



Nieuwsbrief⁵⁵⁺

december 2008 - nummer 9

In gesprek met de wethouder

De voorzitter en secretaris van het Seniorenplatform hebben in juli met wethouder Aeyelts Averink-Winsemius gesproken over de wederzijdse aandachtspunten voor de komende periode.



Het platform zal aandacht houden voor

de uitvoering van het programma woonzorgzoning en de wenselijke functieontwikkeling van de wijkcentra. Daarnaast zal het platform er op blijven toezien dat de veranderingen in het openbaar en aangepast vervoer voldoende zijn afgestemd op de behoeften van senioren.

De gemeente wil het platform onder meer als eerste klankbord gebruiken na het uitbrengen van een eerste con-

cept Woonvisie voor de horizon tot 2030.

Onze mening zal ook worden gevraagd over de uit te brengen cultuurnota en sportnota.

Daarnaast zullen de ontwikkelingen in de Wet Maatschappelijke Ondersteuning en de wijzigingen in de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten belangrijke gespreksonderwerpen blijven voor de adviesorganen, het Wmo-beraad voorop.

Even voorstellen... Herman Polhuijs

Vertel eens iets over jezelf.

Mijn naam is Herman Polhuijs. Ik ben getrouwd, vader van 3 dochters en grootvader van 3 kleinkinderen. Ik woon al meer dan 30 jaar in Krimpen aan den IJssel.

Een groot deel van mijn leven heb ik gewerkt bij de gemeente Rotterdam als beleidsambtenaar op het gebied van economische ontwikkeling en werving. In dit werk onderhield ik nauwe contacten met het Rotterdamse bedrijfsleven, de Kamer van Koophandel en andere instanties. De laatste jaren van mijn loopbaan ben ik actief geweest binnen het Ontwikkelingsbedrijf Rotterdam (OBR).

Waarom het Seniorenplatform?

Toen mij werd gevraagd lid te worden van het Seniorenplatform zag ik dat als een mogelijkheid en uitdaging om als burger van de gemeente Krimpen aan den IJssel actief een steentje bij te

dragen aan de ontwikkelingen binnen deze gemeente. Goed luisteren naar de wensen en meningen van betrokkenen en proberen deze gedachten door te laten klinken in de adviezen, die het Seniorenplatform uitbrengt.

Wat vind je belangrijk?

Ik vind het belangrijk dat bij de diverse ontwikkelingen binnen Krimpen de burger tijdig wensen, meningen en ideeën naar voren kan brengen. Daarvoor is ondermeer nodig dat de gemeente steeds van het begin af aan juiste en volledige informatie geeft en de burgers zodoende de kans geeft tijdig op diverse projecten in te spelen. Deze manier van communiceren zal tot het meest gewenste resultaat kunnen leiden.



Inhoudsopgave

In gesprek met de wethouder	1
Even voorstellen... Herman Polhuijs	1
Wmo-beraad	2
Wijkcentra	3
Kunst van het ouder worden	4
Wijkschouw Oud Krimpen	5
Fitness, niets voor mij	5
Eerste paal BloemRijk	6
Vervoerplan 2009	6
Voel je fit	7
Calamiteiten met drinkwater	8



Wat is het Wmo-beraad en wat doet het in Krimpen aan den IJssel

Soms wordt mij gevraagd: "Wat doet dat Wmo-beraad nu eigenlijk?" En daar klinkt dan een beetje in door, dat mensen er zo weinig van zien. Ik kan mij dat wel voorstellen. Dat heeft te maken met de opdracht van het beraad.

Gevraagd en ongevraagd adviseren

Het Wmo-beraad buigt zich over de manier waarop de gemeente de wet uitvoert. Daarbij neemt het Wmo-beraad zelf het initiatief of reageert op een uitnodiging van de gemeente. Vaak reageren we op een beleidsnota of een notitie, bijvoorbeeld over steun aan mantelzorgers; mensen die zorg dragen voor een familielid. Dat is niet eenvoudig omdat het Wmo beleidsterrein enorm breed is. Het gaat over het functioneren van de gemeente Krimpen als gemeenschap en haar rol in het betrekken van burgers bij het ondersteunen van individuen die zonder hulp niet kunnen deelnemen aan

de maatschappij. De maatschappelijke ondersteuning heeft als doel de zorg van mensen voor elkaar binnen een gemeenschap versterken. De eigen verantwoordelijkheid van de burger staat daarbij voorop. Participatie is het centrale woord en de invulling van keuzevrijheid van burgers is in onze gemeente belangrijk.

