



Tuut mît Ziepnaat



2018 nummer 3

VEKOMA RIDES ACHTBANEN EN ATTRACTIES



TROTS OP WAT WIJ MAKEN!
TROTS OP WIE WE ZIJN!
EEN WERELDSPELER UIT VLODROP!



TURNING YOUR WORLD AROUND

SCHAAPWEG 18 6063 BA VLODROP THE NETHERLANDS TEL +31 (0) 475-409222 WWW.VEKOMA.COM

Colofon

Seniorenvereniging Vlodrop
www.seniorenvlodrop.nl

K.v.K Noord- en Midden-Limburg
nr.: 401.76794
Rabobank Roermond e.o.
NL94 RABO 0154 6078 27

Voorzitter
Will Willemsen 06-53679644

Secretaris en ledenzorg
Riny Mulders-Maessen 0475-400600

Penningmeester
Wim Geerlings 0475-401431

Bestuursleden
Mar Bergrath: thema-activiteiten
06-41034555
Gerda Grachten: ledenadministratie
0475-401859
Truus Peeters: activiteitenbegeleiding

Tuut mit Ziepnaat (TmZ)
Redactie
John Coenen
Björn Maessen
Helga Janssen-Verwijlen

Redactieadres TmZ
Boomgaardstraat 19
6063 AG Vlodrop
e-mail: bjornmaessen@ziggo.nl

Jaargang 14, (2018), nr. 3

VAN DE BESTUURSTAFEL

Privacy Policy

Seniorenvereniging Vlodrop hecht veel waarde aan de bescherming van uw persoonsgegevens. In deze Privacy Policy willen we heldere en transparante informatie geven over hoe wij omgaan met persoonsgegevens.

Wij doen er alles aan om uw privacy te waarborgen en gaan daarom zorgvuldig om met persoonsgegevens. De Seniorenvereniging Vlodrop houdt zich in alle gevallen aan de toepasselijke wet- en regelgeving, waaronder de Algemene Verordening Gegevensbescherming. Dit brengt met zich mee dat wij in ieder geval:

- Uw persoonsgegevens verwerken in overeenstemming met het doel waarvoor deze zijn verstrekt; deze doelen en type persoonsgegevens zijn beschreven in deze Privacy Policy.

- Verwerking van uw persoonsgegevens beperkt is tot enkel die gegevens welke minimaal nodig zijn voor de doeleinden waarvoor ze worden verwerkt.

- Vragen om uw uitdrukkelijke toestemming als wij deze nodig hebben voor de verwerking van uw persoonsgegevens.

- Passende technische en organisatorische maatregelen hebben genomen zodat de beveiliging van uw persoonsgegevens gewaarborgd is.

- Geen persoonsgegevens doorgeven aan andere partijen, tenzij dit nodig is voor uitvoering van de doeleinden waarvoor ze zijn verstrekt.

- Op de hoogte zijn van uw rechten omtrent uw persoonsgegevens, u hierop willen wijzen en deze respecteren.

Als Seniorenvereniging Vlodrop zijn wij verantwoordelijk voor de verwerking van uw persoonsgegevens. Indien u na het doornemen van onze Privacy Policy, of in algemenere zin, vragen heeft hierover kunt u contact opnemen met Will Willemsen.

Verwerking van persoonsgegevens van verenigingsleden

Persoonsgegevens van leden worden door Seniorenvereniging Vlodrop verwerkt ten behoeve van de volgende doelstelling(en):

- Administratieve doeleinden.
- Het feliciteren van leden met een bijzondere verjaardag of huwelijksjubileum.
- Het doen van uitnodigingen en verspreiding verenigingsblad Tuut mit Ziepnaat.

Grondslag voor deze persoonsgegevens is:

- Het lidmaatschap van Seniorenvereniging Vlodrop.

Voor de bovenstaande doelstelling(en) kan Seniorenvereniging Vlodrop de volgende persoonsgegevens van u vragen:

- Voornaam
- Tussenvoegsel
- Achternaam
- Geboortedatum
- Datum huwelijk
- Telefoonnummer
- E-mailadres
- Geslacht

Uw persoonsgegevens worden door Seniorenvereniging Vlodrop opgeslagen ten behoeve van bovengenoemde verwerking(en) voor de periode:

- Gedurende de looptijd van het lidmaatschap en daarna alleen in de financiële administratie voor maximaal 7 jaar.

Het Bestuur van de Seniorenvereniging Vlodrop

Seniorenvereniging zoekt vrijwilligers!!

De Seniorenvereniging Vlodrop is op zoek naar vrijwilligers; met name ook naar vrijwilligers die een bijdrage willen leveren als **bestuurslid** van onze vereniging.

Wij organiseren wekelijkse activiteiten en thema-activiteiten voor onze leden, die (op dit moment) in leeftijd variëren van ruim 50 tot ruim 90 jaar.

