



December 2022

In deze editie

- Rehacare
- Interviews en Columns
- Obstakels
- Sport

Inhoud

1	Bijzondere Bezoekster van de Rehacare	17	Oproep bestuursleden SGO
2	Inhoud en over SGO	18	Voelt ú zich gediscrimineerd?
3	Van de bestuurstafel	18	Studietoeslag Overbetuwe
4	In de Media	19	Lieke prokkelt (bron de Gelderlander)
5	Bezoek aan de Rehacare	19	ICT in de zorg en behandeling
6	Roemenië	20	Special Sports succesvol
6	Obstakels in Driel	21	Sportaanbieders in de Overbetuwe
7	De column van Lidy	22	Frans, onze vleugelspit stopt er mee
8	Wandelstokken en Elleboogkrukken	22	Nah Café Heteren
9	Nieuw bestuurslid SGO, Peter	23	Nah Café Elst, behandelprogramma Hersenz
9	Oprit Randweg vernieuwd	24	Parkinson onder de aandacht
10	Is úw bedrijf al toegankelijk?	24	Danslessen Kadans, Kleurjeleven App
11	Op stap in Zetten, een 10!	24	Speeltuinbende Winterboek
12	Obstakels in Zetten	25	Croissantjes op de markt in Heteren
13	Dappere strijder Omar	26	Zwemmen op maandagochtend
14	Fietsen, Bijzonder Mobiel	26	Oproep foto's Gehandicaptenparkeerplaatsen
15	Fietsen, De Buitenband, de Zonnebloemfiets	26	Zaza in actie, foto's op achterzijde blad27
16	Dankjewel Lia	27	Bijzondere plekken
16	Zalando verkoopt aangepaste kleding	28	Bijzondere Foto's van Zaza en Pippi

Over SGO

Go Nieuws is een gratis uitgave van de SGO en verschijnt elk kwartaal. Dit is **jaargang 25 nummer 2**.

De SGO (Stichting Gehandicaptenplatform Overbetuwe) is een gespreks- en overlegpartner voor mensen met een beperking in de gemeente Overbetuwe, een gemeente met elf dorpskernen. Het platform wijst gemeente, organisaties en instellingen op zaken die de integratie van gehandicapten in de samenleving belemmeren. Uitgangspunt is dat iedereen volwaardig aan het maatschappelijk leven deel moet kunnen nemen.

Secretariaat SGO

Tijdelijk: Theo Bus
Bellefleur 47
6662 HR Elst (Gld)

T: 06 57 80 21 02

E: secretaris@sgo-overbetuwe.nl

I: sgo-overbetuwe.nl

Bestuur SGO

Functie

Voorzitter

Penningmeester

Secretaris

Bestuurslid

Bestuurslid/Zwemmen

Nieuwsblad, website en toegankelijkheid

Bestuurslid

Bestuurslid/social media/inclusie

Bestuurslid /toegankelijkheid/hulpmiddelen

Bestuurslid

Contactpersoon Herveld, Andelst, scholenproject

Contactpersoon Zetten

Contactpersoon Driel

Contactpersoon Heteren

Contactpersoon Oosterhout

Contactpersoon Randwijk

Contactpersoon Valburg en scholenproject

Naam verantwoordelijke

Theo Bus

Marco Verschoor

Vacant

Ton Overkamp

Dickie Heij

Jeanne Verdijk

Jan Spek

Lieke Derksen

Peter te Dorsthorst

Trees Laurijssens

Ans Selman

Nel Achterhes

Andreas Ladestein

Vacant

vacant

vacant

vacant

Telefoonnummer

06 57 80 21 02

0481 37 17 80

0481 37 60 40

0481 37 26 17

0481 37 65 95

0488 45 42 84

06 17 63 0409

06 53 84 53 06

Van de bestuurstafel

Na de gemeenteraadsverkiezingen zijn deze zomer de nieuwe wethouders geïnstalleerd. Als SGO hebben we te doen met nieuwe gezichten dus werd het tijd voor een nadere kennismaking. We hebben achtereenvolgens gesproken met de wethouders Chantal Teunissen, Wijnte Hol en René Post. Het waren fijne gesprekken waarbij we ons erg welkom voelden. Naast het wederzijds voorstellen zijn een aantal onderwerpen de revue gepasseerd.