De Wmo is breed en gaat niet alleen over zorg

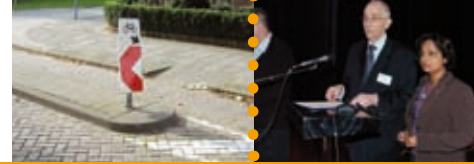
In de zorg hangt de Wmo samen met andere wetten, zoals de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten, die zorg geeft aan mensen met ernstige beperkingen, en de zorgverzekeringswet. De kosten van het huidige zorgstelsel zijn de belangrijkste reden voor de regering geweest om in te grijpen in de AWBZ, een nieuw zorgstelsel in te voeren en te komen met de Wmo. Veel beleid waarin wij moeten adviseren hangt dus ook samen met beleid van de landelijke overheid. De ruimte om plaatselijk invulling te geven is niet

altijd groot. Maatschappelijke ondersteuning moet gemeentelijk invulling krijgen op negen prestatievelden. Dat gaat ook over hulp aan ouders en kinderen bij opgroeien en opvoeden en over opvang van mensen die zonder huis komen te zitten wegens problemen. Lokaal moet de gemeente in elk geval trachten te bereiken dat burgers hun vragen altijd ergens kwijt kunnen en geholpen kunnen worden bij de afwegingen welke route zij moeten bewandelen voor de aanpak van hun probleem. Het liefst natuurlijk op zodanige manier dat het probleem wordt opgelost. Voorwaarde is uiteraard dat er voldoende hulp geboden kan worden, zowel van professionals als vrijwilligers. Als er dan ook nog voldoende sociale contacten in buurten ontstaan en men meer op elkaar gaat letten, zullen de problemen mogelijk sneller aan het licht komen en zou kunnen worden voorkomen dat er geen hulp is voor mensen, de dit wel nodig hebben. Vrijwilligers kunnen dan helpen als mantelzorgers te zwaar belast zijn. Een opgave van jewelste voor gemeente, organisaties en burgers!

Beleidsplan maatschappelijke ondersteuning Samen Doen! vastgesteld

De afgelopen periode heeft het Wmo-beraad zich vooral gericht op beleid betreffende de individuele zorgverlening. Indicatiestelling, de marktwerking in de thuiszorg, één loket in Krimpen aan den IJssel, de mantelzorg en de klachtenregeling voor het taxivervoer ouderen en gehandicapten zijn de onderwerpen geweest, die veel aandacht hebben gevraagd. In wisselwerking met andere Krimpense groeperingen is een uitgebreide reactie gegeven op het Wmo-beleidsplan voor de komende jaren. Wij stemden onze reactie af met het Seniorenplatform. Op 25 september jl. is het Wmo-beleidsplan in de gemeenteraad





goedgekeurd. De gemeente zal in De Klinker alle burgers hierover gedetailleerd informeren.

Samenstelling en werkwijze

Het Wmo-beraad in Krimpen aan den IJssel bestaat uit 13 leden, die een afspiegeling vormen van de Krimpense bevolking. De voorzitter en de secretaris hebben zitting op persoonlijke

titel. Alle andere leden hebben zitting namens een Krimpense groepering, zoals het Seniorenplatform, de kerken, mantelzorgers, patiëntenverenigingen etcetera. Een probleem vormt de vertegenwoordiging van de jongerenorganisaties. Een goede vertegenwoordiging wordt nog gezocht. De vergaderdata zijn voor een jaar vastgesteld, en de vergaderingen zijn

openbaar en worden in het gemeentehuis gehouden. Op de website van de gemeente Krimpen aan den IJssel kunt u verdere informatie vinden. Als u interesse heeft voor het Wmo beleidsplan kunt u dat aanvragen bij de sector Samenleving op het gemeentehuis. Ook kunt u met vragen terecht bij de secretaris: Aart Pool, tel.553266, aartpool@planet.nl

Wijkcentra, waar hebben we het over?

