



Nieuwsbrief⁵⁵⁺

december 2009 - nummer 12

Gaande en komende vrouw bij het Seniorenplatform

In oktober jl. heeft **Miep Voogt** na een periode van ruim 3 jaar afscheid genomen van het Seniorenplatform. Sociaal bevlogen en bewogen heeft zij zich binnen het Seniorenplatform ingezet voor mensen die afhankelijk zijn van vervoersvoorzieningen. Vooral de knelpunten in het collectief vraaggericht vervoer en Valys hadden haar aandacht. Met taaie volharding heeft zij gepleit voor een laagdrempelige klachtenregeling, die inmiddels is gerealiseerd. De uitbreiding van vervoersmogelijkheden door vrijwilligers voor het bezoeken van ziekenhuizen in Rotterdam is mede door haar inzet tot stand gekomen. Van haar hand is ook het actuele overzicht van de vervoersmogelijkheden en inkomensondersteunende maatregelen op de website www.seniorenkrimpen.nl. Dienstverlening, bescheidenheid en gastvrijheid zijn kenmerkende eigenschappen, waarover Miep Voogt in ruime mate beschikt. Het Seniorenplatform is dankbaar voor de collegiale

samenwerking en wenst haar het beste voor de toekomst en hoopt haar nog veel te ontmoeten in de contacten met de achterban.

Als opvolger van Miep Voogt is **Riet Drost** aangetreden in het Seniorenplatform. Riet is zeker geen onbekende met het werk voor en met senioren. Bij de start van het project 'OuderenProof' werkte zij van harte mee aan het deelrapport 'wonen'.

Daarvoor was zij onder andere al betrokken bij de Vrouwen Advies Commissie (wonen), de Algemene Patiënten Vereniging en de Regionale Mantelzorg Organisatie.

Kortom: haar sociale betrokkenheid staat garant voor een actieve invulling van haar plek in het Seniorenplatform.

Daarenboven is Riet bijna een echte Krimpense want zij woont al sinds 1972 in deze gemeente. Een gemeente waar zij zich vanaf het begin geheel thuis heeft gevoeld.



Als thema voor haar werk heeft Riet gekozen voor de volgende zin: "Ik doe graag iets voor anderen en wil zo meehelpen dat senioren zo lang mogelijk zelfstandig en prettig kunnen wonen in onze gemeente."

In dit nummer

Gaande en komende vrouw bij het Seniorenplatform

Wat doet een klinisch geriater?

Belbus op nieuw adres

Seniorenadviseur Monique Holleman stelt zich voor

Jaarlijks gesprek met de wethouder

Oproep van een Krimpenaar

Testdag FitPlus goed ontvangen

Gedegen beleid leidt tot resultaten...



Miep Voogt en Riet Drost



Wat doet een klinisch geriater?

Geriatr de heer G. Ziere



In de vorige editie van de nieuwsbrief hebben we aandacht besteed aan de activiteiten in het Steunpunt van het Havenziekenhuis, dat is gevestigd in Woonzorgcentrum Tiendhove.

Een jaar geleden startte het Havenziekenhuis een spreekuur Geriatrie en Echografie. Inmiddels zijn er ook spreekuren voor Urologie, Cardiologie/Hartfalen, Diabetes/Interne Geneeskunde en Chirurgie/Borstkanker.

Op 24 september jl., precies een jaar na de opening, hield het Havenziekenhuis Open Dag in het Steunpunt. Aanleiding om aan Dr. G. Ziere, kli-

nisch geriater in het Steunpunt, eens te vragen wat een klinisch geriater precies doet.

Gericht op verouderingsproblematiek

Een klinisch geriater is een arts die gespecialiseerd is in onderzoek en behandeling van oudere mensen. Het betreft vaak kwetsbare mensen die door de huisarts of specialist naar de klinisch geriater zijn verwezen. Bij hen is sprake van meerdere aandoeningen en klachten die niet direct op één bepaalde ziekte wijzen, maar wel te maken hebben met het verouderingsproces.

