



## STICHTING WIJKRAAD MOESEL

### Voorzitter:

**Paul de Laat**

Dagelijks bestuur,  
Algemene beleidszaken en  
Algemeen woordvoerder  
Wijkraad Moesel  
Contactpersoon commissie Onderwijs,  
Sport en Welzijn  
Contactpersoon website  
E-mail adres: p.delaat@totiria.nl

### Secretariaat: vacant

#### Postadres:

Mauritsstraat 9  
6006 EJ Weert  
E-mail adres: info@wijkraadmoesel.nl

### Penningmeester:

**Ria Egelmeers**

Dagelijks bestuur  
E-mail: lei.egelmeers@gmail.com

### Bestuursleden:

**Nelly van de Voort**

Vice-voorzitter  
Contactpersoon commissie:  
Jeugd, Speeltuinen en Nieuwkomers  
Lid commissie: Sociale veiligheid,  
Verkeer en Wonen  
E-mail: ammvoort1951@kpnmail.nl

### Ger Melis

Contactpersoon commissie:  
Sociale veiligheid, Verkeer en Wonen  
E-mail: gerardusmelis@gmail.com

### Contactpersoon wijkkrant:

**Patricia Jorissen**

E-Mail: wijkkrant@wijkraadmoesel.nl

# WIJKKRANT MOESEL

## Woord van de voorzitter

Beste wijkbewoners,

Dit is een periode die anders loopt dan we begin dit jaar hadden kunnen bedenken. Ook wij als wijkraad hebben onze activiteiten in de ijskast moeten zetten en hebben geprobeerd om online onze vergaderingen door te laten gaan. Maar dit zijn maar kleine aanpassingen van onze kant. Veel wijkbewoners hebben meer last van de Coronacrisis en een aantal wijkbewoners hebben de strijd niet kunnen winnen van dit nieuwe virus. Ik wil daarom dan ook iedereen oproepen om besmettingsrisico's zo veel mogelijk te beperken. Mogelijk dat je geen gevaar ziet voor jezelf, maar je weet niet of anderen in je omgeving wel kwetsbaar zijn. Dus bij deze nog eens de alom bekende oproep, houd afstand en vermijd drukte. Niet alleen voor jezelf, maar ook voor je buurtgenoten.

Als je ideeën hebt en je wilt in het kader van deze Coronacrisis iets betekenen, kun je altijd contact opnemen met de Wijkraad. We denken graag met je mee en kunnen mogelijk ook financiële ondersteuning bieden. Want ook in de Coronatijd willen we als wijkraad graag een bijdrage leveren aan het leefbaar houden van onze mooie wijk.

Ook kan ik me voorstellen dat, omdat mensen nu veel thuis zijn geweest, er ook andere ideeën zijn om de leefbaarheid in de wijk te vergroten. Laat dit aan ons weten. We willen graag meedenken en waar mogelijk ondersteuning bieden.

**NOGMAALS:  
Houd afstand  
Vermijd drukte**



Bedankt!

*Paul de Laat*  
Voorzitter Wijkraad Moesel.

## Samen aan de slag voor de toekomst

van de wijken Keent en Moesel!

**Samen met de inwoners van de wijken Keent en Moesel maken de gemeente Weert en Wonen Limburg een plan om deze wijken klaar te maken voor de toekomst.**

Eén onderdeel hiervan is de aanpak van de 650 verouderde portieketage woningen. Ook nemen we de openbare ruimtes, zoals de straten, trottoirs, speeltuintjes en plantsoenen hierin mee. Daarnaast nemen we het winkel-aanbod, de maatschappelijke voorzieningen, de horeca, het openbaar vervoer, de sportgelegenheden, de kerk en de moskee mee in deze wijkaanpak. Uiteraard met aandacht voor duurzaamheid, rekening houdend met de energietransitie.

Kortom, we kijken naar het totaalplaatje.

### Waar staan we nu?

We zijn volop aan de slag met het verzamelen en verwerken van alle informatie die we inmiddels al bij heel wat wijkbewoners hebben opgehaald. Naast persoonlijke gesprekken met zo'n 170 bewoners van de portieketage-woningen hebben we inmiddels van 650 bewoners een ingevulde vragenlijst retour! Een prachtige score die laat zien dat velen van u geïnteresseerd zijn in hun woon-omgeving. En voor ons heel belangrijke informatie zodat we weten wat u als bewoner belangrijk vindt en waar u behoefte aan heeft.

### Hoe nu verder?

De komende maanden zijn we vooral bezig met het zorgvuldig vertalen van alle opgehaalde informatie. Ook gaan we nog in gesprek met de wijkondernemers en andere partijen die actief zijn in Keent en Moesel zodat ook hun input meegenomen kan worden in de gebiedsvisie. Helaas heeft de coronacrisis voor de nodige vertraging gezorgd. Toch verwachten we eind 2020 de contouren met u te kunnen delen.

### We houden u op de hoogte!

Uw betrokkenheid willen we vasthouden. Traditioneel zou een bewonersavond een passende manier zijn om hieraan vervolg te geven. We zoeken nu naar alternatieven die passen bij de regels van het moment en waarmee we wél met iedereen in contact blijven.