De laatste jaren wordt vanuit landelijk overheidsbeleid volop gesproken over het belang van sociale samenhang en leefbaarheid in buurten, wijken en dorpen. Omzien naar elkaar in de eigen leefomgeving. Dit vanuit de gedachte dat het goed is voor het leefklimaat en dat mensen ook bij toenemende zorgvraag zo lang mogelijk in hun eigen huis kunnen blijven wonen. Professionele organisaties en gemeenten trachten daar zo goed mogelijk op in te spelen, ieder vanuit hun eigen gezichtspunt en verantwoordelijkheid.

Zo ontstonden ook in Krimpen de wijkcentra, buurtkamers, ontmoetingsruimten, multifunctioneel gebruik van scholen, openstelling ontmoetingsruimten van de kerken voor niet leden etc. Inmiddels een overvloed aan ruimtelijke voorzieningen, maar de hamvraag blijft hoe deze een rol kunnen vervullen in de bevordering van de sociale samenhang en leefbaarheid in buurten. Staan de voorzieningen wel op de juiste plek? Of is de plek op zich minder van belang als je de activiteiten dan maar kunt brengen waar de vraag ontstaat.

Maar goed, als we het over de wijkcentra hebben dan zijn die opgezet vanuit de gedachte dat in elke wijk een voorziening voor senioren moest komen. Dat stelt hen in de gelegenheid dicht bij huis deel te nemen aan



activiteiten of gewoon gezelligheid te zoeken onder het genot van bijvoorbeeld een kopje koffie. Maar er wordt steeds meer de aandacht gericht op levendige ontmoetingsruimten waar jong en oud elkaar kunnen ontmoeten en iets voor elkaar kunnen betekenen. Als je dat etiket op de wijkcentra plakt dan kun je de vraag stellen of dat op de daarvoor aangewezen plekken te realiseren is.

Tot nu toe vindt de discussie daarover grotendeels plaats op beleidsniveau van organisaties en gemeenten. Het komende jaar wil men het antwoord vinden op de dilemma's die zich nu in de ontwikkeling voordoen.

Het wordt tijd dat de senioren nu zelf in de discussie worden betrokken. Deze hele ontwikkeling is immers voor een belangrijk deel op gang gebracht voor de doelgroep senioren. U kunt van het seniorenplatform initiatieven verwachten om de discussie daarover met u in de wijkcentra aan te gaan.

Voelt u zich nu al geroepen ons te attenderen op belangrijke aspecten voor de verdere ontwikkeling van de wijkcentra dan houden we ons van harte aanbevolen! U kunt reageren via info@seniorenkrimpen.nl of bellen met onze secretaris Thom Bakker.



Samen aan de slag met de kunst van het ouder worden

Een impressie van de bijeenkomst over **'De kunst van het ouder worden'** op 30 september in De Vijverhoek.

Wat gebeurde er op de bijeenkomst?

Het was een ochtend praten over ouder worden, geleid door Anja Beek en Ada Bosma, preventiemedewerkers van Context, een organisatie die gespecialiseerd is in maatschappelijke adviezen. Het liep al snel gezellig vol en er werd gestart met het vertonen van drie scènes over personen die in hun leven de nodige tegenslagen kregen te verwerken. Zo dikwijls zegt men: die horen nu eenmaal bij het ouder worden. Maar een ieder gaat daar heel verschillend mee om.

Kijk eens met andere ogen

De deelnemers kregen van Anja de opdracht om eens met andere ogen te kijken naar wat er gebeurde. En dan vooral om te kijken hoe de hoofdpersonen omgingen met deze ingrijpende gebeurtenissen; hoe zij die inpasten in hun verdere leven.

Een van de deelnemers reageerde met: "Als ik had geweten dat het over zoveel droevige zaken ging was ik niet gekomen". De reactie van de begeleiders was: "Mooi dat u er toch bent en we daar met elkaar over kunnen praten!"

Het gaat er om dat je voor ogen houdt wat je nog **wel** kan en dat je niet blijft stilstaan bij wat niet meer gaat; er is altijd wel nog iets waar je wat mee kunt. Dat opende een levendige discussie.

