



Nieuwsbrief⁵⁵⁺

december 2010 - nummer 15

Beste burgers van Krimpen aan den IJssel!

Het klinkt wat ambtelijk, maar hoe wilt u dan worden genoemd? Ingezetenen, inwoners? Als we iedereen op hetzelfde moment willen benaderen, moeten we toch een verzamelnaam gebruiken. De stadsomroepers van vroeger deden dit al: *boeren, burgers en buitenlui*!

Goed, dit gezegd hebbende gaan we over tot de orde van de dag. Of liever de orde van de eeuw. Want niet eerder meldden zich zoveel mensen op een oproep van het Seniorenplatform, zich te laten voorlichten en dat over één enkel onderwerp: de aansluiting van onze TV op de glasvezelkabel.

Meer dan 1000 burgers gaven zich op voor een van de negen voorlichtings-sessies. Dit hield in, dat er nog extra sessies moesten worden ingepland om alle geïnteresseerden te kunnen helpen aan een plaatsje. Een flinke job, want dit bleek alleen mogelijk door sommigen van u om te boeken naar andere data. Gelukkig vonden wij bij iedereen begrip en dat maakte het telefonische karwei wat lichter. Hartelijk dank voor uw medewerking!

We laten in het midden of al uw vragen over een nieuwe manier van TV kijken voldoende zijn beantwoord. Dat bleek overigens best lastig, immers, wat voor de een gesneden koek is, is voor de ander koeterwaals.

Terug naar uw geweldige opkomst. Als wij zo'n grote groep kunnen bereiken voor zoiets als TV-ontvangst, kunnen we dit dan ook voor andere zaken? En zo ja, zou u daar behoefte aan heb-



ben? Want er gaat veel veranderen in de manier waarop de overheid met ons zal omgaan. De Wet Maatschappelijke Ondersteuning heeft als doel burgers een grotere verantwoordelijkheid te geven, als iets niet naar wens loopt. Dat houdt in, dat u op een gegeven moment moet proberen een probleem eerst zelf op te lossen, voordat u daarvoor professionele hulp mag verwachten.

Elders in deze nieuwsbrief vindt u verslagen van de verschillende samenkomsten en voorbeelden van zaken die senioren aangaan, maar mooi fout kunnen lopen. Problemen die de overheid niet voor u zal oplossen.

Veel leesplezier.

In dit nummer

Beste burgers van Krimpen aan den IJssel!

De eerste paal zit erin!

"Wonen en zorg, vandaag en morgen"

U bent aan een hoorapparaat toe en dan...?

U moet aan een nieuwe TV en dan...?

Beweegprogramma Fitplus is succesvol gebleken

Informatiebijeenkomsten "Glasvezel", een korte terugblik...

Kunstuitleen in de Tuyter

Website voor 'Het Facet'



De eerste paal zit erin!



Op 23 november jl. is op feestelijke wijze de officiële eerste paal geslagen voor het nieuwe gezondheidscentrum aan de Groenendaal. Met het begin van de nieuwbouw komt het einde in zicht van het centrum aan de Meerkoetstraat, waar huisartsen en mensen van verschillende andere disciplines sinds 1974 de zogenoemde gezondheidszorg van de eerste lijn hebben verzorgd.

Centrum van dergelijke omvang uniek in Nederland

Tot de bouw van een nieuw gezondheidscentrum is besloten omdat het huidige centrum te klein werd. Toen het 36 jaar geleden in gebruik werd genomen, gold het centrum als een voorbeeld van vooruitstrevende samenwerking tussen artsen en andere huurders. En wat dat betreft is er niet veel veranderd. Want ook voor het nieuwe gezondheidscentrum geldt dat een centrum van een dergelijke omvang en met een dermate breed voorzieningenaanbod nog vrijwel uniek is in Nederland. Het huidige centrum meet 2000 m², het nieuwe biedt zijn toekomstige huurders 6000 m² ruimte. Naast degenen die van oudsher gebruik maken van het gezondheidscentrum, zullen straks een apotheek, een polikliniek van het IJsselland Ziekenhuis, verscheidene fysiotherapeuten, verloskundigen, een diëtiste en het Centrum voor Jeugd en Gezin er hun intrek nemen.