Hoe we dat gaan invullen, komen we na de zomer bij u op terug. De website keentmoesel.nl houden we actueel zodat u daar altijd voor de laatste stand van zaken terecht kunt.

### HEEFT U VRAGEN?

Bel ons gerust: 088-385 0800 of mail naar [keentmoesel@wonenlimburg.nl](mailto:keentmoesel@wonenlimburg.nl). Helaas is het voorlopig niet mogelijk een bezoek te brengen aan onze projectruimte aan het Oranjeplein 1a te Weert.



wonen limburg

## Oproep

- Hebt u (leuke) opmerkingen of ideeën?
- Hebt u een lekker recept waarvan u denkt dat wijkbewoners dat ook lekker zullen vinden?
- Hebt u altijd al een stukje willen schrijven voor de wijkkrant?
- Hebt u gedichten in een la liggen die smeken om gelezen te worden?
- Hebt u andere zaken die u met ons wilt delen?

**Wij horen graag van u!**

E-mail: [info@wijkraadmoesel.nl](mailto:info@wijkraadmoesel.nl) of

kijk op onze website [www.wijkraadmoesel.nl](http://www.wijkraadmoesel.nl)

## Inloop Wijkverpleging bij De Ontmoeting

Per 8 juni gaat het inloopsprekuur weer open.

**Iedere maandag ochtend van 10.30 tot 12.00uur kunt u binnen lopen bij de Ontmoeting van Keent onderneemt (St. Jozefskerkplein 3) met vragen betreffende zorg & welzijn.**

Dit kan gaan over persoonlijke verzorging, verpleging, huis-houdelijke zorg, dag invulling, hulpmiddelen, ziektebeelden, begeleiding of heel iets anders.

Er is een wijkverpleegkundige en/ of iemand van de thuis-begeleiding aanwezig om uw vragen te beantwoorden. Ook vragen omdat u zich zorgen maakt om iemand anders zijn welkom. Misschien ziet u in uw omgeving dat iemand achteruitgaat/ moeilijker loopt of steeds minder buiten komt. Ook daarmee kunnen we ondersteunen.

Wij zullen hierbij de RIVM richtlijnen handhaven en vragen dan ook om de 1.5 meter afstand te houden. Tevens zullen

er momenteel geen themabijeenkomsten gepland worden. Als er meer mogelijk is binnen de RIVM richtlijnen zullen wij de nieuwe data en onderwerpen voor de themabijeenkomsten gaan plannen.

Van 13 juli t/m 17 augustus 2020 is er geen inloopsprekuur ivm vakantie.

Wijkverpleegkundigen en Thuisbegeleiding van de Zorggroep en Landvanhorne  
Klantenservice@dezorggroep.nl 088-6108861  
Info@landvanhorne.nl 0900-3335555



## Update Buurtcentrum Moesel Persbericht

**Na 2,5 maand vanwege het coronavirus gesloten te zijn geweest, zijn we vanuit Punt Welzijn onze accommodaties vanaf 2 juni weer langzaamaan én onder strikte voorwaarden gaan opstarten; zo ook Buurtcentrum Moesel.**

Helaas zijn alle activiteiten in het kader van bewegen en cultuur op dit moment nog niet toegestaan. Denk hierbij aan sportactiviteiten, denksporten, zingen in een groep en muziek maken op blaasinstrumenten in een groep. In de maand juni mogen er maximaal 30 personen tegelijkertijd in onze accommodatie aanwezig zijn. Zoals het er nu naar uitziet mag dit aantal vanaf 1 juli verhoogd worden naar maximaal 100 personen, mits de 1,5 meter afstand in acht genomen kan worden. Hopelijk blijft het virus ook na deze versoepeling onder controle en kunnen we in het najaar op de maandag weer starten met onze wekelijkse kienavond,

georganiseerd door V.V. De Vêrkusköp en Harmonie St. Joseph Weert-Zuid. Houd hiervoor de actuele informatie op [#kienenInWeert](https://www.facebook.com/kienenInWeert) in de gaten.

Ook de wijkraad Moesel hoopt dan weer de maandelijkse senioren-

dansmiddag en een discoavond voor de basisschooljeugd te kunnen organiseren. Op hun website [www.wijkraadmoesel.nl](http://www.wijkraadmoesel.nl) kun je t.z.t. meer informatie hierover vinden. In het laatste weekend van oktober staan de ruilbeurs van Modelspoorwegvereniging Weert (zie: [www.mswv.nl](http://www.mswv.nl)) en onze jaarlijkse najaarsmarkt (zie: [www.puntwelzijn.nl](http://www.puntwelzijn.nl)) gepland. We gaan ervan uit dat beide activiteiten door zullen gaan, al dan niet in aangepaste vorm.