Heeft u affiniteit met de doelgroep, bent u creatief in doen en denken en heeft u bestuurservaring of wilt u zich daarin bekwamen, dan nodigen wij u van harte uit om vrijblijvend contact op te nemen met een van onderstaande bestuursleden.

Riny Mulders-Maessen 0475 - 400600

Will Willemsen 06-53679644

Het bestuur van de Seniorenvereniging Vlodrop

Nieuwe kافت Tuut mit Ziepnaat

Was het u ook al opgevallen dat onze Tuut mit Ziepnaat (TmZ) een "nieuw jasje" heeft gekregen? Na 15 jaar sieren nieuwe foto's de voorkant van ons blad. De redactie dankt Gerda Grachten en Piet van de Venne voor het beschikbaar stellen van hun foto's.

De huidige foto's zullen gedurende dit jaar de voorkant verfraaien. Wilt u in 2019 een door u gemaakte foto van een typisch plekje in Vlodrop kunnen bewonderen op de voorkant, stuur deze foto('s) dan naar:

wimhelga@home.nl

En... wie weet?!

De Redactie van Tuut mit Ziepnaat



Hout, ijzerwaren, verf,
sanitair, plaatmateriaal, PVC,
elektro, machines en gereedschappen

HOBBYSHOP LAMMERS
ALLES LOS, PER STUK EN OP MAAT VERKRIJGBAAR

BERGERWEG 2 6063 BR VLODROP **047 54 01 950**

0475 - 401882



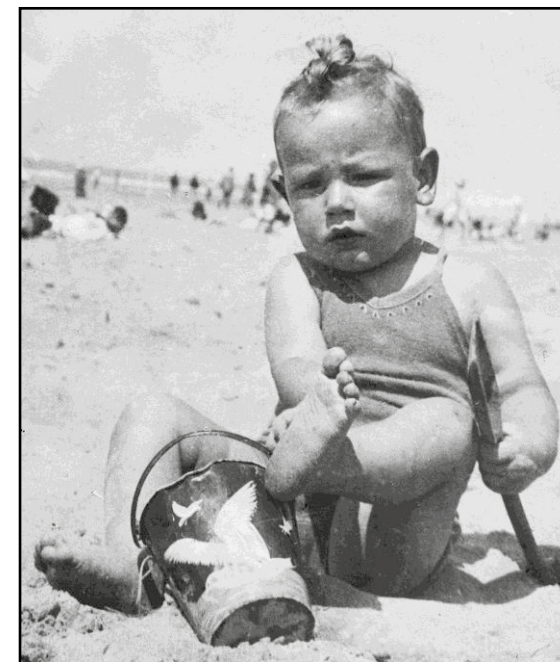
financiën
hypotheek
verzekeringen

Hoofdstraat 66
6077 AP St. Odiliënberg
Postbus 6009
6077 ZG St. Odiliënberg
(0475) 52 92 90
info@vbatregio.nl



de-parasol.com

In Pey had Han het wel naar zijn zin: hij ging vaak met de melkboer mee op zijn ronde door het dorp. De geur van de zure melk die gemorst was in de kar en het zweet van het paard zijn geuren die hij nooit vergeten is. In 1950 verhuisde het gezin naar Maasniel, naar Neel zoals Han zegt. De kleuterschool had Han in Pey doorlopen, maar de lagere school en de Rijks HBS doorliep hij in Roermond. Vanaf zijn 6^e is hij ook lid van de scouting. Hij doorloopt alle groepen en tot zijn 27^e blijft hij bij de scouting; op het laatst als leiding bij de gehandicaptenscouting Midden Limburg. In de jaren vijftig gingen ze met het hele gezin op vakantie. Er werd een volkswagenbusje met aanhanger gehuurd en met chauffeur, want geen van zijn beide ouders had een rijbewijs. Drie weken trokken ze toen door Europa