Een nieuw evenwicht en besluitvaardigheid

Er werd gesproken over het vinden van een nieuwe balans en over goed voor jezelf zorgen. Wees tevreden met jezelf en accepteer dat er ook dingen niet (meer) haalbaar zijn. Maar vooral: geloof in jezelf! Het is goed als je voor jezelf blijft opkomen. We zijn

geen twintig meer en dus denken en beslissen we heel anders dan toen. We weten meer en hebben veel levenservaring opgedaan. Die gaat niet verloren als wij er niet meer zijn. We geven die door aan de volgende generatie!

Onderlinge uitwisseling en nieuwe contacten

Zo te zien had iedereen het naar zijn zin en men raakte ook met elkaar in gesprek.

Met positieve gedachten en vooremens ging ieder weer naar huis. Door de open sfeer heeft een groot deel van de aanwezigen hun visie naar voren kunnen brengen en leerden de deelnemers ook van elkaar. Het Seniorenplatform en de sector Samenleving hadden samen de schouders gezet onder de organisatie. Ook dat is voor herhaling vatbaar.

Het lid van het Seniorenplatform met de meeste senioriteit geeft zijn visie op het thema!

De kunst van het ouder worden...

Nu, denkt u, ouder worden is toch geen kunst, het is iets dat je overkomt. Dat is inderdaad juist als je niet hebt geleerd je leven in eigen hand te nemen. Het hele leven overkomt je immers, maar door opvoeding, school, je werk, vrienden en omgeving bepaal je voor een belangrijk deel zelf, wat je van dat leven maakt.

Waarom zou je dat niet doen bij het ouder worden?

OK! Natuurlijk is het van belang dat je nog een beetje kunt bewegen en denken, financieel niet in de goot ligt en niet teveel kennissen hebt, die het zoveel beter doen. Maar ook dan kan je zoeken naar lichtpuntjes. Dat kan al door daar gewoon eens over na te denken. Waarom gaat het sommigen beter af dan anderen, met plezier oud te worden? Bij die groep wil je toch horen?

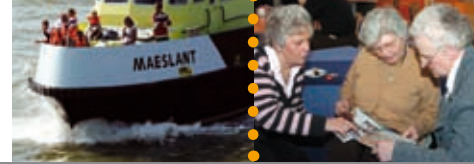
Waarom ervaren velen het ouder worden als negatief? Ja hallo! De ommekeer van een werkzaam leven in ledigheid is echt een soort amputatie! Ook al lijkt het eerst leuk. Velen vallen in een gat en dat lijkt alsmaar dieper te worden, door de manier waarop de maatschappij met je omgaat en je betuttelt.

Nou en? Wat deed u toen u jonger was en in een dergelijke situatie terecht kwam? Want toen gebeurde dat ook, dat vallen in diepe gaten en zo. Door daar wat aan te doen veranderde u zelf de situatie en klom uit de put. Als u dat niet had gedaan zou u al vroeg oud zijn geworden.

Waarom zou u die mogelijkheid laten liggen iets aan een minder plezierige kant van het ouder worden te doen? Je hoeft het alleen maar te willen. Nu ja, niet helemaal waar, soms heb je een ladder nodig om uit de put te kruipen. Maar dat besef is gelijk de eerste aanpak: zoek iemand met een ladder!

Prettig ouder worden hebt u dus mede zelf in de hand. Zet bijvoorbeeld alle onplezierige kanten van het ouder worden die u ervaart eens op een rij en kort dan de lijst in, door die zaken er uit te halen, die u echt niet zelf kunt veranderen. Wat op de lijst overblijft, moet u verdelen in zaken die u zelf kunt aanpakken en zaken waarbij u wat hulp kunt gebruiken. Dit is een eerste stap naar een wat vrolijker verder leven.

Over die lijst en dat aanpakken moet u eens gaan nadenken, ik denk dat u gelijk aan de slag kunt. Ouder worden is inderdaad een kunst, maar wel een die je kunt leren. Daar moeten we het een volgende keer eens over hebben.



Wijkschouw Oud Krimpen



blijkbaar iets gevonden

Op 16 september 2008 verzamelde zich weer een twintigtal mensen in het gebouw 'De Deining' om kritisch te gaan kijken naar de begaanbaarheid van twee verschillende routes richting de 'Crimpenhof'.