Je kunt altijd met vragen over deze en andere activiteiten én over de huurmogelijkheden terecht bij Buurtcentrum Moesel, Jolanda Bruekers, tel.nr. 0495-520331 / 06-55344799. Wij hebben er weer zin in en hebben er alle vertrouwen in dat we jou als gast op een veilige manier kunnen ontvangen. Onze locatie is zodanig ingericht dat je er veilig kunt samenkomen. Vanzelfsprekend houden we rekening met de 1,5 meter afstand en de verdere richtlijnen van het RIVM. Daarnaast vertrouwen we erop dat iedereen op zijn eigen gezondheid let en thuis blijft bij de geringste (verkoudheids) klachten. Zo zorgen we er samen voor dat we weer fijn, veilig en gezond elkaar kunnen ontmoeten.

Team Buurtcentrum Moesel







## Levert deze Corona-crisis ook iets positiefs op?

De uitbraak van COVID-19 heeft (ook) in Nederland veel persoonlijke en financiële ellende veroorzaakt. Angst voor een besmetting en het behoud van werk en bedrijf werden plotsklaps realiteit. Veel aspecten van het dagelijks leven zijn niet meer vanzelfsprekend. Er wordt een beroep gedaan op onze flexibiliteit, ons aanpassingsvermogen. Naast de negatieve berichten en ervaringen, rijst de vraag of deze crisis ook iets positiefs oplevert?

Vanaf de start van de Corona-crisis en de maatregelen van de overheid, was ons motto bij Topfysiotherapie van der Zanden: 'De Zorg gaat door!' Dat wil zeggen; De strikt medisch noodzakelijke behandelingen werden – onder voorwaarden – gegeven. Ook acute zorg aan mensen in de vitale beroepen werd door ons team verzorgd. Tijdens onze jaarlijkse brainstormsessie met het team, werd de term 'Omdenken' geïntroduceerd. Grondlegger Berthold Gunster maakt duidelijk dat problemen ontstaan door een tegenstelling tussen de feiten en onze verwachtingen. Met andere woorden; Hoe kunnen we negatieve gevolgen van de Corona-crisis ombuigen in positieve acties? We benoemen u enkele acties die wij hebben uitgevoerd:

- Zorg op afstand werd geïntroduceerd; met behulp van een videoconsult via ClickDoc werden patiënten – waar mogelijk – op afstand geholpen. In veel gevallen bleek dat beter te werken dan verwacht.
- Ruim 70 video's met oefeningen werden opgenomen in de praktijk, zodat patiënten en onze sporters thuis konden blijven trainen. Deze video's zijn te vinden op onze website.
- Onze oedeemfysiotherapeuten maakten 2 video's voor zelfzorg op gebied van lymfedrainage voor onze patiënten.
- De website kreeg een forse update en daarop werd tevens een aparte pagina geplaatst met informatie van de praktijk tijdens deze Corona-crisis.
- Er werd een winactie op onze Instagram-pagina @Topfysiotherapie\_Weert uitgezet.
- Een hygiëne protocol voor bezoek aan ons gezondheidscentrum TopZorg Weert werd opgesteld.

**U ziet het, wij hebben niet stilgezeten en zijn weer volledig open!**

We helpen u graag om samen te bewegen naar beter!

Kijk eens op onze website [www.topfysiotherapieweert.nl](http://www.topfysiotherapieweert.nl) en volg ons op:

@Topfysiotherapie\_Weert @TopfysiotherapieWeert @Topfysio\_Weert



SAMEN  
BEWEGEN  
NAAR  
BETER



## Plots was alles anders

Als vrijwilligers van de Annamolen aan de Keenterstraat waren we druk bezig met het maken van ambitieuze plannen voor een spannend molenjaar 2020. Drie uitdagende tentoonstellingen in de molen in mei, september en oktober, Nationale Molendag, Open Monumentendag, Grenzeloze Molendag en met als klap op de vuurpijl een weekeind met 36 uur draaien op de molen. Na het succesvolle molenjaar 2019 zou 2020 voor de Annamolen nog mooier worden.

In maart toen werd plots alles anders. Niet alleen de Annamolen van Keent, heel het land, heel Europa en heel de wereld kwamen in een soort noodstop tot stilstand. Nauwelijks 2 maanden verder maken we ons druk over vragen als: "Kunnen we nog open gaan als molen? Hoe kunnen we de molen corona-proof maken? Is het straks nog mogelijk bezoekers te ontvangen?" "Onze ambitieuze planning voor 2020 is in het archief verdwenen. Daar zal later misschien ooit weer eens iemand in kijken en denken: "Daar is toen weinig van terecht gekomen."

Maar na een gedwongen periode van stilstand willen we 2020 als vrijwilligers nog niet totaal afschrijven. We hopen in juni of juli, alles hangt af van wat Den Haag beslist, toch weer open te gaan. Want het Verhaal van de Molen vertellen en ons molenerfgoed laten zien zit ons nu eenmaal in het bloed. Maar niets is meer zoals het was.

Dat betekent dus wél molenbezoek maar anders dan iedereen tot nu toe gewend was. De molen als open huis voor Moesel, Keent, Graswinkel en Altweeterheide, waar veel mensen gezellig kwamen binnenwandelen om even wat te kletsen, meel te kopen of gewoon even een bak koffie te drinken, die bestaat voorlopig niet meer. Ook wij moeten corona-regels in acht nemen en de molen afstemmen op social distancing.