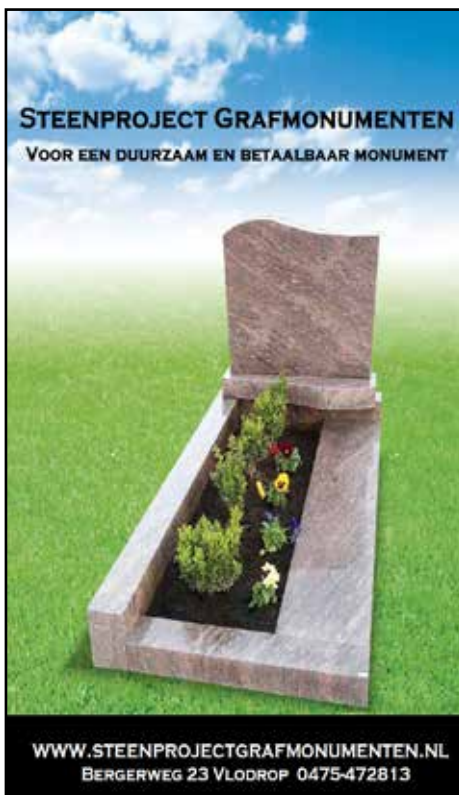


**Voor al uw buiten- en
binnenschilderwerk staan
wij graag voor u klaar.**

Burg. Claessenstraat 9
6074 BZ Melick
T: 0475-597225 / 06-52421508



info@franssenschilderwerken.nl www.franssenschilderwerken.nl



info@biermansmakelaardij.nl
ECHT: 0475 485006
ROERDALEN: 0475 400475
Doktersweg 14, 6101 EB Echt

via Duitsland naar Italië of Joegoslavië of via Frankrijk naar Spanje. Een fijne, gelukkige jeugd vol van avontuur.

Na de middelbare school ging Han bij de luchtmacht en volgde de opleiding communicatie en verbindingen in Schaarsbergen. Gestationeerd werd hij op het NATO-vliegveld in Volkel. Hier kwam hij via de telex in contact met de hele wereld. Techniek leek hem zo interessant dat hij hierna naar de MTS ging om elektrotechniek te gaan studeren.

Na zijn opleiding is hij 3 maanden naar Londen gegaan en heeft daar bij Philips gewerkt: "een hele ervaring". Op de terugweg naar huis heeft hij nog wat Engelse ponden meegesmokkeld onder zijn kleren.

In vakanties werd er gereisd en gewandeld. De G5 is een van de populairste langeafstandswandelingen van Europa. Een oude Romeinse route van Maastricht naar Nice door de Ardennen, Vogezen, Jura en Alpen. In eerste instantie liep hij zelf met zijn vader en kennissen de route; 10 dagen iedere dag 30 kilometer. Maar weldra werd Han de reisorganisator en planner. Hij stippelde de route uit, regelde de overnachtingen en verzorgde het transport. Je had toen nog geen Google of Booking.com; alleen een boekje met een korte beschrijving, dus het was echt pionieren.

Han heeft ook gewerkt bij de ABN in Maasbracht en Roermond. Hij was hier betrokken bij het afsluiten van de kredieten voor nieuwe schepen. Veel schippers hadden immers Maasbracht als thuishaven. Een nieuw krediet werd altijd beklonken op het schip met een goede borrel. Ook verzorgde hij de vrachtbrieven, kortom een leuke, vaste job....

In Maastricht werd een franstalige planner gezocht: een baan met een beter salaris en zo kwam het dat Han verhuisde naar Maastricht. Maar in de 80'er jaren werden de tijden slechter en kwam Han zonder werk te zitten en verhuisde terug naar een zuster in Neel.

Op zoek naar een eigen woonruimte kwam hij op de Etsberg terecht bij de familie Simons. Hier heeft hij met veel plezier gewoond tot op de markt in Vlodrop een appartement vrijkwam.

Ondertussen zocht de gemeente Herkenbosch een medewerker op de afdeling Ruimtelijke Ordening. Han werd die medewerker en was onder andere verantwoordelijk voor de plaatsbepaling als iets moest worden vastgelegd voor het archief. De vele jaren scouting kwamen hierbij goed van pas.

Na een tijd begon het Han weer te kriebelen en toen vond hij eindelijk zijn droomjob: koerier met buitenlandse bestemmingen. Zo moest hij regelmatig naar Dublin, Ierland. Een prachtige reis: via Calais naar Engeland, dan 550 kilometer met de auto door Zuid Engeland naar de boot in Holy Head, die hem naar Rosslare in Ierland bracht. Leveren en weer die mooie route terug. Noorwegen, Zweden en Denemarken stonden ook vaker op het programma; stuk voor stuk mooie, interessante bestemmingen. Vele kilome-

ters werden afgelegd altijd met zijn fototoestel naast hem, klaar om mooie landschappen te fotograferen.

Fotograferen is trouwens Han's grootste hobby. Teken en schilderen – ook hobby's van Han – zijn een beetje verdrongen door de fotografie. Het vastleggen van een moment dat nooit meer terugkomt, met de lichtinval en de situatie van dat moment! Vol passie kan Han hierover vertellen. Portretten, interieur en landschappen. Menig plekje in Vlodrop heeft Han voor zijn lens gehad; wie weet ziet u er nog eens op de kaft van TmZ verschijnen!



De redevoering van een hond

Soms vertelt een foto een verhaal of heeft een vrolijke twist! Af en toe wordt een bruiloft door hem vastgelegd.

Zo ook de boerebroelig van Vlodrop; jarenlang was hij de "boerderij-fotograaf". In 1997 vormde hij, Han van Funske vanne Wolf en Mientje van Sefke vanne Ambachsjool, samen met Maria Schmitz het boerebroeds-paar!