Zoals bij de vorige wijkschouwen waren de Dienst Openbare Werken, de sector Samenleving van de gemeente, vertegenwoordigers van het Seniorenplatform en andere kritische bewoners aanwezig. In elke groep reed ook een scootmobiel mee. Die ondervinden vaak moeilijkheden die je als wandelaar niet opmerkt.

Ook liepen er nog twee kleine viervoeters mee, maar voor hen staat een boom nooit in de weg en hun bijdrage was dus meer voor de gezelligheid.

Waar wordt zoal naar gekeken?

Trottoirverzakkingen en opgedrukte tegels door boomwortels, op- en afritten voor scootmobielen en rolstoelen, verlichting, storend overhangend groen en zitbankjes. Verder alles wat mogelijk problemen voor de begaanbaarheid en veiligheid kan opleveren.

Het merendeel van de opmerkingen heeft wel te maken met de bestrating.



bankje op scherp

Op- en afritten voor scootmobielers zijn vaak wel aanwezig, maar de plaatsing is soms niet erg handig. Zo vonden we in de Noorderstraat een op- en afrit direct achter het vluchtheuveltje (zie foto); een uitstekende hindernis in slalomwedstrijden voor scootmobielen. Bij Waardzicht staan 3 metalen bankjes die, zo bleek, bijna geheel doorgerot waren. Het plezierige is dat DOW erbij aanwezig was en ter plaatse besloot de bankjes te vervangen.



slalom hindernis

Natuurlijk kan niet alles direct worden verholpen maar deze efficiënte manier van wijkschouwen levert in ieder geval een prima bijdrage aan de leefbaarheid in Krimpen aan den IJssel.

Fitness, niets voor mij...

Fitness is niets voor mij, zult u zeggen, nou dat is misschien ook wel zo. Al die zweetende jonge mensen om je heen, je kent niemand, dus wat moet je. Wat kost het eigenlijk? Vanmiddag even langs gaan, zal je zien, te duur. Dat is dan gelijk een goeie smoes om niet te gaan.

Het duurde eigenlijk wel even voordat ik het aandurfde naar binnen te gaan, maar ik kreeg een duwtje in de rug. Toen ik 's morgens mijn sokken wilde pakken, moest ik drie maal bukken om er één keer bij te kunnen. Da's te gek, ik ben helemaal niet zwaar en best beweeglijk, maar toch? De spiegel hielp ook al niet, waar was mijn schouderpartij gebleven, zorgvuldig opgebouwd met jaren tennissen? Allemaal naar onderen gezakt...

Maar eens gaan kijken en praten met mensen van een Fitness center. Interessante instrumenten en best veel ouderen. Wat mij opviel is dat je niet als groep wordt getraind, maar individueel, dat spreekt me wel aan; hoef ik niet te concurreren met anderen! Ik zie wat senioren geweldig plezier met elkaar maken, dat kan dus ook, je wordt niet opgedreven.

Uit de ontvangen informatie blijkt, dat er speciale arrangementen zijn voor ouderen, met een aantrekkelijk tarief. Er zijn er verschillende, maar mij trekt er een aan gebaseerd op 52 sessies. Dus elke week een keer of als dat niet kan door vakantie of zo, dan haal je dat in als dat wel kan, je vult het zelf in. Niemand kijkt ook hoe lang je blijft, al is het 3 uur...

Beste mensen, het is 12.5 jaar geleden dat ik zo dacht en al die tijd zitten mijn vrouw en ik bij dezelfde fitness school. Er is een hechte band ontstaan en we kennen een hoop mensen. Zo nu en dan gaan we met een aantal ergens gezamenlijk eten en soms loopt het qua uren wat uit de hand omdat we nog willen nagenieten met een kop koffie of iets dergelijks.

En m'n schouderpartij is weer helemaal terug op zijn plaats, 12.5 jaar lang hetzelfde gewicht en m'n sokken? Daar hoef ik mij geen zorgen over te maken, die pak ik nu staande van de grond...

Wanneer zie ik U?

De nestor van het Seniorenplatform



Eerste paal BloemRijk geslagen!



