De Blikvanger - **Mandy Cozijn**
- Buurtkamer - **Willy Snapper**
- Digi-groep - **Ellen van der Waal**
- Financiën op Orde - **Fatima Bouzerrade**
- Klusjesdienst - **Brigit den Hartog**
- Steunpunt mantelzorg - **Ilse Nederend**
- Sociale Activering - **Giselle Alders, Babette Romijn**
- Telefooncirkel - **Ilse Nederend**
- Taalondersteuning volwassenen - **Diana van Kruistum**
- Taalondersteuning kinderen - **Ellen van der Waal**
- Vrijwilligerspunt/Meldpunt - **Brigit den Hartog**
- Elke woensdagochtend is er in ons kantoor Lopik inloopspreekuur van Financiën op Orde en het Vrijwilligerspunt.
Tijdstip: 09.30 tot 12.30 uur.
- Elke 4e donderdag van de maand is er in Lopik Alzheimercafé
Tijdstip: 19.15-21.15 uur - Locatie: Dorpshuis De Schouw.



BERGSTRA

AANNEMERSBEDRIJF
EN
ONDERHOUDSWERKEN

TEL. 0348-551329 www.bergstrabv.nl

Kwaliteit is onze reclame!!



**BART-HUGO
OPTIEK**

De opticien/contactlensspecialist in Lopik

Rolafweg Noord 61 63411 BJ Lopik
0348-214722
info@barthugooptiek.nl
www.barthugooptiek.nl



Kom gezellig op zaterdag
midgetgolfen voor €2,00
Ipv €4,00

want het pannenkoekenhuis
surft u het klompespad
beide remspou open

gluten- en
vetvrij
pannenkoeken

**Pannenkoekenhuis
en midgetgolf
Midden Op 't Landt
in Benschop**

Naast onze heerlijke
pannenkoeken, hebben wij ook
een lunchkaart

Voor kinderfeestjes
kunt u ook bij ons
terecht!

0348761971

www.pannenkoekenhuismiddenoerlandt.nl



Vrijwilligerswerk

Iets voor u?

Heeft u belangstelling om vrijwilligerswerk te gaan doen?
Kijk dan op de vacaturebank van de vrijwilligerscentrale www.vwjl.nl.

SINDS 1990 IS BEDDENSPECIAALZAAK CITYBED IN IJSSELSTEIN GEVESTIGD

WIJ VERKOPEN ALLES OP HET GEBIED VAN SLAPEN O.A.

Diverse ledikanten/boxsprings, bedbodems, uitgebreide collectie matrassen van bekende merken, dekbedden in diverse soorten en maten, dekbedovertrekken van bekende merken.



Verder verkopen wij 25 verschillende hoofdkussens, waaronder ook speciale neksteun kussens die ook thuis getest kunnen worden.

(Zie voor acties onze website)

Wij zijn o.a. dealer van de topmerken



Beddenspecialzaak CityBed

Utrechtsestraat 20, 3401 CV IJsselstein

Tel. 030 - 687 03 21

Email: citybedijsselstein@gmail.com

www.citybedijsselstein.nl



de schouw

- ✓ Ontmoeten
- ✓ Familiefeesten
- ✓ Trouwfeesten
- ✓ Rouwbijeenkomsten
- ✓ Vergaderingen
- ✓ Cursussen
- ✓ Kinderfeestjes
- ✓ Kegelarrangementen
- ✓ Sport en spel



Welkom
in de huiskamer
van Lopik

M.A.A. Schakelplein 6

3411 DJ Lopik

Bedrijfsleider: Angelique Drogts

E: angelique.drogts@deschouwlopij.nl

T: 06-24855446 / 0348-553233



WS Media Groep

DESIGN DRUK PRINT SIGN



VORMGEVING
DRUKWERK
PRINTWERK
BANNERS
VLAGGEN
STICKERS/LABELS
LAMINEREN
VETVRIJ PAPIER
AUTOBELETTERING
GEVELRECLAME
RAAMBESTICKERING
KLEDING BEDRUKKEN

Industrieweg 1 | 4181 CA Waardenburg | T 0418 540 333
info@wsmediagroep.nl | www.wsmediagroep.nl

UITVAARTVERZORGING MIDLAND UIT BENSCHOP

uw uitvaartverzorgers in de regio



**Wij verzorgen iedere uitvaart,
ook als u elders verzekerd bent.**

Tevens kunnen wij u vrijblijvend informeren
als u uw uitvaartwensen wilt vastleggen.

René en Henriëtte Verweij
06 53 53 68 88



klanttevredenheidsscore 9,6

Oranje Nassaustraat 40 | 3405 XK Benschop | 06 53 53 68 88
info@uitvaartverzorgingmidland.nl | www.uitvaartverzorgingmidland.nl