Vlodrop is zijn thuis, hij woont hier graag, is er echt geaard, zoals hij zegt. De Stammtisch bij Bremmers: Han is er al jaren lid van. Correspondent van Vlodrop voor de digitale uitgave van het Vlorps Blaedsje; regelmatig zijn er foto's en verhalen van hem op de site (www.vlorpsblaedsje.nl) te zien en te lezen. Tekenles op de basisschool of brugklassers bijspijkeren met frans. Zijn broer en zijn zussen waren werkzaam in het onderwijs, alleen Han niet of misschien toch wel een beetje.....



Ieder jaar gaat Han naar de Tefaf in Maastricht. De kunst en de sfeer zijn geweldig, maar ook de bezoekers zijn erg interessant. Je ziet er bezoekers waar de miljoenen van afstralen en een praatje maken met andere kunstliefhebbers en veilingmeesters van over de hele wereld; het zijn redenen om naar Maastricht af te reizen.

Een zus heeft haar DNA laten onderzoeken op afkomst. De stamboom van de familie Wolfs is tot 1600 na te trekken, maar vooral de uitkomst van het DNA-onderzoek vindt Han erg interessant: 35% Scandinavisch, 33% Noordwest Europa (Duitsland met een mix van België,

Frankrijk en Italië), 31 % Engeland en 1 % Grieks. "Máxima had dus toch gelijk toen ze zei: "dé Nederlander bestaat niet", aldus Han.

Twee zussen van Han zijn naar Canada geëmigreerd in 1979. Han is destijds ook naar Canada geweest, eigenlijk voor vakantie maar ook voor het meehelpen bij de bouw van hun huizen. Maar er zich ook vestigen? Nee dat niet, bewust niet.

"Waarom woon je dan in Vlodrop" is mijn vraag. Han's antwoord:

"Ik heb nooit overwogen om in Canada te blijven omdat Canada te saai is om te wonen. Vlodrop is mijn thuis en mijn uitvalsbasis. In een straal van 1000 kilometer ligt Parijs, of ben ik in Scandinavië of Engeland.

Welke kant ik ook opga, binnen 1000 kilometer ben ik in een ander land-schap, een andere cultuur met andere gewoontes en een andere keuken. Ik kan overal naar toe gaan, in alle vrijheid".



Goh, zo heb ik Vlodrop nog nooit bekeken! U wel?

Pleunis

Passion for Fashion

Modehuis Pleunis

Markt 7
6063 AC Vlodrop
Tel: 0475 40 13 48
Mail: contact@modehuispleunis.nl

lancyr + Visschers Assurantiën BV

RegioBank
Posterholt

Nieuw Holsterweg 31
6061 EG Posterholt
t. 0475 - 401372
info@visschers.lancyr.nl



DE OUDERENADVISEUR AAN HET WOORD

En wie vraagt de mantelzorger hoe het met hém gaat...?

In Nederland zorgen zo'n 4 miljoen mensen voor een naaste die zorg nodig heeft. Dit kan je partner zijn, je vader of moeder, kind, vriend(in) of buur. Als mantelzorger heb je er nooit bewust voor gekozen om te gaan zorgen: het is je overkomen omdat je een band hebt met degene die zorg nodig heeft. Mantelzorg wordt niet betaald en je kunt hier niet zomaar mee stoppen of even een dagje vrij nemen, ook als het zorgen je wel eens te veel wordt...



Waarom is speciale aandacht voor mantelzorgers belangrijk?

Meestal gaat bij een ziekte of beperking alle aandacht uit naar degene die deze ziekte of beperking heeft. Voor een arts of hulpverlener is hij/zij de **patiënt**. En dit is natuurlijk logisch en ook goed. De arts of hulpverlener ziet degene die zorg nodig heeft echter maar af en toe. En als mantelzorger heb je vaak 24 uur per dag de zorg voor hem/haar. Het is dan ook niet vreemd dat je als mantelzorger ook zélf vragen, problemen of behoefte aan ondersteuning kunt hebben. En deze vragen of behoeften kunnen anders zijn dan die aan wie je de zorg verleent. Het is daarom van belang dat je als mantelzorger ook ergens terecht kan met jouw vragen of zorgen. Het is van belang dat iemand vraagt: *"Mantelzorger, hoe gaat het eigenlijk met jou?!"*

Steunpunt Mantelzorg Roerdalen

Vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), is de gemeente verantwoordelijk voor de ondersteuning van mantelzorgers. In de gemeente Roerdalen is er het Steunpunt Mantelzorg dat je als mantelzorger behulp-



zaam kan zijn. Aandacht voor de mantelzorger betekent een eenvoudige vraag beantwoorden, persoonlijk advies geven over de eigen situatie of ondersteuning krijgen om zelf minder gevaar te lopen om overbelast te raken bij het verlenen van de zorg.