Dat betekent strikt éénrichtingsverkeer in de molen, een vaste looproute, tijdelijk een andere entree via de molenberg, maximum 10 personen gelijktijdig binnen en uitleg en rondleidingen meestal via beelden op twee grote schermen in de molen en een molenaar of molengids die, wat afstandelijk van achter een plexiglas scherm, over Anna vertelt. Maar ons Verhaal over de Molen, over duurzaamheid, biodiversiteit, erfgoed en Kempen~Broek zal er niet minder enthousiast om zijn.

Vanaf 1 juni op zaterdag mogen we u weer welkom heten in onze bijna 110 jaar oude dame en onze molenwinkel is ook iedere zaterdag vanaf 11 uur open. Bovendien is onze online molenwinkel via [www.winkelannamolenkeent.nl](http://www.winkelannamolenkeent.nl) ook alle doordeweekse dagen geopend.

Want zelfs covid-19 krijgt Anna vooralsnog niet stil.





## Het Gezondheidshuys en Stichting Hartsave Moesel

slaan de handen ineen!

In Gezondheidscentrum het Gezondheidshuys gelegen aan de Oudenakkerstraat kunt u veel verschillende zorgverleners vinden, waaronder Apotheek Zuidgeest, Huisartsenpraktijk Wolters en Janssen en Jouwfysio.

Stichting Hartsave Moesel en het Gezondheidshuys hebben afspraken gemaakt om Moesel hartveiliger te maken. Het Gezondheidshuys heeft haar AED beschikbaar gesteld voor de buurt, zo kan deze buiten de openingstijden ingezet worden bij een reanimatie.

Stichting Hartsave Moesel heeft de buitenkast aangeschaft zodat de AED veilig en droog kan worden opgeborgen.

Het Gezondheidshuys is blij dat zij een bijdrage kunnen leveren aan een hartveilige wijk. Stichting Hartsave Moesel is zeer verheugd dat het Gezondheidshuys haar AED beschikbaar stelt. Met deze AED is de gewenste dekking van AED's binnen de bebouwde kom bijna rond.

Met deze AED erbij zijn er nu 7 AED's aangemeld in de wijk Moesel bij HartslagNu. Deze zijn 24/7 beschikbaar in het geval van een reanimatie. 4 hiervan zijn gelegen binnen de bebouwde kom, 3 in het buitengebied.

Bent u in het bezit van een reanimatiecertificaat?

Meldt u aan als burgerhulpverlener bij HartslagNu en draag uw steentje bij aan een hartveilige wijk!

Als burgerhulpverlener kunt u worden opgeroepen in geval van een reanimatie bij u in de buurt. In een straal van 500 meter om het slachtoffer heen krijgen de burgerhulpverleners een oproep om de dichtstbijzijnde AED te halen of om direct naar het slachtoffer te gaan. U kunt bij een oproep te allen tijde bepalen of u gehoor geeft aan deze oproep, u bent niks verplicht.



Foto van links naar rechts:

Jay Beelen, Voorzitter Stichting Hartsave Moesel

Loek van der Putten, Jouwfysio

Pieter Zuidgeest, Apotheker

Ralph Janssen, Huisarts

Kijk op [www.hartslagnu.nl](http://www.hartslagnu.nl) voor meer informatie, voor het laatste nieuws in tijden van corona en om u aan te melden als burgerhulpverlener.

### Heeft u nog geen reanimatiecertificaat, maar wilt u graag een reanimatie- en AED-cursus volgen?

Houdt u onze website of Facebookpagina in de gaten voor nieuwe cursusdata. In verband met het coronavirus gaan wij naar verwachting in het najaar 2020 nieuwe cursussen aanbieden. [www.hartsavemoesel.nl](http://www.hartsavemoesel.nl)



#### Overzicht AED's Moesel

1. Henricus Woutersstraat 16
2. Gilde opleidingen, Drakesteyn 5
3. Buurtcentrum Moesel, Christinelaan 25
4. Het Gezondheidshuys, Oudenakkerstraat 57-63
5. Binnenkort verwacht: Brede School Moesel, Stadhouderslaan 21
6. Saes Weert, Maaseikerweg 162
7. TMF Jobs, Grotehegsteeg 35
8. Fietscafé Hoeve Lieshout, Brijbaan 30

#### Meer weten over de wijkontwikkeling?

Bel gerust: 088-385 0800 en vraag naar Aniek Burger of mail naar [keentmoesel@wonenlimburg.nl](mailto:keentmoesel@wonenlimburg.nl). Of kom langs in de projectruimte aan het Oranjeplein 1a



## Het Gezondheidshuys in coronatijd

Als zorgverleners in een gezondheidscentrum mocht er langdurig slechts "noodzakelijke zorg" geleverd worden.

Nu is er weer toegang tot minder noodzakelijke, maar zeer gewenste zorg. De Wijkraad Moesel vroeg de zorgverleners in het Gezondheidshuys naar de huidige stand van zaken.