Multifunctioneel centrum

Door het uitgebreide voorzieningenaanbod wordt het gezondheidscentrum meer dan ooit een multifunctioneel centrum. Waar een gevarieerde schare gezondheidszorgers zich bezighoudt met ziek zijn en beter worden, algehele behandelingen, preventie

m.b.t. leefwijze, voeding, beweging etc. Het terrein aan de Groenendaal is inmiddels bouwrijp, de aanbesteding van het nieuwe gezondheidscentrum is achter de rug en alle noodzakelijke vergunningen zijn door de gemeente Krimpen aan den IJssel verstrekt. Het drie verdiepingen tellende gebouw dat over ruim een jaar voltooid zal zijn, wordt opgetrokken in opdracht van de Stichting Gezondheidscentrum Krimpen. Mocht het nodig zijn, dan is het gebouw nog uit te breiden met een vierde etage. Het gezondheidscentrum is ontworpen door architect ir. Herre Plantinga van Bonnemayer Architecten, in nauwe samenspraak met de stedenbouwkundige ir. Reinier Stuffers. Zij hebben gekozen voor een strakke architectuur en kleurstelling.

Duurzaam bouwen

Het gebouw is duurzaam, zowel voor wat betreft het energiegebruik als in het gebruik. Het complex, 70 x 30 meter groot, beschikt over een rustgevend atrium waarin het daglicht ongehinderd binnenvalt, vanaf het dak tot de begane grond. Vloerverwarming en koeling, toegepast door thermische uitwisseling naar ondergrondse aardlagen op 200 meter onder het maaiveld, zullen voor een aangenaam klimaat zorgen. Bij de keuze van de locatie van het nieuwe gebouw is erop gelet dat het in het centrum van Krimpen ligt, op het raakpunt van de dwars door de gemeente lopende groenstrook met voet- en fietspaden. Mede door bushaltes op de Nieuwe Tiendweg en de Groenendaal is een goede bereikbaarheid van het centrum gegarandeerd. Een eigen parkeerterrein biedt bezoekers die met de auto komen 175 plaatsen om hun voertuig te parkeren tussen bomen en beplanting.



“Wonen en zorg, vandaag en morgen”

Grote belangstelling voor de themamiddag “wonen en zorg, vandaag en morgen”.

Op de aankondiging van het Seniorenplatform van de themamiddag ‘wonen en zorg, vandaag en morgen’ reageerden meer dan 300 senioren.

De bijeenkomst van 24 november jl. kon door maximaal 160 deelnemers worden bijgewoond.

Om zo min mogelijk mensen te moeten teleurstellen werd er nog een tweede bijeenkomst belegd over hetzelfde thema op donderdagmiddag 2 december. Dit hield ook in dat ruim 160 senioren moesten worden gebeld met het verzoek de bijeenkomst op 2 december te bezoeken.

Tijdens de eerste bijeenkomst troffen de 6 inleiders een betrokken publiek. Kennelijk leven de vragen omtrent wonen op latere leeftijd en het ontvangen van zorg, nadrukkelijk.

Na een korte inleiding door de voorzitter van het Seniorenplatform, waarin de belangrijkste trends in de ouderenzorg werden aangegeven, volgde nog een 5-tal korte voordrachten. Aan het woord kwamen de locatiemanager van Tiendhove, de regiomanager van



QuaWonen, de directeur van RaboMakelaardij, notaris Zwaveling en de seniorenadviseur van de Rabobank.