Als het zorgen 'lastig' wordt

Natuurlijk hoeft het zorgen voor iemand anders niet per definitie te betekenen dat dit ook als een 'last' wordt ervaren. Het zorgen voor iemand anders kan je veel voldoening geven. Maar wanneer dit zorgen toch vragen met zich meebrengt of 'lastig' wordt, dan kan vanuit de mantelzorgondersteuning gekeken worden hoe deze last verminderd, opgeheven of vooraf reeds voorkomen kan worden. Vaak zijn er allerlei vormen van hulp mogelijk waarvan je als mantelzorger geen weet hebt. Of waarvan je denkt hier toch niet voor in aanmerking te komen.

Veel gestelde vragen van mantelzorgers

De zorg brengt extra kosten met zich mee. Welke financiële regelingen zijn er?

Hoe vraag ik hulp aan van een professionele kracht?

Hoe cijfer ik mezelf niet weg in het zorgen voor de ander?

Hoe kan ik (thuis) de zorg verlichten?

Hoe combineer ik de zorg met mijn werk/studie?

De zorg wordt me teveel en nu?

De mantelzorgondersteuner van de gemeente Roerdalen kijkt graag met je mee naar jouw eigen vragen. Vervolgens kan ook samen gekeken worden naar mogelijke oplossingen.

Een financiële waardering voor mantelzorgers

Mantelzorgers die voldoen aan een aantal voorwaarden, kunnen ook jaarlijks in aanmerking komen voor een financiële waardering ter hoogte van € 175,- : de Mantelzorgwaardering. Hiermee spreekt de gemeente haar waardering uit voor het belangrijke en onmisbare werk dat je als mantelzorger verricht. Om voor de mantelzorgwaardering in aanmerking te komen, gelden de volgende voorwaarden:

- De mantelzorger moet minstens drie maanden lang en minimaal acht uur per week aan de zorg besteden.
- Degene die de zorg ontvangt moet in Roerdalen wonen.
- De mantelzorger moet geregistreerd staan bij het Steunpunt Mantelzorg Roerdalen. Registreren kan bij de mantelzorgondersteuner.
- Iemand die verzorgd wordt door meerdere mantelzorgers kan maar voor één mantelzorger de mantelzorgwaardering aanvragen.
- Een mantelzorger kan wel van meerdere zorgvragers mantelzorgwaardering ontvangen.

De mantelzorgwaardering kan nog tot en met 31 december 2018 worden aangevraagd. Dit kan via een formulier dat je vindt op:

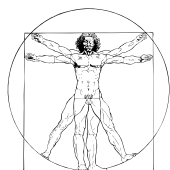
www.roerdalen.nl/mantelzorgwaardering. De mantelzorger en degene die de zorg krijgt moeten dit samen invullen. Heb je geen internet? Bel dan het Servicepunt Roerdalen: (0475) 538 888. De gemeente stuurt je dan een formulier toe.

Mantelzorgers in het zonnetje!

Jaarlijks wordt op 10 november de landelijke Dag van de Mantelzorg georganiseerd. Op deze dag worden alle mantelzorgers in het zonnetje gezet. In onze gemeente kunnen ook dit jaar weer mantelzorgers worden voorgedragen om op deze dag een voucher in ontvangst te nemen. Deze voucher kan bij lokale ondernemers worden ingewisseld. Kent u een mantelzorger in uw omgeving? Of wilt u als degene die mantelzorg ontvangt, uw mantelzorger in het zonnetje zetten? In oktober leest u meer informatie over deze actie in de lokale media.

Wilt u weten wat het Steunpunt Mantelzorg voor u kan betekenen of heeft u vragen over mantelzorg?

Neem dan contact op met Björn Maessen van het Steunpunt Mantelzorg Roerdalen via tel 06 52 66 95 65. E-mailen kan ook: bjornmaessen@proteion.nl. Meer en actuele informatie over mantelzorg is ook te vinden op de Facebookpagina Mantelzorg Roerdalen.



OSTEOPATHIEPRAKTIJK
CUYPERS

Osteopathiepraktijk Cuypers

Bergerweg 63 - 6063 BP Vlodrop - Tel 0475-400230



ST Ludwig Station 22 6063 NP Vlodrop 0475 533 024

NIEUWS UIT SENIORENLAND

Rechter: maatwerk is maatwerk, niet iets anders

Voor passende zorg en ondersteuning is vaak een maatwerkvoorziening nodig via de gemeente (Wmo). Sommige gemeenten zien dat niet zitten en bieden mensen het liefste een algemene voorziening. Dat is meestal goedkoper en eenvoudiger voor de gemeente. De rechtbank Limburg gaat hier niet in mee: de gemeente Heerlen is op de vingers getikt omdat ze een inwoner te gemakkelijk in een algemene voorziening duwt, terwijl het eigenlijk om maatwerk gaat.

