

J u n i
2 0 1 8

Vlugschrift

Informatiebulletin van de stichting meer kleur en kwaliteit

Van burgerinitiatief naar woonhof

Een groep initiatiefnemers bekijkt welke mogelijkheden er in Weert zijn voor het realiseren van een nieuwe woonvoorziening: het Hofje. Waar elkaar helpen, meedoen en veiligheid belangrijke pijlers zijn. Het initiatief komt voort uit een onderzoek naar woonwensen van 40-plussers in Limburg dat in 2015/2016 werd gehouden door toenmalig student Chantal Saes. Bij dit onderzoek waren ook het Platform Allochtone Zorgvragers (PAZ), het Provinciaal Platform Diversiteit (PPD) en Stichting Meer Kleur en Kwaliteit (SMKK) betrokken.

Limburg vergrijst, eenzaamheid en sociaal isolement nemen sterk toe en vanuit de overheid wordt verwacht dat mensen mee blijven doen en verantwoordelijkheid nemen voor hun eigen leven. De manier van wonen speelt hierbij ook een rol. In de jaren 70 werden vooral rijtjeswoningen gebouwd met ieder zijn eigen tuin en een schutting er omheen. Ook zijn de laatste jaren steeds meer voorzieningen uit de wijken weg gehaald, zoals winkels en ontmoetingsplekken. Terwijl deze voorzieningen er juist voor zorgen dat mensen naar buiten gaan en contact hebben met anderen. Zo werden er wijken gecreëerd met een ieder-voor-zich-mentaliteit, waarbij het minder ging om het zorgen voor elkaar, sociale controle en sociale contacten.

Bij het Hofje ligt juist de nadruk op elkaar helpen, verbindingen maken met elkaar en de wijk en meedoen. De focus ligt dus niet alleen op de wooncomponent. Bewoners moeten een thuisgevoel ervaren in het Hofje. Door het Hofje kleinschalig te laten en door het creëren

van verbondenheid, veiligheid en sociale contacten willen we voorkomen dat bewoners in een sociaal isolement terechtkomen. Verbinding met de buurt is ook erg belangrijk. Het moet geen afgesloten hofje zijn. Het Hofje moet opgaan in de wijk waarin het komt. Ook is levensloopbestendigheid belangrijk. Mensen moeten in feite oud kunnen worden in de woningen. Primair willen we ons met het Hofje richten op kwetsbare 65-plussers met een niet-westerse migratieachtergrond. Verder moet het een goede mix zijn van 40-plussers met diverse culturele achtergronden.



Via de provincie Limburg zijn PAZ, PPD en SMKK met het idee bij Wonen Limburg en de gemeente Weert uitgekomen. Alle partijen bleken er positief tegenover te staan. Op dit moment zijn we op zoek naar actieve mensen die mee willen denken in het proces om van de huidige schetsen te komen tot een nieuwe woonvorm. Ook zijn we in gesprek met gemeente Weert en Wonen Limburg over mogelijke locaties. Inmiddels is er ook een intentieovereenkomst getekend en zetten alle partijen er samen de schouders onder om te kijken hoe dit burgerinitiatief kan leiden tot het bouwen van een nieuwe woonvoorziening die aansluit bij de wensen en behoeften van de uiteindelijke bewoners.

Colofon

Samenstelling en

Redactie:

Bestuur SMKK
Marjo Daniels


Informatie nodig?

Wilt u op een of meerdere artikelen reageren, dan kunt u contact opnemen met SMKK:

T 06 24577287
E info@smkk.nl
I www.smkk.nl

Postadres:
Raadhuispark 2
6191 AG Beek

Deze uitgave komt tot stand dankzij een financiële bijdrage van de Provincie Limburg.

provincie limburg 



Privacy wetgeving AVG

Per 25 mei 2018 geldt de wet Algemene verordening gegevensbescherming (AVG). In het kader van deze wetgeving willen wij u op het volgende attenderen.

Uw gegevens staan in ons adressenbestand voor de toezending van onze nieuwsbrief. Deze gegevens gebruiken wij uitsluitend voor het verzenden van het Vlugschrift en uitnodigingen van bijeenkomsten die wij zelf organiseren. Voor geen enkel ander doel stellen wij deze gegevens beschikbaar.

Wij gaan zorgvuldig met uw gegevens om.



Voorlichtingsbijeenkomst DEMENTIE

Op 6 april organiseerden SMKK en PAZ een voorlichtingsbijeenkomst over Dementie in Venray. Stichting Injaz en de Stichting Islamitisch Centrum Venray waren de gastheer.

De presentie over deze volksziekte nr. 1 is gegeven door Hulp bij Dementie in de persoon van mw. Lisette Dickhof.