Levensloopbestendige woningen

Belangrijke facetten van het meerjarigenprogramma Woonzorgzonerings kwamen aan de orde. ‘Het Facet’ aan de Nieuwe Tiendweg en het project “De Nieuwe Vaart’ aan de Rondweg/Middenwetering vormen het hart van de ontwikkeling van een woonzorgzone voor onder meer de wijken Kortland en Oud Krimpen. Uitgelegd en toegelicht werd welke kansen de ontwikkeling van levensloopgeschikte woningen biedt aan senioren om ook bij toenemende zorgvraag en/of afnemende mobiliteit zelfstandig te kunnen blijven wonen in een vertrouwde

omgeving. En dat, juist met het oog daarop, het goed is dat het verzorgingshuis oude stijl verdwijnt. Aandacht werd ook besteed aan de vraag wat de verkoopmogelijkheden van een eigen huis zijn, wat de zorg thuis voor iemand persoonlijk kan betekenen en wat aandachtspunten zijn rond erven en schenken. Ook werd er volop gebruik gemaakt van de gele-



genheid vragen te stellen. Al met al een geanimeerde bijeenkomst. Zowel voor de aanvang van het programma als in de pauze en na afloop konden de deelnemers nog meer informatie verkrijgen bij medewerkers van Zorggroep Rijnmond, QuaWonen, RaboMakelaardij, de seniorenadviseur van de Rabobank en notaris Zwaveling. Ook hier werd intensief gebruik van gemaakt.

Diverse deelnemers spraken hun waardering uit voor het brede pakket aan concrete informatie dat zij die middag hadden gekregen.



U bent aan een hoorapparaat toe en dan...?

Bij sociaal isolement als probleem denkt men al gauw aan iets dat leeftijdgebonden is. Maar is dat zo? Ook een gebrek aan een van de zintuigen kan daartoe leiden.

Het gehoor bijvoorbeeld kan wat sociaal isolement betreft een boosdoener zijn. Iemand die doof wordt loopt het risico zich geleidelijk uit de samenleving terug te trekken. Daarin schuilt gevaar van sociaal isolement. Gelukkig kan dit isolement met succes worden bestreden of voorkomen door vroegtijdige aanschaf van een hoorapparaat. Vroegtijdig houdt in een afname van 35 decibel van uw beste oor, iets dat de leverancier van een hoorapparaat eenvoudig kan vaststellen. Vanaf 35 decibel komt u ook in aanmerking voor een vergoeding door uw verzekeringsmaatschappij. Decibel (db) is een maat voor geluidsterkte, zoals km een maat voor snelheid is. In het dagelijkse leven zult u met een verlies van 35db nog niet zoveel last van doofheid hebben.

Als u zich bij de leverancier (audicien) meldt voor een hoortest wordt uw gehoorverlies bepaald. Is dit hoger dan 35db dan wordt aangeraden een uitge-

breide test te ondergaan. Op basis van de uitgebreide test bepaalt de audicien dan, welk hoorapparaat voor u het beste is. U kunt daarbij kiezen uit verschillende apparaten, oplopend van ca. € 500 tot wel € 2500 per apparaat. De basisverzekering vergoedt € 500 bij een eerste aanschaf. Hoorapparaten vallen ook onder het verplicht eigen risico.

U mag het hoorapparaat twee maanden gratis uitproberen en teruggeven als dit niet bevalt. In die periode bezoekt u de audicien 4-5 maal om het toestel naar wens af te laten stellen. Pas na 4 - 6 weken hebt u enig idee of dit toestel echt bevalt. Gaat u dan voor een ander toestel dan krijgt u opnieuw twee maanden de tijd het toestel uit te proberen. Het kan dus maanden duren voordat u tot aanschaf overgaat. Dit vergt veel geduld, maar uiteindelijk moet het resultaat naar uw zin zijn. Uw inbreng bij het afstellen van het hoorapparaat tijdens de proefperiode is van doorslaggevend belang. Om aan het geluid te wennen, is het belangrijk dat u het toestel vaak draagt. Daar gaat het nogal eens mis. Juist in het begin kunt u het hoorapparaat als irritant ervaren omdat het geluid 'anders' klinkt

en niet natuurlijk overkomt. Het komt nogal eens voor dat het hoorapparaat dan steeds minder wordt gedragen, mogelijk zelfs nooit meer. Dit terwijl u het toestel in het begin juist vaak moet dragen, om zo aan het geluid te wennen. Het blijkt ook erg lastig uw ervaringen tijdens het afstellen aan de audicien over te brengen. Het is daarom belangrijk uw ervaringen dagelijks op te schrijven, zodat u terug bij de audicien zeker weet niets te vergeten.