Maandag 6 oktober werd de eerste paal geslagen voor de nieuwbouw van BloemRijk. Deze officiële daad werd verricht door Willem Groeneveld, één van de toekomstige bewoners, met assistentie van wethouder Jaap Blankenberg en de directeur van QuaWonen, Kees Karsten.

'Buurtgedachte' belangrijke factor in nieuwbouwproject

Het nieuwbouwproject is een bijzonder project waar een solide 'buurtgedachte' een belangrijke rol zal gaan spelen. In de eerste fase van dit project worden 66 huurwoningen en 5 koopwoningen door de BAM gebouwd. Uiteindelijk zal het hele project bestaan uit 145 huurwoningen van Qua Wonen en 73 koopwoningen van de BAM.

BloemRijk is de naam van het project en de wijk, een naam die werd gekozen door de eerste toekomstige bewoners. Het idee achter de buurtgedachte is om met en door de bewoners een levendige nieuwe wijk in te richten waar men met elkaar een levensloopbestendige wijk kan realiseren.

Elkaar bijstaan in buurt met mix van bewoners

De komende bewoners hebben daartoe een groot aantal uitspraken en gedachten opgeschreven over hun nieuwe buurt. Zij zijn ondermeer van plan sociale taken op zich te nemen om hun buurt leefbaar, groen, schoon en veilig te houden en daar waar nodig en mogelijk elkaar bij te staan. QuaWonen heeft bij het toewijzen van de

woningen bewust gestreefd naar een goede mix van huurders in diverse leeftijdsklassen. Uiteraard is de toekomstige huurders nadrukkelijk gevraagd of zij zich herkennen in de buurtgedachte van BloemRijk.

Elkaar leren kennen als nieuwe burens

De 25 terugkerende bewoners hebben elkaar al een aantal keren over de buurtgedachte gesproken. Vanaf deze maand zullen ook de nieuwe huurders bij deze groep aanschuiven om informatie te delen, gedachten over leefbaarheid verder uit te werken en elkaar te leren kennen.

Een projectgroep waarvan de initiatiefnemers van het project, QuaWonen en Zorgberaad Midden-Holland, deel uitmaken ondersteunen en faciliteren de bewoners waar mogelijk.

BloemRijk wordt financieel mogelijk gemaakt door de Gemeente, QuaWonen, de SEV, Stadsregio Rotterdam en de ministeries van VWS en VROM.



Krimpen en het nieuwe vervoersplan 2009

Zoals u wellicht weet heeft een gezamenlijke inspanning van Seniorenplatform en de gemeente geleid tot een rechtstreekse busverbinding van het busstation in Krimpen naar het IJssel-land ziekenhuis en Station Alexander v.v. Deze lijndienst met nr. 37 gaat volgens het vervoersplan van de Stadsregio Rotterdam 14 december a.s. voor een jaar in.

Nieuw vervoersplan 2009

Een vervoersplan ontstaat uit wensen en eisen in het openbaar vervoer van de bij de Stadsregio Rotterdam aangesloten gemeenten, dat vervolgens aan vervoersmaatschappijen wordt aangeboden als basis voor hun aanbieding. Gaat het daarbij doorgaans over 2 of 3 aanbieders, dit jaar haakten Connexion en Arriva af. In plaats daarvan

meldde zich een nieuwe busonderneming met de naam "Qbuzz".

Qbuzz in plaats van Connexion

Qbuzz zal de bestaande buslijnen zoals 97 en 98 met ingang van dezelfde datum van Connexion overnemen. Deze lijndiensten tussen Krimpen en Capelsebrug vormen de drukste verbinding binnen de gehele concessie. De juiste



tijden zijn ons nog niet bekend, maar door een 5-minutendienst in de spits is het voor de reiziger niet meer nodig naar de dienstregeling te kijken of zich te haasten, immers binnen een paar minuten staat de volgende bus al voor zijn neus. Bus 96 van Capelsebrug naar de Stormpolder en naar de waterbus richting Rotterdam of Dordrecht valt hier ook onder en gaat elk half uur rijden, echter alleen tijdens de spits.