De rechtbank Limburg oordeelt dat de persoonlijke begeleiding van een inwoner van Heerlen geen algemene voorziening is, maar toch echt moet worden gezien als maatwerkvoorziening. De begeleiding die nodig is, is 'op maat', precies afgestemd op de persoon.



Dit betekent dat burgers die recht hebben op persoonlijke begeleiding kunnen kiezen voor een persoonsgebonden budget (pgb) waarmee ze zelf begeleiding kunnen regelen. De gemeente weigerde dit pgb en verwees de inwoner rechtstreeks door naar een zorgaanbieder. Dit wordt nu geblokkeerd door de rechter. De inwoner moet alsnog een pgb krijgen om de haar vertrouwde begeleider die er al was, weer in te kunnen huren.

Beschikkingsvrij

De uitspraak van de rechtbank gaat in feite over meer dan alleen de afbakening tussen een algemene voorziening en maatwerk. Steeds meer gemeenten willen 'beschikkingsvrij' werken. Als mensen een aanvraag voor zorg of ondersteuning indienen, geeft zo'n gemeente geen besluit af. Wel worden mensen dan rechtstreeks door de gemeente doorverwezen naar een zorgaanbieder voor een algemene voorziening.

Ze krijgen voor de algemene voorziening geen beschikking en dat is weer slecht voor hun rechtspositie. Aanvragers kunnen geen of maar heel moeilijk bezwaar maken tegen de handelwijze van de gemeente. Om toch de passende zorg en ondersteuning te krijgen, worden mensen gedwongen langdurige juridische procedures te voeren – zoals in de zaak tegen de gemeente Heerlen. Kostbare tijd en energie gaan zo verloren, zowel voor mensen met een beperking als uiteindelijk ook voor gemeenten. Onduidelijk is of Heerlen beroep aantekent tegen de uitspraak van de rechter.

Vraag maatwerk aan

De uitspraak van de rechtbank Limburg betekent dat gemeenten niet naar eigen believen zorgvragers kunnen doorsturen naar algemene voorzieningen. Gebeurt dat toch, dan is het advies om alsnog een aanvraag voor een maatwerkvoorziening in te dienen waardoor bezwaar en beroep mogelijk is.

Bron: Website Ieder(in), 6 juni 2018

Zomer: dehydratie bij ouderen

Record na record sneuvelt... nog nooit is het zo droog geweest, nog nooit zo vroeg al zo'n mooi weer en dan zo lang achter elkaar ook, met af en toe een paar dip-dagen... Het kan niet op: de zomer van 2018 is heel vroeg begonnen en gaat de geschiedenis in als een kanjer!

We genieten allemaal volop van de warme dagen. Lekker gezellig met zijn allen iets gaan doen, terrasje pikken met wat vrienden, fietsen, wandelen... het kan allemaal nu, ook na werktijd nog. Heerlijk!

Voor ouderen is die warme periode niet altijd een feest. We weten allemaal wel dat als de zomerse temperaturen toeslaan, bewoners van instellingen gauw klagen en tot weinig beweging zijn te motiveren. Het is véél te warm naar hun smaak. Zelfstandige wonende ouderen gaan daar vaak wat 'luchtiger' mee om... Maar voor alle ouderen geldt er dat ene mantra: drink voldoende!

Voldoende vocht in je lichaam voorkomt dat je in de problemen komt. Maar juist de ouderen hebben vaak geen zin om te drinken. Elk jaar weer vallen er slachtoffers van de warmte. Ze zijn uitgedroogd en hebben vaak een te lage bloeddruk... Triest, elke keer weer. Maar hoe kun je nou zorgen dat de bewoners wel voldoende drinken?

Allereerst moeten de drankjes die ze krijgen, niet ijskoud zijn. Kamertemperatuur is het beste, want koude drankjes geven het lichaam het verkeerde seintje. De hersenen denken dan al gauw dat je behoefte aan vocht is verzadigd, terwijl dat helemaal niet het geval is.

Ouderen hebben ogenschijnlijk weinig behoefte aan vocht, maar ook zij moeten zeker 1,7 liter vocht (alcohol telt niet...) per dag binnen krijgen. Een glas water neerzetten en doorlopen, helpt niet echt. Ga, als het kan, even bij de bewoner zitten en 'praat' het water naar binnen. Ouderen hebben



vaak moeite om te drinken, omdat ze pijn hebben, moe of lusteloos zijn. Ze laten dan al gauw de boel de boel.