Dementie wordt nog steeds helaas (te) laat onderkend. Een tijdige diagnose kan een einde maken aan een onzekere periode. Pas als je weet wat er aan de hand is, kun je leren hoe er mee om te gaan. En je kunt de juiste hulp zoeken.

Bij de organisatie Hulp bij Dementie zijn 16 organisaties betrokken die hulp bieden in de thuissituatie bij mensen met dementie. Op dit moment verzorgen zij 1350 mensen in Nederland. Dementie is niet te genezen en er zijn geen medicijnen voor; je kunt wel het proces begeleiden vooral voor mensen in de nabije omgeving van de patiënt. Want juist voor hen heeft deze ziekte een enorme impact. Lisette geeft duidelijk aan “degene die dementie heeft, weet op een bepaald moment niet meer dat hij/zij ziek is. Zijn omgeving wel”. Daarom is de hulp ook gericht op de omgeving (familie, mantelzorgers).

Dementie is een verzamelnaam; de ziekte kan in diverse vormen voorkomen. Een bekende daarvan is Alzheimer. Veel mensen met dementie verblijven thuis en krijgen hulp van hun directe familie en/of mantelzorgers. Uit onderzoeken blijkt dat deze groep mantelzorgers zwaar belast is. Bij elke dementerende zijn 2-3 mantelzorgers betrokken.

Maar wat is dementie?

Het is een geleidelijk achteruitgaan van het geestelijk functioneren. Meestal staan geheugenstoornissen op de voorgrond. Alleen geheugenstoornissen maakt iemand nog niet dement. We spreken pas van dementie als er een combinatie van geheugenstoornissen optreedt die zo ernstig is dat ze het dagelijks functioneren van iemand belemmeren. Denk bijv aan het niet meer kunnen uitvoeren van dagelijkse bezigheden zoals wassen, koken en aankleden, of problemen met de spraak. Het karakter en gedrag kunnen veranderen (toename van boosheid, angst en achterdocht).

Wat doet dementie met iemand?

We zien dat juist informatie uit de jeugd jaren (vroeger) nog heel helder zijn en dat zaken uit de recente periode niet meer herinnerd kunnen worden. Lisette legt uit hoe het brein informatie verwerkt en waardoor juist de recente dingen wegvallen. Vooral de periode tot iemands 35e levensjaar blijven “opgeslagen”. Alles daarna brokkelt af. Dat verklaart ook waarom mensen terugvallen in de moederstaal.

Op het moment dat je als mantelzorger je realiseert dat het brein op die manier werkt, kun je ook zelf meegaan in de herinneringen uit de eerste levensjaren. Dan maak je contact. Als het niet lukt om goed contact te krijgen, is de (vaak overbelaste) mantelzorger geneigd om in een verwijtende of beschuldigende sfeer terecht te komen. Het advies is om dat te vermijden. Dat is makkelijker gezegd dan gedaan. Hulp bij Dementie kan je daarbij ondersteunen. Want realiseer je dat het gedrag van iemand met dementie ook bepaald wordt door zijn omgeving. Als daarin een bepaalde rust heerst, geeft dat ook rust in het hoofd van de patiënt.

Een van de bezoekers vraagt of we dementie kunnen voorkomen.



Of we het echt kunnen voorkomen is nog niet wetenschappelijk bewezen. Maar een gezonde levensstijl kan de kans op het krijgen van dementie wel verkleinen. Denk dan bijv aan

- (Meer) Beweging
- Niet roken
- Gezond eten
- Geen stress
- Brein actief houden
- Nieuwe dingen doen (brein uitdagen; niet volgens vaste patronen leven)

Wat doet de Stichting Hulp bij Dementie?

Als men gebruik wil maken van de diensten van deze organisatie dan is een doorverwijzing via de huisarts nodig. Hulp bij Dementie kan u op weg helpen in het spinnenweb van diverse zorgaanbieders. Zij begeleiden, bemiddelen, coördineren, bewaken en evalueren samen met u en de casemanager. Deze casemanager is vooral een luisterend oor en het aanspreekpunt.

Contactgegevens:

Hulp bij Dementie Midden-Limburg
 E contact@hulpbijdementie.nl
 I www.hulpbijdementie.nl
 T 088 - 6104141

Verandering van spijs doet SPREKEN!

SMKK en PPD organiseerden dit jaar wederom in samenwerking met de politie Limburg diverse Iftars in de provincie. We zijn verheugd dat we het succes van 2017 konden voortzetten en zelfs uitbreiden. De samenwerking met de politie is verder uitgebouwd. We zijn op alle locaties van de politie zeer gastvrij ontvangen. Hun inzet en enthousiasme was heel bijzonder.