RET wordt actief in Krimpen aan den IJssel

Nieuw voor Krimpen is dat de RET buslijn 37 gaat exploiteren. Wij hopen dat dit een goede stap is in de richting van grotere betrokkenheid van Rotterdam bij het OV wel en wee in onze gemeente. Hier melden wij de

bijzonderheden van buslijn 37, die van maandag t/m vrijdag tot 19.00 in een halfuursdienst zal rijden. Na 19.00 is er 1 rit van Krimpen naar station Alexander en zijn er 2 ritten terug:

Station Rotterdam Alexander: eerste/laatste vertrek:

maandag t/m vrijdag 07.05/19.22

Station Rotterdam Alexander: eerste/laatste aankomst:

maandag t/m vrijdag 07.00/20.08

Gedurende de vakantieperioden gelden de gebruikelijke tijden/frequenties.

Vanaf Krimpen en Algerabrug volgt bus 37: Ketensedijk-Slotlaan-Rembrandtsingel-Meeuwensingel-Kerklaan-

Rivierweg-Schenkelsedreef-IJsselland Ziekenhuis-Rietkerkweg-M. Angelostraat-Berlagestraat-Eversstraat-Alexanderlaan-Station Alexander.

De Stadsregio Rotterdam heeft hiermede het belang van de senioren van Krimpen in de genoemde rechtstreekse verbindingen onderkend en haar verantwoording genomen. Het succes en daarmee ook de continuïteit van deze nieuwe busdienst ligt nu mede in handen van onze burgers.

Gebruik dus buslijn 37 zoveel mogelijk, alleen dan kan Krimpen deze buslijn behouden.

Goede reis!

Voel je fit met 30 minuten bewegen in het fitnesscentrum

Dit is een aanbod voor iedereen die wil starten met (meer) bewegen bij een fitnesscentrum en dat door middel van een introductieprogramma wil uitproberen. Landelijk doen meer dan 400 fitnesscentra aan de actie mee.

Wat is 'Voel je fit met 30minutenbewegen'?

'Voel je fit met 30minutenbewegen' is een landelijke actie van de campagne 30minutenbewegen. Na een introductie kun je vier weken lang kennismaken met fitness voor slechts € 25,00. Dat houdt in: twee keer in de week werken aan je conditie en ervaren hoe ontspannend en leuk fitness is. Na afloop ontvang je ook een gratis StartFitKit met leuke aanschouwelijke instructieboekjes en kortingsbonnen.

Waar?

Via de website 30minutenbewegen.nl kun je direct een aanmeldingsformulier opsturen. Het centrum van je keuze neemt contact met je op, maar je kunt ook zelf alvast een kijkje nemen.

In Krimpen aan den IJssel doet het centrum My Move mee aan de actie. My move is gevestigd op de IJsseldijk 357-B. Telefoonnummer 0180-580522. Zie www.mymove.nl.

Wanneer loopt de actie?

Van de eerste week oktober t/m eind december 2008. Je kunt elk moment van start gaan tot ongeveer begin december. De actie eindigt met oudjaar.

Waar kan ik nog meer aan fitness doen in Krimpen aan den IJssel?

In Krimpen aan den IJssel kun je ook meedoen aan fitness bij Tingenijsel, Krimpenerbosweg 4, tel. 0180-522011. Zie www.tingenijssel.nl. Tingenijsel heeft een speciaal aanbod voor 50 plussers, ook groepslessen. Verder kun je terecht bij Fitness Centre First Class aan de Binnenweg 3-A, tel. 0180-518212, ook dit centrum heeft een speciaal aanbod voor 50+. www.firstclassfitness.nl Voor aerobics, poweryoga, Fitplus en andere groepslessen kun je ook



terecht bij KDO, de vereniging, die ook gymnastieklessen geeft. Zie www.kdokrimpen.nl. Daar zijn geen toestellen, maar er is wel een speciaal aanbod voor senioren. Bij Bewegings- en Zonnebankcentrum Krimpenerwaard aan de Cascade 73, tel. 0180-514397 kun je terecht voor fitness, maar ook voor slendieren en trilplaten. Zie www.beweegenzon.nl. Fysiotherapie Lek en IJssel aan de IJsseldijk 198, tel. 0180-593435 geeft cursussen Nordic Walking en Sportief Wandelen. Zie www.fysiotherapie-lek-ijssel.nl voor de werkwijze en opzet. Begeleiding op medische gronden is hun specialiteit.