Met de stijging van de leeftijd neemt uiteraard de sterftekans toe. Het aanpassingsvermogen van hart en longen om extra inspanningen of gezondheidsproblemen op te vangen kan aangetast zijn. Door allerlei omstandigheden kan men fysiek en psychisch sneller uit evenwicht raken. De kans op allerlei kwalen, ongemakken en ziektes neemt toe. Het gezichtsvermogen en het gehoor kunnen verminderen, voedingstekorten kunnen gemakkelijk ontstaan. Er kan sprake zijn van geheugenverlies. Kortom, meerdere aandoeningen kunnen zich gelijktijdig manifesteren. Het gaat dan vaak om een combinatie van lichamelijke, psychische of sociale problemen. Het kan ook voorkomen dat door een ziekenhuisopname het leven van de patiënt ontregeld is en als gevolg daarvan misschien ook van de partner.

Hoe gaat de geriater nu te werk?

Allereerst onderzoekt hij wat de hoofdklacht en bijkomende problemen zijn.

Hiervoor kan het nodig zijn dat bloed wordt geprikt, een longfoto en een hartfilmpje wordt gemaakt.

Daarnaast kan een bezoek aan een fysiotherapeut en de betrokkenheid van een maatschappelijk werker onderdeel zijn van het onderzoeksprogramma. Het totale medicijngebruik wordt in kaart gebracht.

Wanneer de problematiek goed in kaart is gebracht, wordt nagegaan welke behandeling het meest passend is.

Verder wordt bekeken of het wenselijk is het voedingspatroon en/of het gebruik van medicijnen aan te passen. Het gaat uiteindelijk om de vraag hoe de kwaliteit van leven kan worden verbeterd en wat er nodig is om een redelijk zelfstandig bestaan in stand te houden of te herwinnen.

Multidisciplinair

Het spreekt voor zich dat zo'n behandelplan alleen maar tot stand kan worden gebracht in goede afstemming met de overige zorgverleners rond de cliënt en de cliënt zelf. De klinisch geriater kan hierin naast de huisarts (die wel de uiteindelijke regie houdt) een belangrijke spilfunctie vervullen.

Doordat meerdere zorgverleners van het Havenziekenhuis spreekuur houden in het Steunpunt vinden de meeste onderzoeken die de geriater nodig acht gewoon in Krimpen plaats. Dat is wel zo plezierig voor de cliënt.

Ontstaansgeschiedenis

Aan het eind van de 19e eeuw kwam er steeds meer aandacht voor de studie naar ziekten die optreden op hogere leeftijd. De Franse arts Charbot was een belangrijke grondlegger van het ontstaan van het specialisme. Eerst kort na de tweede wereldoorlog ontstonden de eerste geriatrische afdelingen. In Nederland gebeurde dat in Zonnestraal in Hilversum in 1953. In 1983 werd het een erkend specialisme in Nederland en startten de eerste opleidingen tot klinisch geriater. Inmiddels wordt dit specialisme in 61 ziekenhuizen aangetroffen. Landelijk

zijn er circa 180 klinisch geriateren en zijn er ongeveer 80 in opleiding. Het is een vrij nieuw maar sterk groeiend specialisme. Het is ontstaan vanuit de Interne Geneeskunde. Deze ontwikkeling houdt verband met de toenemende aandacht voor de specifieke problemen van ouderen, hun zelfstandig functioneren en de psychosociale factoren, die een rol spelen in de gezondheidsbeleving. Al met al een welkome schakel in de zorgketen voor de Krimpense samenleving.

Belbus op nieuw adres

Vrijdagmiddag 11 september hees Rita Schoen van Woningbouw Corporatie Qua Wonen de vlag voor het nieuwe adres van de Belbus.

Omdat het pand aan de Rondweg werd gesloopt, moest de Belbus naar een nieuw onderkomen uitzien. Immers de telefoon moet worden aangenomen, de ritten gepland, de chauffeurs een wacht- en vertrekplaats hebben en het bestuur moet bijeen kunnen komen. Zo'n 65 vrijwilligers bemensen nu de Belbus en bedienen bijna 350 klanten voor ritten in de gemeente.