Bij binnenkomst in de centrale hal valt het op dat er strepen op de vloer zijn aangebracht die de afstand van 1,5 meter aanduiden. Bij Apotheek Zuidgeest mogen er momenteel maximaal 4 mensen tegelijk binnen, wacht dus in de hal op uw beurt. Voor het contactloos ophalen van bestellingen wordt de afhaalkluis op de gang extra ingezet. Met een code die u ontvangt via uw emailadres of mobiele nummer kunt u uw bestelling veilig uit de afhaalkluis halen. Ook heeft de apotheek de mogelijkheden tot het bezorgen van geneesmiddelen uitgebreid.

Bij Huisartsenpraktijk Wolters en Janssen is het van groot belang dat de reguliere zorg zo snel en zo veilig mogelijk weer wordt opgepakt. Alle patiënten dienen eerst telefonisch contact op te nemen voor een uitgebreide triage. Ook is het spreekuur aangepast en is de praktijkdeur gesloten om te voorkomen dat het te druk wordt aan de balie. Heeft u een afspraak, dan belt u rechts naast de deur aan. Indien mogelijk behandelt de huisarts u op afstand.

#### Heeft u gezondheidsklachten?

Meld dit dan telefonisch bij uw huisarts.

Doordeweeks kan dit van 8.00 - 17.00 uur op tel: 0495-534526.

Tussen 17.00 - 8.00 uur, op feestdagen en in het weekend belt u de huisartsenpost op tel: 0495-677677.

Ook niet-corona gerelateerde klachten kunnen dringend zijn, blijf dus niet te lang wachten met klachten.

Op de eerste verdieping van het Gezondheidshuys zijn er ook de nodige maatregelen getroffen. Middels stickers op de vloeren zijn de gewenste looplijnen aangegeven, de toiletten zijn buiten gebruik en de baliedames werken achter plexiglas. In de wachtkamer staan nog maar enkele stoelen, kom dus bij voorkeur alleen naar uw afspraak

en kom vooral niet te vroeg. De fysiotherapiepraktijk Jouwfysio is heropend voor reguliere zorg. Behandelingen vinden 1 op 1 plaats en indien mogelijk op afstand. Groepstherapie en fysiofitness mag nog niet hervat worden. Ook Osteopathiepraktijk Roland Gertsen is weer geopend. In de gang bij de kamer van de osteopaat en bij Podotherapie Verhoeven staan stoelen die dienen als wachtplaats om drukte in de reguliere wachtkamer te vermijden. Ook de podotherapeuten hebben de zorg weer volledig opgestart voor gezonde mensen. Susanne Maas Praktijk voor Ergotherapie bezoekt ook weer haar cliënten, wanneer telefonisch contact onvoldoende uitkomst biedt. Logopedie Ellen Schouten plant de afspraken extra ruim, zo hoeven bezoekers niet te wachten in de wachtkamer en kunnen ze direct doorlopen. Diëtistenpraktijk Mirjam Coolen heeft in haar kamer aanpassingen gedaan om veilig de cliënten te kunnen behandelen.

Aan de andere kant van het gebouw, bij Medipsy wordt er aan gewerkt om mensen psychisch te ondersteunen in coronatijd. Coronapatiënten en hun directe omgeving kunnen psychische klachten ervaren na een ziekteperiode of na verlies. Door de maatregelen die zijn opgelegd speelt er veel onrust, vereenzaming en angst. Stressklachten komen ook meer voor door het vele thuiswerken waardoor de werk- en privésituatie moeilijker van elkaar te onderscheiden zijn en er veel zorg is uitgesteld.

Hoorcentrum Weert werkt met een aangepast hoorprotocol, gezien hoorzorg binnen de 1,5 meter plaatsvindt. De Zorggroep levert thuiszorg met gepaste beschermingsmiddelen en is scherp op signalen van vereenzaming en somberheid bij mensen thuis.

Alle zorgverleners in het Gezondheidshuys werken volgens de richtlijnen van het RIVM en van hun eigen beroepsvereniging. Behandelen op afstand behoudt de voorkeur en persoonlijke beschermingsmiddelen worden indien nodig of indien gewenst ingezet. Zorg in de praktijk wordt enkel verleend aan gezonde mensen.





## Bijkomen van corona omgaan met stress-teleurstellingen

Sinds maart ligt bijna alles stil en wordt er van ons allemaal opeens veel gevraagd en verwacht. Het verzoek van de overheid is nog altijd om zo veel als mogelijk thuis te blijven en 1,5 m afstand te houden.

Deze situatie brengt veel onzekerheden met zich mee en voor sommige mensen ook angsten en eenzaamheid. Ook voor ons als maatschappelijk werkers zijn deze maatregelen van belang, maar blijven we zoeken naar mogelijkheden om ons werk zo goed als mogelijk te kunnen blijven doen. Daarom zijn we de afgelopen tijd druk bezig geweest met het zoeken naar mogelijkheden om onze hulpverlening zo veel als mogelijk door te laten gaan, met alle maatregelen die er zijn. Zo hebben wij een online workshop ontwikkeld, waar men zich voor kan aanmelden.

Het gaat over de workshops Omgaan met stress en Omgaan met teleurstellingen.

In de online workshop **Omgaan met stress** wordt er gekeken naar de huidige stressfactoren in jouw leven en wat die met jou doen. Hoe komt dit tot stand en hoe zou je dit kunnen verminderen?