Zoals gezegd gebeurt de afstelling van het hoorapparaat op basis van de ervaringen van de klant. Test het hoorapparaat onder alle voor u geldende omstandigheden uit, zoals thuis met en zonder bezoek, radio en TV aan, bij vergaderingen en in een theater. Een goede afstelling van het hoorapparaat is zo belangrijk, dat u geen genoegen moet nemen met een resultaat dat u niet bevalt. Daarin moet ook het draagcomfort worden betrokken, direct na aan/inbrengen merkt u weinig of niets van het apparaat, uren later kan dit anders zijn.

De KNO-arts is nodig voor een laatste check en verwijsbriefje voor de zorgverzekeraar. Vraag uw huisarts welke KNO-arts u moet nemen, of kijk op www.zorgkaartnederland.nl. Hier kunt u, naast alle KNO-artsen, ook meningen en ervaringen van anderen over deze arts vinden.

Ten slotte: u krijgt bij het voordeligste apparaat wel het aankoopbedrag terug, maar als u nog tot €170 (2011) aan eigen risico schuldig bent (bijvoorbeeld aan het begin van het jaar of indien u geen medicijnen gebruikt), dan wordt dit bedrag aan eigen risico van uw rekening gehaald. Houdt verder rekening met ca. € 40 per jaar per hoorapparaat voor niet vergoede batterijen, oorsmeerfilters en verzekering.



U moet aan een nieuwe TV en dan...?

Als uw TV niet meer voldoet zult u een nieuwe willen aanschaffen. Met de nieuwe ontvangst- mogelijkheden zou dat best, de kosten ten spijt, veel voldoening kunnen schenken. Het beeld van een nieuw TV-toestel is aanzienlijk beter dan de meesten van ons gewend zijn.

Onze TV moet bij voorkeur plat, groter, beter en voordeliger zijn. Dat is bijna onmogelijk. Soms lijkt alles haalbaar maar schuilt er een adder onder het gras, dus pas op! Als een TV-toestel even groot en mooi van beeld is, maar de helft goedkoper, vraag uzelf dan af hoe dat kan. Het kan geen kwaad als u vooraf een lijstje maakt van uw wensen, dat is handig in de winkel.

Tip 1: uw nieuwe apparaat moet natuurlijk zoveel mogelijk geschikt zijn voor de ontvangst van kanalen via de glasvezelkabel. Kies minimaal voor

digitale- en volledige HD (high definition) ontvangst. Laat u goed voorlichten door de verkoper.

Tip 2: de platte TV's hebben meestal luidsprekers die opzij of achterwaarts gericht zijn. Het geluid kan dan nogal slecht zijn en de spraak – vooral voor senioren – slecht verstaanbaar. Laat u voorlichten over de wijze waarop dit kan worden verholpen. Dit kan bijvoorbeeld door aansluiting van de TV op bijv. een stereoinstallatie die u al hebt, met luidsprekers die naar voren zijn gericht.

Tip 3: de afstandsbediening kan een bron van ergernis zijn. De TV lijkt wat instellingen betreft, steeds meer op een computer. Echter als u kiest voor glasvezelontvangst, krijgt u een bijbehorende afstandsbediening. Deze afstandsbediening lijkt wat makkelijker in gebruik.



Tip 4: de op een computer gelijkende bediening van uw nieuwe TV is eerder lastig dan moeilijk. Als u iets aan de instellingen wilt wijzigen, moet u met veel kleine stapjes door de menu's op uw scherm gaan. Elke stap moet dan worden bevestigd. Mogelijk hebben de dure TV's daar een oplossing voor. Probeer dit in de winkel uit. Dat bespaart u teleurstelling later.