Dankzij alle medewerking van Qua Wonen kon snel een nieuw adres nl. Wielerbaan 12 worden betrokken. Niet nadat de vrijwilligers het pand hadden ingericht tot een fraai geheel. Veel belangstellenden waaronder ook veel klanten bezochten de opening.

Zie ook:

www.belbus-krimpen.nl





Seniorenadviseur Monique Holleman stelt zich voor

Ik ben Monique Holleman en vanaf 1 oktober in dienst bij het Meldpunt als seniorenadviseur voor de gemeente Krimpen aan den IJssel. Ik ben er voor alle inwoners van Krimpen aan den IJssel van 65 jaar en ouder, maar ook voor mensen met een chronische ziekte of een beperking. Zij kunnen bij mij terecht voor informatie en onafhankelijk advies op het gebied van wonen, welzijn, zorg en financiën. Ook hun omgeving (zoals kinderen, partner, andere familieleden, kennissen, huisartsen, maatschappelijk werk of overige hulpverleners) kan mij als seniorenadviseur raadplegen. Het uitgangspunt is dat alle inwoners van Krimpen zoveel mogelijk zelf de regie over het leven behouden.

Al vijf jaar actief

Ik ben ruim vijf jaar actief geweest als ouderenadviseur in de gemeente Dordrecht in de wijk Sterrenburg. Dit is vergelijkbaar met de functie van seniorenadviseur. In Dordrecht had ik een uitgebreid sociaal netwerk aan hulp-, zorg- en dienstverlenende instanties, waar ik nauw mee samenwerkte om de wijkbewoners goed van dienst te kunnen zijn. Ik ben op dit

moment dan ook veel kennismakingsgesprekken aan het voeren met de vele organisaties die Krimpen rijk is. Tijdens deze gesprekken komt vooral aan de orde hoe wij elkaar kunnen helpen en ondersteunen bij het vinden van een passend antwoord op de hulpvragen van de inwoners van Krimpen.

Preventief luisteren

Naast mijn functie als seniorenadviseur ben ik bezig met het opzetten van een project 'Preventief huisbezoek'. Dit is een project waarbij alle inwoners van de gemeente Krimpen aan den IJssel van 70, 75 en 80 jaar (daarna iedere twee jaar) gevraagd wordt of zij het op prijs stellen dat er een huisbezoek afgelegd wordt. Vragen over wonen, zorg en welzijn komen dan aan de orde. Deze huisbezoeken worden afgelegd door seniorenvoorlichters. Zij zijn speciaal opgeleide vrijwilligers die door mij ondersteund en begeleid gaan worden. Op dit moment ben ik vrijwilligers aan het werven die opgeleid willen worden tot seniorenvoorlichter. Het uiteindelijke doel van het project 'Preventief huisbezoek' is senioren vroegtijdig bereiken met informatie. De seniorenvoorlichters en ikzelf als

seniorenadviseur helpen de vragen en knelpunten oplossen die de vrijwilligers bij de huisbezoeken tegenkomen. Ik ben bereikbaar via het Meldpunt in het gezondheidscentrum op: Tel.: (0180) 51 75 90 of e-mail: mholleman@meldpunt-ck.nl.



Jaarlijks gesprek met de wethouder

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

Het platform zal de aandacht vooral richten op de voortgang van het project BloemRijk en de realisering van levensloopgeschikte woningen; de effecten van de verschuiving van formele naar informele zorg; en de versterking

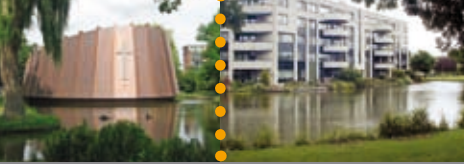
van de betrokkenheid van inwoners bij de zorg voor elkaar. Essentieel hierin zijn de vragen en behoeften van inwoners zelf.