Gebruik gekleurde glazen of bekers. Die vallen veel meer op dan transparante. Als je als oudere wel wat wil drinken maar je kunt je glas niet 'vinden', is de kans alweer verkeken. Variatie in de drankjes werkt ook. Altijd en eeuwig thee en appelsap gaat de keel uit hangen. Doe eens wat anders, en probeer een paar bewoners bij elkaar aan het drinken te zetten. Zien drinken doet drinken, net als eten dat doet.

Ouderen hebben een verminderde dorstprikkels, dus ze vergeten te drinken. Bovendien zijn veel ouderen bang dat ze extra naar het toilet moeten (doet te veel pijn) of last krijgen van ongewenst urineverlies. Ook zullen ouderen die zien hoe druk iedereen in de weer is, het personeel niet gauw om een drankje vragen. Ze willen niet tot last zijn. Reuze lief, maar slecht voor henzelf.

Dehydratie is ellendig. Je bloeddruk daalt, je kunt zo maar omvallen en als er niet op tijd wordt ingegrepen, is het zelfs fataal. Bij uitdroging is de huid niet meer elastisch, gaan de organen minder goed werken en treedt verwardheid op. Het hart gaat sneller, je wordt misselijk, je krijgt koude handen en voeten en hoofdpijn. De hersenen gaan minder goed werken, want die willen ook vocht. Uiteindelijk raakt iemand in coma of shock.

Alle reden dus om de ouderen 'nat' te houden en ze die minimaal 1,7 liter vocht te bezorgen. De zomer zou ook voor hen een feest moeten zijn, niet een periode die met bezorgdheid tegemoet wordt gezien. De lange zomer – daar moet op gedronken worden!

Bron: Elisabeth Taverne, Nieuwsbrief Nationale Hulpvrids, 13 juli 2018

NOTARISKANTOOR
ROERDALEN B.V.

—◆—

mr. J.L. SCHROYEN
notaris

Schaapsweg 36 6077 CG Sint Odiliënberg
Telefoon: 0475 - 53 74 40 Telefax: 0475 - 53 50 33
Internet: www.notariskantoorroerdalen.nl E-mail: info@notariskantoorroerdalen.nl

WENSBUS ROERDALEN

Bent u minder goed ter been en wilt u er toch eens uit?

MAAK GEBRUIK VAN DE WENSBUS ROERDALEN!

Een kopje koffie drinken bij familie.

Boodschappen doen bij de supermarkt.

Het bezoek aan de huisarts, fysiotherapeut, etc.

Als u door omstandigheden niet meer zo mobiel bent, kunt u gebruik maken van de Wensbus van de Stichting Wensbus Roerdalen. De Wensbus rijdt binnen de gemeente Roerdalen van deur tot deur. Tevens rijdt zij naar een aantal speciale bestemmingen buiten onze gemeente, namelijk het

Laurentius Ziekenhuis Roermond, Servicepunt Laurentius Echt, zorghotel Roermond, centrum voor palliatieve zorg De Ark in Roermond en de crematoria in Roermond, Baexem en Echt. Daarnaast rijdt de Wensbus ook naar de NS-stations Roermond en Echt.



Aan huis opgehaald en weer veilig thuisgebracht

De Wensbus haalt u thuis op en brengt u ook weer veilig terug. De bus is niet geschikt voor rolstoelvervoer. Ook moet u zelf kunnen in- en uitstappen. Wanneer u een rollator of rolstoel gebruikt, dan kan deze wel meegenomen worden, mits ze ingeklapt kunnen worden.

Rijtijden van de Wensbus

De Wensbus rijdt van maandag t/m vrijdag van 8.30 – 12.30 uur en van 13.00 – 17.00 uur, met uitzondering van feestdagen. Huisdieren zijn niet toegestaan, uitgezonderd hulphonden.

Hoe werkt de Wensbus?

- Neem minimaal één dag van te voren, telefonisch contact op met telefoonnummer 06 40 58 58 69. Dit kan van maandag t/m vrijdag tussen 9.00 en 12.00 uur. U mag maximaal 4 weken van tevoren een rit reserveren.
- Geef uw naam, adres en telefoonnummer door en zeg hoe laat u thuis wilt worden opgehaald, waar u naar toe wilt gaan en hoe laat u

weer naar huis gebracht wilt worden. Als u niet weet hoe laat u weer opgehaald kunt worden na een bezoek aan het ziekenhuis, huisarts etc. dan neemt u rechtstreeks contact op met onze chauffeur om een retour rit af te spreken.

Kosten

De kosten van een rit binnen onze gemeente bedragen € 1,50 enkele reis. Buiten de grenzen van gemeente Roerdalen is dit € 3,00 enkele reis. U betaalt de ritvergoeding per pinpas aan de chauffeur. Ook kunt u een 10 rittenkaart kopen voor de prijs van € 13,50 per kaart in de bus.