### Deze workshops vinden plaats op:

- **Donderdag 11 juni, donderdag 9 juli en donderdag 6 augustus.** Het tijdstip is van **20.00 uur tot 21.00 uur.** Na aanmelding via de e-mail krijgt u van ons een link toegestuurd om de workshop te kunnen volgen.

In de online workshop **Omgaan met teleurstellingen** wordt er gekeken naar de dingen die nu anders gaan, dan wat jij eigenlijk gepland, gehoopt of verwacht had. Alle vanzelfsprekendheden zijn weggefallen, wat het dagelijks leven er niet makkelijker op maakt. Wat kom jij hierin tegen en hoe ga je hier mee om? Is er wellicht een andere manier om hier naar te kijken en hier mee om te gaan?

### Deze workshops vinden plaats op:

- **Donderdag 28 mei, donderdag 25 juni, donderdag 23 juli en donderdag 20 augustus.** Het tijdstip is van **20.00 uur tot 21.00 uur.** Na aanmelding via de e-mail krijgt u van ons een link toegestuurd om de workshop te kunnen volgen.

Naast online workshops bieden we ook workshops aan op kantoor genaamd **Bijkomen van Corona**. In deze workshop willen we mensen verbinden die het op dit moment moeilijk hebben en stress ervaren door de coronacrisis. Mensen kunnen ventileren en ervaringen delen over deze moeilijke situatie. We onderzoeken met elkaar kansen, mogelijkheden en uitdagingen in deze tijd. We willen mensen stimuleren om naar hun toekomst te kijken op de korte en langere termijn.

### Deze workshops vinden plaats op:

- Dinsdag 2 juni en op dinsdag 14 juli op ons kantoor in Roermond: Bredeweg 239D. Het tijdstip voor beide workshops is van 18.30 uur tot 20.30 uur.
- Dinsdag 16 juni en op dinsdag 28 juli op ons kantoor in Weert: Vogelsbleek 10. Het tijdstip voor beide workshops is van 18.30 uur tot 20.30 uur.
- Dinsdag 30 juni en dinsdag 11 augustus op ons kantoor in Maasbracht: Zandkuilweg 8. Het tijdstip voor beide workshops is van 18.30 uur tot 20.30 uur.

Alle workshops worden eenmalig gegeven en er wordt met de deelnemers besproken of er behoefte is aan een vervolg. Voor alle fysieke workshops geldt dat wij ons houden aan de richtlijnen van het RIVM.

Mocht u geïnteresseerd zijn in een van bovenstaande workshops, kunt u zich aanmelden via e-mail of telefonisch.

Wij zijn bereikbaar op nummer 088-656 06 00 en per e-mail op [groepswerkamw@amwml.nl](mailto:groepswerkamw@amwml.nl)



## Dementievriendelijk Weert

Wanneer je naaste dementie heeft, is het belangrijk om op een goede manier met deze ziekte om te gaan. Hoe kun je de persoon met dementie het beste benaderen? Hoe kun je omgaan met dementie? En wat kun je beter niet doen?

Het afgelopen jaar heeft de gemeente Weert samen met (maatschappelijke) organisaties, zorgaanbieders, vrijwilligers, ondernemers, seniorenverenigingen en mantelzorgers nagedacht over deze vraag. Gezamenlijk is een Uitvoeringsprogramma Dementievriendelijk Weert opgesteld waarin de volgende ambitie centraal staat: Weert is een solidaire samenleving met ruimte en respect voor mensen met een vorm van dementie en hun omgeving. Wij vinden het belangrijk om mensen die met dementie te maken krijgen, passende zorg en ondersteuning te bieden zodat hun kwaliteit van leven zoveel mogelijk past bij hun behoefte. In Weert is het voor mensen met dementie mogelijk om deel te nemen aan alledaagse activiteiten. Het is belangrijk dat inwoners meer weten over dementie en hoe om te gaan met mensen die dementie hebben. Zodat ze weten wat ze zelf kunnen doen om die mensen en hun familie te steunen. De komende jaren wordt gewerkt aan een dementievriendelijk Weert door middel van tal van activiteiten. Dementiemaatjes is één van de activiteiten, die van grote meerwaarde kan zijn voor mensen met dementie en hun mantelzorgers.

### Dementiemaatjes

Een maatje komt bij de persoon met dementie thuis, biedt gezelschap en dient als 'praatpaal' voor de mantelzorger. Het gaat vooral om het aanwezig zijn, het luisteren aandacht geven. Het maatje kan eventueel ook wat tips geven over de dagelijkse gang van zaken. Dit geeft de mantelzorger ademruimte om iets voor zichzelf te doen en de dagelijkse zorg voor zijn naaste tijdelijk los te laten. Een maatje kan, in overleg met de mantelzorger, leuke dingen doen met degene met dementie. Als dementiemaatje krijg je gratis scholing aangeboden in de vorm van een cursus waarin je veel leert over de verschillende vormen van dementie en hoe je omgaat met mensen met dementie. Ook wordt er aandacht besteed aan de rol van mantelzorgers en de invloed die dementie op hun leven kan hebben.