Tip 5: eis van de leverancier dat hij alle door u gewenste instellingen en installatie, eventueel met inbegrip van aansluiting op andere apparaten, bij de aflevering bij u thuis in orde maakt. De redactie (gemeente en Seniorenplatform) hoopt, dat u met deze tips tot een meer geslaagde aankoop komt.

Beweegprogramma Fitplus is succesvol gebleken

Fitplus is een sportstimuleringsprogramma voor mensen in de leeftijd van 55 – 65 jaar die niet of weinig sporten. De doelstelling is in een ontspannen en gezellige sfeer samen met leeftijdsgenoten te werken aan een actieve leefstijl. Deelnemers kunnen kennismaken met verschillende takken van sport op een manier die rekening houdt met hun conditie en beweegmogelijkheden.

Het beweegprogramma is nu drie keer uitgevoerd. Bij de derde keer werd weer gestart met een fitheidstest op 30 oktober jl. Zestig mensen hebben aan de test meegedaan. Vervolgens hebben 36 mensen zich opgegeven voor het introductieprogramma “be-

wegen” dat 12 weken duurt. Mochten de deelnemers na deze 12 weken besluiten door te willen gaan met sporten, dan kunnen zij nog eens 30 weken het vervolgprogramma volgen. Na anderhalf jaar wordt het programma afgesloten met een tweede en afsluitende fitheidstest.

Het project richtte zich elk jaar op een andere wijk in Krimpen. Alle mensen in de leeftijd 55-65 zijn inmiddels persoonlijk via een brief benaderd om mee te doen met het programma.. Nu alle wijken aan bod zijn geweest, bekijkt de gemeente hoe zij de komende jaren aandacht wil schenken aan bewegen bij senioren.

Gezien het percentage deelnemers dat



zich heeft aangemeld voor het introductieprogramma van 12 weken, kan men stellen dat het programma Fitplus een succes is geworden.



Informatiebijeenkomsten "Glasvezel", een korte terugblik...

Op 6, 7 en 20 oktober heeft het Seniorenplatform elke dag drie informatiebijeenkomsten georganiseerd over de komst van het nieuwe glasvezelnetwerk. De opkomst was overweldigend, iedere bijeenkomst waren er zo'n honderd tot honderdvijftig senioren aanwezig. De koffie en cake gingen er voortreffelijk in en de aandacht tijdens de voorlichting was groot. Vooral de soms zeer indringende vragen van de senioren maakten het Caiway niet makkelijk. Na afloop bleek uit diverse reacties dat we ook veel van elkaars vragen leerden.

Kortom met de speciale nieuwsbrief, die begin september aan u allen is verzonden en de in totaal negen voorlichtingsbijeenkomsten meent het Seniorenplatform u zo goed mogelijk te hebben laten informeren over de consequenties van de overdracht van de dienstverlening van de stichting Kabeltelevisie aan Caiway. Op de site van Caiway: www.caiwayglasvezel.nl zijn de antwoorden op de meest gestelde vragen terug te vinden.

Pas op bij gebruik van een persoonsalarmeringssysteem!

Duidelijk werd dat, als u nu aangesloten bent op een persoonsalarmeringssysteem, Caiway adviseert uw huidige KPN telefoonlijn aan te houden, omdat de meeste zorgalarmeringssystemen gebruik maken van analoge signalen.

Pas op bij aankoop van een nieuwe TV
Wij verwijzen u voor dit onderwerp naar een speciaal artikel elders in deze nieuwsbrief.

Heeft u nog specifieke vragen dan is de Caiway shop in het winkelcentrum of een van de TV-zaken in de gemeente de aangewezen plek om nadere informatie te verkrijgen.