Calamiteiten met drinkwater

Enkele maanden geleden was er een probleem met de drinkwaterkwaliteit en moest het voor consumptie 3 minuten worden gekookt. De berichtgeving ging toen via een mailing.

Een mailing wordt vaak helemaal niet of pas heel laat ontdekt en dan heeft haast iedereen al water gedronken. Omdat een calamiteit met drinkwater een ernstige zaak is, vooral voor senioren en mensen met een zwakke gezondheid, heeft het Seniorenplatform gezocht naar een alternatief. Bijvoorbeeld het gebruik van de sirene. Dit is vooralsnog geen optie gebleken, maar nog niet van de baan. In Krimpen aan den IJssel zorgt de firma Oasen voor het drinkwater. Zij zijn benaderd met de volgende vragen:

Er blijken plannen te zijn bij calamiteiten informatie via sms te sturen, is dat juist?

“Het zijn al geen plannen meer; een dergelijk systeem is al operationeel sinds april. Op het moment dat wij kampen met een grote calamiteit dan gaan wij alle personen van wie we het mobiele en vaste telefoonnummer in onze database hebben een bericht sturen (sms bericht naar mobiel en gesproken bericht naar vaste telefonie) dat men het water moet koken of helemaal niet mag drinken in verband

met een bepaalde oorzaak. Vaak zal de calamiteit een **mogelijke** besmetting van het water met een bepaalde bacterie zijn (zoals ecoli) en moeten mensen het water 3 min. koken voor consumptie.

We doen dit alleen bij grote calamiteiten en dat houdt voor ons in dat het een groot gebied behelst en niet alleen maar een straat of een aantal straten want dan informeren we mensen gewoon via de rode kaarten. We willen ook niet voor elke kleine gebeurtenis dit middel gebruiken want dan gaat het ten koste van de impact die het kan maken. Dat zie je tegenwoordig bij de sirene: niemand die reageert als zo'n ding echt afgaat. Bovendien weet men dan niet direct waarom hij afgaat.”

Deze methode is efficiënter dan een mailing?

“Het is in alle opzichten efficiënter om tijdens een grote calamiteit mensen via sms en ingesproken berichten te bereiken, zeker omdat we beide manieren van telefonie inzetten. We bereiken de mensen die niet thuis zijn direct met informatie en ook de mensen die wel thuis zijn via hun vaste telefoon. Daarnaast moeten wij een hele organisatie op touw zetten en mensen optrommelen die deur aan deur langsgaan met een rode kaart. Dit blijven we overigens ook doen maar de druk is van de ketel met het gebruik van sms en ingesproken berichtgeving.”

Het is een goede zaak dat moderne communicatiemiddelen de bereikbaarheid verbeteren.



Website Seniorenplatform

Om u maximaal te blijven informeren is het Seniorenplatform ook op internet te vinden: www.seniorenkrimpen.nl. U kunt daar van alles vinden over het Seniorenplatform, zoals samenstelling, taakverdeling en notulen. Er is naar gestreefd

een duidelijke en inhoudelijke website te maken zonder al te veel toeters en bellen. Een website die niet regelmatig ververs wordt, verliest zijn waarde. Daarom krijgt het regelmatig onderhoud extra aandacht.

Nieuwsbrief ontvangen?

Wilt u de Nieuwsbrief blijvend ontvangen en staat u nog niet op de verzendlijst, neem dan contact op met het Seniorenplatform, telefoon: 0180-521072.

Colofon

Deze nieuwsbrief is een initiatief van de gemeente Krimpen aan den IJssel en het Seniorenplatform.

Redactie: namens het Seniorenplatform: Cinthus van Keulen, Leo Haas, Thom S. Bakker, Ger van der Kruijt
namens de gemeente: Leendert Vermeulen (bureau Communicatie), Janny Nieboer (Samenleving)

Ontwerp: Leendert Vermeulen (bureau Communicatie)

Foto's: Cinthus van Keulen, Thom S. Bakker, QuaWonen, Tjabel Kruihof

Opmaak en druk: Drukkerij Verloop, Alblasserdam