Een casemanager dementie begeleidt de dementiemaatjes. "Het is mooi en dankbaar werk dat mij erg veel voldoening schenkt." Aan het woord is Annie Boonen, die al jaren dementiemaatje is. Annie (72) heeft jaren in de verpleging gewerkt, waarvan 12 jaar met mensen met dementie. "Punt Welzijn en een casemanager dementie brengen jou als maatje in contact met de zorgvrager en zijn/haar mantelzorger. De bedoeling is dat je leuke dingen doet met de persoon. Geen verpleegkundige handelingen, alleen maar zorgen voor gezelschap en ontspanning. Vaak ga ik met ze wandelen. Bij minder goed weer gaan we kaarten, Rummikub spelen, een praatje maken of liedjes zingen. Hierdoor wordt de mantelzorger (vaak de partner) ontlast en kan even tijd voor zichzelf nemen. De bezoeken die ik afleg gaan in overleg, net als de frequentie. Meestal zijn het vaste dagdelen, waardoor er duidelijkheid en vastigheid is bij de cliënten." Annie vervolgt: "We zijn vrij om invulling aan onze taak te geven en hoeven niet te rapporteren. Wat je met de persoon doet, hangt ook af van zijn of haar situatie. Veelal komen ouderen met de ziekte dementie te weinig buiten. Wij kunnen daar invulling aan geven door met ze naar buiten te gaan. Lopen aan de arm, met de rollator of in de rolstoel.

Want bewegen is goed en belangrijk, zeker in de buitenlucht en de zon. Mensen met de ziekte dementie zijn blij als we komen, maar ze zijn soms ongeremd en onvoorspelbaar in hun reactie. Dat maakt het erg bijzonder. Het is zo mooi om in deze fase iets te kunnen betekenen voor hen en hun mantelzorger. Ik zou mensen willen stimuleren om te overwegen ook 'maatje' te worden. Het is een zeer zinvolle besteding die niet alleen anderen blij maakt maar ook jezelf. Doen!"

Heb je vragen over dementiemaatjes of over Dementievriendelijk Weert?

Neem dan contact op met Punt Welzijn: 0495-697900 / [mantelzorg@puntwelzijn.nl](mailto:mantelzorg@puntwelzijn.nl)





## De zomer is in aantocht

Column geschreven door Beppie Ottenheim

De zomervakantie is in aantocht en de maatregelen als gevolg van de coronacrisis zijn inmiddels wat versoepeld. Het was, en is nog steeds, een spannende en onzekere tijd. Iedereen heeft het over het 'nieuwe normaal'. Zouden we ooit nog terug kunnen naar het 'oude normaal', vraag ik me af als ik terugdenk aan de vakantie van vorig jaar...

Eén van mijn buurvrouwen vangt altijd alles en iedereen op. Of het nu kinderen, honden, katten of konijnen zijn, je kunt het zo gek niet bedenken. Zij is ook degene die op ons huis past als wij op vakantie zijn.

Nu haar laatste kind het nest had verlaten en ik hoorde dat ze zelf op vakantie ging, wilde ik uiteraard

graag iets terug doen. Ik moet er even bij vertellen dat ik ook een echte dierenliefhebber ben, maar niets heb met katten.

Op een dag kwam ze langs voor een kop koffie en had ze een vraag. Ik hield mijn adem in, want ik wist dat ze ook enkele poezen te logeren had van een ziek familielid.

'Nee, nee, maak je maar geen zorgen, drie andere dames zorgen al om de beurt voor de poezen.' Mijn gezicht sprak waarschijnlijk boekdelen. 'Ik wilde jou vragen of je af en toe de gordijnen eens open en dicht wil maken.'

Zo onopvallend mogelijk liet ik mijn adem ontsnappen en verzekerde haar dat ik dat heel graag wilde doen.

De eerste ochtend nadat ze weg waren, zag ik dat de poezendame van de avond ervoor de gordijnen had gesloten, dus ik stak de weg over om ze weer open te maken. Omdat ik toch snel in en uit zou zijn, liet ik de voordeur op een kier staan. De poezen zaten immers op de zolderverdieping. Dácht ik!

De schrik sloeg me om het hart toen ik even later één poes buiten zag en één in de deuropening. Met mijn allerliefste stemmetje haalde ik de ontsnapte poes over om naar binnen te komen.

Dat lukte! Nu waren er dus twee poezen binnen. Maar volgens mij waren er in totaal drie poezen! Wat nu? Ik wist waar een van de poezendames woonde, dus ik belde schoorvoetend bij haar aan.

'Eh... vraagje hè... er waren toch drie poezen, of niet?' De poezendame keek me fronsend aan bij het horen van mijn piepstemmetje. 'En zitten die niet altijd alleen op de zolderverdieping?'

'Nee hoor, er zijn twee poezen en ze mogen ook op de bovenverdieping. Hoezo?'

Wederom liet ik onopvallend mijn ingehouden adem ontsnappen en vertelde haar wat me overkomen was. Toen mijn gezicht weer een normale kleur had, kon ik opgelucht met haar mee lachen om mijn blunder.