Tevens wordt ook aandacht gegeven aan de rol die het Meldpunt hierin kan vervullen voor de Krimpense bevolking.

De gemeente zal het platform vragen een oordeel uit te brengen over voortgangsrapportage van de nota Volksgezondheid en het Wmo beleidsplan. Ook zal een mening worden gevraagd

over de uit te brengen Cultuurnota, het Wmo beleidsplan voor de periode vanaf 2011 en de bevordering van sociale cohesie en leefbaarheid.

Een lang geuite wens van het Seniorenplatform en het Wmo-beraad om een seniorenadviseur aan te stellen in het kader van het project omzien naar elkaar is inmiddels door de gemeente gehonoreerd.



Oproep van een Krimpenaar

Beste mensen van Krimpen!

In de situatie rond zorgverlening wil het kabinet burgers meer regie geven over hun eigen leven (zelf beslissingen nemen, maar daar ook verantwoordelijk voor zijn). Onze ouders wisten niet beter, maar gaandeweg is na de Tweede Wereldoorlog wat zorg betreft een cultuur ontstaan van zorg door anderen en in de watten gelegd worden. Door te veel inmenging van bovenaf is de zorg te ingewikkeld en onbetaalbaar geworden. Gevolg: als u straks in de watten wilt liggen, zult u daar zelf voor moeten zorgen.

U moet dit al gemerkt hebben. U kunt nu zelf uw ziektekostenverzekering kiezen en bepalen hoe die er uit moet zien.

Ook veranderingen in de hulpverlening (thuiszorg en vervoersregelingen) worden zichtbaar. Met dit alles wil het kabinet bereiken, dat de burger goed gaat nadenken over het omgaan met aanvragen voor zorg hulp. Moet die echt van een

zorginstelling komen of is een familielid of goede vriend daartoe bereid? Zo was het vroeger en zo wil het kabinet het nu opnieuw. Zij heeft hiervoor de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) ontworpen, die een groot beroep doet op de medewerking van vrijwillige zorg hulpverleners en burgers.

Met meer regie over uw leven krijgt u ook meer inspraak in deze ommekeer. Maar pas op, als u niets doet kunt u het niemand verwijten als voor u de zorg hulp een kant uitgaat die u niet wilt!

“Wat moet ik dan doen en waar moet ik beginnen?”, vraagt u zich af en dat is een goed begin.

Ons gemeentebestuur neemt in de Wmo de plaats in van het kabinet, maar moet dat doen met minder geld. Dat betekent dat zij andere keuzes moet maken dan wij gewend zijn.

Bij die keuzes worden professionele hulpverleningsorganisaties betrokken, naast belangengroepen uit inwoners, zoals ouderenbonden, Wmo-beraad en Seniorenplatform. Juist de belangengroepen zijn voor u een uitstekende weg om uw stem te laten horen.

Uw stem is het enige middel dat kan zorgen dat het proces van de regieoverdracht van overheidssturing naar burger-zelfregie zorgvuldig gebeurt, met zoveel mogelijk behoud van zaken die u belangrijk vindt.

Uw stem dus, daar draait het om. Als daarom uw mening wordt gevraagd op hetgeen u door gemeente, Seniorenplatform, ouderenbonden en Wmo-beraad wordt voorgelegd, **geef** dan ook uw mening. Als u wordt uitgenodigd voor een bijeenkomst, **kom** dan ook. Want op dat moment is uw stem, uw mening hard nodig!

Grijp die kans!

Test-dag FitPlus goed ontvangen



57 Deelnemers gaven acte de présence op de testdag in De Boog op zaterdag 28 november. Van deze 57 mensen die een fittest ondergingen, hebben zich op die dag al 26 mensen aangemeld voor deelname aan het beweegprogramma van 12 weken.