Mocht u er absoluut niet uitkomen, bijvoorbeeld omdat u geheel niet uit de voeten kunt, of er financieel op stuk loopt, zend dan een kort briefje naar het Seniorenplatform, Postbus 311, 2920 AH Krimpen aan den IJssel. Wij zullen dan graag proberen samen met de exploitanten van het glasvezelnetwerk een oplossing voor uw speciale en bijzondere situatie te vinden.

Wat heeft glasvezel senioren in Krimpen te bieden?

 **caiway** doet het



De Caiway Shop in de Crimpenhof



Kunstuitleen in de Tuyter

Om iedereen in de gelegenheid te stellen van kunst te kunnen genieten, biedt de gemeente Krimpen aan den IJssel ook dit jaar weer een aantal kunstwerken te huur aan. De huurprijs bedraagt €29,- per jaar. De collectie is van zaterdag 15 t/m zaterdag 22 januari te bezichtigen in de Tuyter. Ook is de collectie te bezichtigen via de website: www.krimpenaandenijssel.nl

Op woensdag 26 januari om 20.00 uur is de feitelijke uitleen en verkoop. Werken die langer dan 4 jaar in het bezit zijn van de Kunstuitleen kunnen worden gekocht. Op de website van de gemeente kunt u zien welke werken dit zijn.

Dit jaar is de collectie uitgebreid met vier nieuwe kunstwerken. Twee van deze kunstwerken komen uit exposities die het afgelopen jaar in de Tuyter te zien zijn geweest. En twee kunstwerken zijn aangeboden door de Vereniging Krimpenerkunstwaard. Dit zijn

twee winnende werken van de georganiseerde kunstprijs La Lecq. Hiermee komt de collectie inmiddels op circa 50 werken.

Werkwijze:

De belangrijkste aandachtspunten voor de KUNSTUITLEEN zijn:

1. U kunt zich inschrijven **tot en met 22 januari**. Het inschrijfformulier is aanwezig in de Tuyter en is ook digitaal beschikbaar via de website van de gemeente Krimpen aan den IJssel (collectie is van 15 t/m 22 januari te bezichtigen in de Tuyter).
2. De kunstwerken worden **op 26 januari om 20.00 uur** verkocht en verhuurd. Wanneer meerdere mensen belangstelling hebben voor één kunstwerk, wordt er geloot. U (of een vertegenwoordiger) dient daarbij in de Tuyter aanwezig te zijn. Het kunstwerk kan na afloop direct mee naar huis genomen worden.



Website voor 'Het Facet'

Naast woonzorgcentrum Tiendhove, wordt 'Het Facet' gerealiseerd. Een bijzonder nieuwbouwproject met een Brede School, een centrum voor kleinschalige verpleeghuiszorg, wonen en welzijn, een 'dorpsplein' met uiteenlopende (zorg)voorzieningen en appartementen voor 65-plussers.

Meer informatie vindt u op de nieuwe website: www.het-facet.nl





Uitnodiging Nieuwjaarsbijeenkomst

De jaarlijkse Nieuwjaarsbijeenkomst van het gemeentebestuur vindt plaats op dinsdag 4 januari 2011 van 19.30 tot 21.30 uur in het raadhuis van Krimpen aan den IJssel, Raadhuisplein 2.

De Nieuwjaarsbijeenkomst is elk jaar weer een bijzondere ontmoeting met vertegenwoordigers van maatschappelijke organisaties, inwoners en het gemeentebestuur. U bent van harte uitgenodigd om onder het genot van een hapje en een drankje in een gezellige sfeer nieuwjaarswensen uit te wisselen.

Rond 20.15 uur houdt burgemeester Lennie Huizer een nieuwjaarsrede en reikt zij de Guldemont oorkonde 2010 uit aan de 'Krimpenaar van het jaar'.

Het gemeentebestuur wenst u goede Kerstdagen en een voorspoedig Nieuwjaar en ontmoet u graag tijdens de Nieuwjaarsbijeenkomst!



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.

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 e.a.

Opmaak en druk: Drukkerij Verloop, Alblasserdam

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.