Ik wil dit jaar tijdens het 'nieuwe normaal' met alle liefde de gordijnen weer open en dicht maken, zelfs als dat betekent dat ze poezen te logeren heeft. De zomervakantie is immers in aantocht.

**Beppie Ottenheim** schrijft behalve in het Nederlands, ook in het Weertse dialect. Ze heeft enkele verhalenbundels uitgegeven waarin columns en spannende verhalen elkaar afwisselen. Leuk leesvoer!  
De boeken zijn te koop bij bol.com



## Als pijnlijke voeten u tegenhouden om te gaan bewegen

Wandelen en sporten wordt minder leuk als er pijn of extreme vermoeidheid optreedt en ook de motivatie wordt hierdoor minder. Angst voor vallen en steeds terugkerende blessures zorgen voor minder plezier bij het bewegen.

Het was al lang bekend en inmiddels ook wetenschappelijk bewezen dat bewegen de algemene gezondheid verbetert. Bewegen vertraagt het proces van dementie, het verbetert de doorbloeding, het versterkt je immuunsysteem, het is een gezonde manier om af te vallen, het verbetert de functie van hart en longen, het verbetert de coördinatie en daarmee verklein je de kans op vallen, in veel gevallen genezen mensen van diabetes type 2, enz. Dus voldoende redenen om aan de slag te gaan.

Daarom draagt Podotherapie Verhoeven graag bij aan het verhogen van het plezier bij bewegen en bij het verbeteren van de motivatie om te gaan wandelen en sporten en dit ook vol te houden.

Bij wandelen en sporten met plezier horen gezonde voeten.

Wandelaars, (top)sporters, ouderen en kinderen kunnen een afspraak maken voor een uitgebreid onderzoek waarin we beginnen met luisteren wat de wensen zijn. Hierna wordt gekeken hoe de voeten en de rest van het lichaam staan en nog belangrijker hoe deze bewegen. De voeten zijn de basis, dus wordt er extra uitgebreid gekeken naar de functie van de voeten. Zijn de voeten stabiel, zijn ze sterk, doen ze pijn, staan ze in de juiste stand, zijn ze stug, zijn ze soepel? Door kleine afwijkingen in deze punten kan pijn, instabiliteit en vermoeidheid ontstaan. Het mooie is dat al deze punten te verbeteren zijn met podotherapeutische inlegzolen, een schoenadvies of een andere passende oplossing.

We bieden écht zorg op maat om het plezier van wandelen, sporten en andere vormen van bewegen te verhogen en daarmee de algemene gezondheid.



Podotherapie Verhoeven  
Tel: 0495-537868  
Gezondheidshuys  
Oudenakkerstraat 63 Moesel

### Maandelijkse Kledinginzameling

In samenwerking met de Sponsorwinkel verzorgt Harmonie St. Joseph Weert-Zuid een maandelijkse kledinginzameling. Elke eerste zaterdag van de maand wordt de kleding vanaf 10:00 uur huis-aan-huis opgehaald. Doe ook mee en zet uw oude kleding en textiel in een gesloten plastic zak op de stoep.

Bij vragen bel 06 - 204 292 83.



### Oud papier

Scouting Hubovra komt elke 2<sup>e</sup> zaterdag van de maand het oud papier ophalen vanaf 9.00 uur.

Contact persoon via SMS te bereiken op nummer: 06-41245758.

## Activiteitenagenda

### JUNI

De senioren dansmiddagen gaan ook niet door, of dit in september doorgaat is nog niet bekend.

### De Servicelijn

De Servicelijn van de gemeente Weert is bereikbaar op tel.nr. 57 50 00.

Openingstijden: Maandag tot en met vrijdag van 08.00 uur tot 17.00 uur.

### Meer info

Kijk voor meer informatie op onze website [www.wijkraadmoesel.nl](http://www.wijkraadmoesel.nl).



### Mantelzorg Punt Welzijn is er voor jou!

Loop je ergens tegen aan of wil je gewoon even over je situatie praten?

Neem contact met ons op via  
0495-697900 of  
[mantelzorg@puntwelzijn.nl](mailto:mantelzorg@puntwelzijn.nl)

[puntwelzijn.nl](http://puntwelzijn.nl)



### HANDIGE TELEFOONNUMMERS

Gemeente Weert ( geluidshinder/klachten openbare ruimte)	0495 - 575000
Storing GS en elektriciteit (24 uur per dag bereikbaar)	0495 - 434800
Punt Welzijn	0495 - 697900
Meldpunt Jeugd	0900 - 8844
Wonen Limburg	088 - 3850 800
Algemeen Maatschappelijk Werk	088 - 6560 600
Storing tv (kabel)	0800 - 1682
Storing water	0800 - 0233 040
Politie. Wijkagenten: Ralph Meulendijks en Tonny Putman	0900 - 8844
KBO Weert Zuid / Soos De Oranjetref	0495 - 544301
Brede School Moesel	0495 - 536622
Gilde Opleidingen	0495 - 583636
SBO Het Palet	0495 - 750200
Parochiekantoor Kerk De Verrezen Christus (di t/m vr 10:00 – 12:00 u)	0495 - 541609
Buurtcentrum Moesel	0495 - 520331