Het doel van de Iftars was om mensen met elkaar in verbinding te brengen, met elkaar in gesprek gaan (Saamhorigheid met een hoofdletter S) . Dat doel is zeker ook bereikt. De opkomst was op alle bijeenkomsten geweldig met een mooie diversiteit. Niet alleen qua herkomst of religie maar ook man/vrouw, jong/oud en vakgebied. Op elke bijeenkomst waren sprekers aanwezig die ingingen op de symboliek van het vasten (Yassin el Forkani, Hassan Barizizaoua, Pieter van de Laarschot, Martijn de Koning).



De reacties van de gasten waren vol waardering. Heel bijzonder was de iftar die in samenwerking met het team AVIM (Afdeling Vreemdelingenpolitie, Identificatie en Mensenhandel). Zij hadden zich voornamelijk gericht op de bewoners van het AZC in Baexem en statushouders in de gemeente Leudal. Een zeer divers en vooral jong gezelschap. De reacties van deze mensen waren hartverwarmend.

Dank aan de politieteams in Heerlen, Sittard, Maastricht en Brunssum voor het openstellen van hun locaties. Door dit symbool zijn mensen zeker nader tot elkaar gebracht. Uiteraard ook dank aan het team van AVIM die een bijzondere avond voor een speciale doelgroep hebben gerealiseerd. Uiteraard was het realiseren van deze Iftars niet mogelijk zonder de steun van de Provincie Limburg.



Een persoonlijke ontdekkingsreis

Op 21 april kwamen zo'n 80 Limburgse vrouwen samen in het Forum in Roermond ter gelegenheid van de Limburgse Vrouwendag. Dit is een initiatief van de 5 provinciale vrouwenorganisaties: KVG Limburg, FAM, LKV, SMKK en ZijActief Limburg.

Dagvoorzitter Kirsten Paulus verwelkomde de gasten. Ellen Vermeulen (coach en ervaringsdeskundige) vertelde vervolgens uit eigen ervaring over hoe je zelf de regie in je eigen leven kan nemen. Haar verhaal was heel herkenbaar en inspirerend. Hoe kun je van je eigen leven een sprookje maken? De bezoekers van deze bijeenkomst werden hierdoor al op een spoor gezet van de ontdekkingsreis die deze dag centraal stond.



Peter Lambrichts | Fotografie

Na dit mooie verhaal konden de gasten diverse workshops bezoeken:

- Opkomen voor jezelf, Leon Pouls
- Social Media wijsheid, Mandy Hens
- Ssertivitéit voorkomt stress door Yvonne Tuinman
- Geluk een keuze of overkomt het je, Ellen Vermeulen
- Weet wat je uitstraalt, Petra Sarkol en Marielle Veerbeek

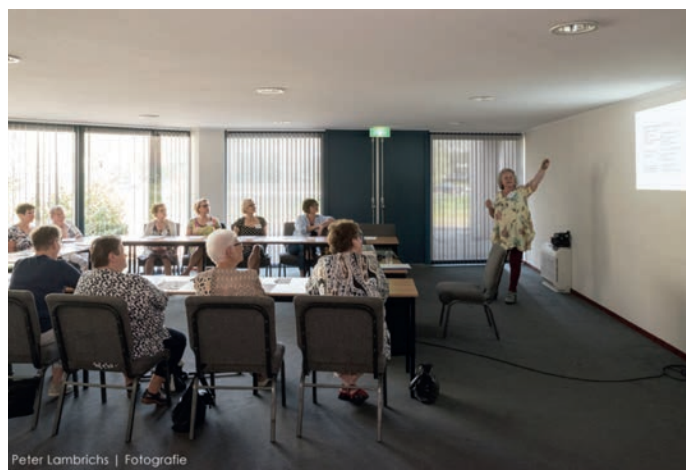
In deze workshops kon de persoonlijke ontdekkingsreis verder gevolgd

worden. Uit de reacties van de vrouwen bleek dat er soms heel herkenbare verhalen zijn verteld maar dat er zeker ook nieuwe inzichten naar voren zijn gekomen. Nieuwe bagage en inzichten om mee naar huis te nemen.

We kijken terug op een geslaagde bijeenkomst waarbij de bezoekers een mooie kijk kregen in hun persoonlijke ontdekkingsreis en met persoonlijke bagage weer verder kunnen.



Peter Lambrichts | Fotografie



Peter Lambrichts | Fotografie

SMKK wenst iedereen een mooie afsluiting van de Ramadan en een fijn Suikerfeest en uiteraard een mooie zonnige vakantie