Meer informatie

Voor meer informatie kunt u terecht op de website www.wensbusroerdalen.nl of u kunt een mailtje sturen naar: info@wensbusroerdalen.nl

Vrijwilliger worden bij de Wensbus Roerdalen?

De Stichting Wensbus Roerdalen is altijd op zoek naar chauffeurs van deze bus. Als chauffeur rijdt u dan met de bus en helpt u de passagiers. U kunt zich ook melden als gastvrouw/gastheer. U helpt dan de passagiers en de chauffeur tijdens de ritten en uitstapjes.

Eveneens kunt u als vrijwilliger de ritten van de Wensbus coördineren.

Maar u kunt ook 'vriend' worden van de Wensbus en hierbij een jaarlijkse financiële bijdrage leveren van minimaal € 25,00. Uw naam of bedrijf wordt dan op de website www.wensbusroerdalen.nl vermeld als vriend.

Aanmelden als vrijwilliger of als vriend van de Wensbus kan via info@wensbusroerdalen.nl

Bent u slecht ter been en heeft u andere vervoersbehoeften die niet met de Wensbus kunnen worden vervuld? Neem dan contact op met het Sociaal wijkteam van Vlodrop.

Samen met u wordt dan gekeken naar andere oplossingen. Loop op dinsdagmiddag van 13.30 - 15.00 uur eens binnen bij het spreekuur in het gebouw van: Fysiotherapie R. Minkenberg & G. Theisen, Schaapweg 1, of bel: 0475 53 88 88

of mail naar: sociaalwijkteam@roerdalen.nl

Uitvaartverzorging Willems

Heinsbergerweg 190
6045 CL Roermond
0475-333040

't Sittert 22
6077 NN St. Odiliënberg
0475-401854

www.willemsuitvaartverzorging.nl

RESTAURANT AAN DE HOEVE

- Gelegen bij de bekende Gitstappermolen!
- Startpunt fiets- en wandelroutes
- Eigen wandelroute van ca. 5 km
- Ideaal voor feesten, groepen en partijen
- Open van 10.00 tot 21.00 uur
- Gratis parkeergelegenheid
- Ontbijten, lunchen en dineren.

Reserveren? Bel gerust naar 0475-531410
of bekijk onze website.

RESTAURANT DE HUIFKARHOEVE

- Gelegen bij speeltuin De Gitstap!
- Startpunt fiets- en wandelroutes
- Eigen wandelroute van ca. 5 km
- Ideaal voor feesten, groepen en partijen
- Open van 10.00 tot 21.00 uur
- Gratis parkeergelegenheid
- Ontbijten, lunchen en dineren.

Reserveren? Bel gerust naar 0475-536422
of bekijk onze website.

SPEELTUIN DE GITSTAP

- 30.000 m2 met speeltoestellen
- Maart t/m november open
- Gratis parkeergelegenheid
- 7 dagen per week geopend
- Open van 10.00 tot 19.00 uur
- Eetgelegenheden op loopafstand
- Plezier voor groot én klein!

Bekijk onze website voor de arrangementen
of bel naar 0031-657576899.

VAKANTIEHUIS AM GITSTAPPER HOF

- Overnachten op een unieke locatie!
- Gelegen naast de bekende Gitstappermolen
- Eetgelegenheden op loopafstand
- Geschikt voor maximaal 6 personen
- Gratis parkeergelegenheid
- Startpunt fiets- en wandelroutes
- Rustige omgeving in de natuur.

Bekijk onze website voor meer informatie
over de mogelijkheden.

Mail@gitstap.nl

Gitstappermolenweg 1(a)

www.gitstap.nl

6063 NT Vlodrop



Daniëls, de grootste in *groen*!

Daniëls



TUINCENTRUM

Herkenbosserweg 4
VLODROP

www.tuincentrumdaniels.nl

Iedere zondag geopend van 10 tot 17 uur.



Goede kwaliteit, prima service, vakmanschap en eerlijke prijzen

Schmitz

tuincentrum



Herkenbosserweg 2 – 6063 NL Vlodrop
Tel: 0475-535919 – www.tuincentrumschmitz.nl

Drukwerk nodig?

Wij bieden u de helpende hand

Digitaal drukwerk
voor kleine oplages
Offset voor grote oplages

Ons motto:
Afspraak is
afpraak!

Zakelijk drukwerk
Familedrukwerk
Verenigingsdrukwerk

Van visitekaartje
tot XL formaat

Snelle
levering

Vraag
vrijblijvend
offerte



Drukkerij Koenen b.v.

Hoofdvesting
Schaapweg 22
6063 BA Vlodrop
T 0475 406 406

Servicepunt
Waldfeuchterbaan 134
6105 BP Mariahoop
info@drukkerij-koenen.nl

Kijk ook eens op onze website:

www.drukkerij-koenen.nl

Bel voor
een afspraak
wij komen
graag bij
u langs