De wethouder Ankie Aeyelts Averink-Winsemius stak met bemoedigende woorden de deelnemers een hart onder de riem. FitPlus richt zich op 55-65 jarigen die weinig bewegen en een risico lopen gezondheidsklachten te ontwikkelen. Doel van Fitplus is een actievere leefstijl.

Het beweegprogramma van FitPlus wordt uitgevoerd in sporthal De Boog. Er zijn ook al bestaande groepen, waar mensen zich nog bij kunnen aansluiten. Zie de website van KDO: www.kdokrimpen.nl onder 'lesrooster'.



Gedegen beleid leidt tot resultaten...

Op 1 oktober jl. trad de seniorenadviseur in onze gemeente aan (zie elders in dit blad): een belangrijk moment in de uitvoering van het beleid gericht op senioren in onze gemeente.

Een moment ook om eens in grote lijnen stil te staan bij de consequente ontwikkeling van het ouderenbeleid in onze gemeente.

In 2003 introduceerde de provincie Zuid-Holland het begrip 'Ouderen-Proof'. Met de wetenschap dat het aandeel ouderen ten opzichte van de totale bevolking steeds verder toeneemt, groeide ook de noodzaak tot gemeentelijke voorzieningen die naadloos aansluiten bij de behoeften van die groep. Tevens gaven de bevolkingsgegevens aan dat onze gemeente een bovengemiddelde hoeveelheid ouderen binnen haar grenzen heeft en zal hebben.

De bestuurders waren zich bewust van het feit dat het beoordelen van de voorzieningen van achter een ambtelijk bureau een hoog theoretisch gehalte heeft. Daarom was er een traject ontwikkeld waarin de senioren zelf konden adviseren waar vernieuwingen en verbeteringen noodzakelijk waren om een antwoord te kunnen geven op

de vraag: "Is Krimpen aan den IJssel OuderenProof?"

In oktober 2004 gaf wethouder Ankie Ayelts Averink-Winsemius het start-signaal voor het hierboven genoemde project 'OuderenProof'.

Een jaar later presenteerden de 60 deelnemers het rapport van hun bevindingen met een 90-tal aanbevelingen. In dezelfde periode was door de gemeente een convenant in werking getreden met diverse partijen die zich in de gemeente bezig houden met zorg- en dienstverlening op het gebied van wonen, zorg en welzijn voor ouderen (onder meer Qua Wonen, Crimpenersteyn, Tiendhove, de Zeltingen e.a.) om meer samenhang te brengen in de ontwikkeling van beleid op deze terreinen. Gezamenlijk wordt in een projectorganisatie gewerkt aan de ontwikkeling en uitvoering van een programma woonzorgzoning voor de horizon tot 2015.

Met de aanstelling van de seniorenadviseur werd weer één van de adviezen van de projectgroep ingevuld. In het verlengde hiervan zal begin 2010 het huisbezoek bij senioren van 70-plus van start gaan.

In de afgelopen jaren zijn bijna alle ad-

viezen van de projectgroep 'Ouderen-Proof', mede dankzij een gedegen en consequent beleid van de wethouder, omgezet in acties.

In zeer willekeurige volgorde noemen wij hier: de instelling van het Seniorenplatform als adviesorgaan van B&W, de Belbus, de wijkschouwen, de opzet voor begeleiding en opvang van mantelzorgers, de inventarisatie van levensloop bestendige woningen, de nieuwbouw van Tiendhove, de nieuwsbrief voor senioren, etc.

Zo ziende is de conclusie te trekken dat inderdaad een consequent beleid met gebruikmaking van betrokken adviesinstanties tot resultaten leidt die er mogen zijn. Een compliment aan de verantwoordelijke wethouder is dan ook zeker op zijn plaats, zo meent het Seniorenplatform!

SENIOR⁵⁺
KRIMPEN AAN DEN IJSSEL

INFORMATIE:
WWW.SENIORENKRIMPEN.NL

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 verversst 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, Qua Wonen, Chris van Rijswijk, Thom S. Bakker, Michiel Groeneveld

Opmaak en druk: Drukkerij Verloop, Alblasserdam