Chantal Teunissen is vanwege haar aandachtsgebieden waaronder WMO, volksgezondheid en Sociaal Domein ons eerste aanspreekpunt en er zal dan ook vanuit SGO regelmatig overleg met haar gaan plaatsvinden. Chantal vindt netwerken, preventie en woonzorgvisie ontzettend belangrijke onderwerpen. In dat kader wil ze aan de slag met de vraag: "Hoe wil je in Overbetuwe oud worden". Bij alle punten wil ze SGO nadrukkelijk betrekken.

Wijnte Hol heeft in zijn portefeuille onder andere mobiliteit en infrastructuur, doelgroepenvervoer, openbare ruimte en sport. Dit zijn onderwerpen die ook bij SGO regelmatig op de agenda staan en waar we ervaren hebben door de gemeente regelmatig betrokken te worden. Wijnte onderstreept het belang hiervan. Helaas signaleren we dat door ons gesignaleerde problemen in verkeerssituaties/toegankelijkheid maar mondjesmaat worden opgepakt. Oorzaak ligt aldus Wijnte bij personele tekorten die ontstaan door grote klussen die op de gemeente afkomen zoals het onlangs geopende vluchtelingencentrum. Wijnte heeft toegezegd met de verantwoordelijken voor verkeers-/toegankelijkheidsproblemen in gesprek te gaan.

René Post staat onder andere voor armoede en minimumbeleid, werk en inkomen, jeugdzorg en ook het sociaal domein samen met Chantal. Met Rene ontstond een levendige discussie over de inzet van ondersteuning bij het zoeken van betaald/onbetaald werk door mensen met een beperking. Heb je een uitkering van de gemeente dan wordt je daarin geholpen. Indien je een uitkering hebt zoals de Wajong van de UWV dan wordt je niet geholpen door de gemeente terwijl er vanuit de UWV niets voor je gedaan wordt. Raar omdat in het beleid staat dat de ondersteuning voor ALLE inwoners van Overbetuwe geldt. Vanwege de complexiteit is dit onderwerp niet makkelijk op te lossen. Het regionale mobiliteitsteam dat sinds corona bestaat biedt hierin misschien oplossingen omdat daarin onder andere samengewerkt wordt door gemeentes en UWV. Maar of dat blijft en in welke vorm is nog de vraag. Pluspunt voor ons is echter wel dat het nu goed op de agenda van de verantwoordelijke wethouder staat!



René Post, Lieke, Theo en Jeanne

Tenslotte nog een belangrijk punt uit de laatste bestuursvergadering dat ik hier wil melden: SGO heeft zich altijd gericht op mensen met een fysieke beperking. Dat staat dan ook zo in de stichting statuten omschreven. Voor de mensen met psychische/verstandelijke problemen bestaan al gerichte belangenbehartigers was altijd de stellingname. We zien echter de afgelopen tijd een verschuiving plaatsvinden richting belangenbehartiging voor álle mensen met beperking. We gaan hierin dan ook een aangepast, inclusief standpunt bepalen.

Tenslotte: WE ZOEKEN EEN SECRETARIS VOOR HET BESTUUR

Bel me even als je belangstelling hebt! Theo Bus 0657802102

In de Media

Rik, het vriendje

Donald Duck bestaat zeventig jaar. Maar wist je ook dat Kwik, Kwek en Kwak sinds 2016 een vriendje Rik hebben die een rolstoel gebruikt? Al sinds hij uit het ei kwam, doen de benen van Rik het niet. Voor de neefjes was dat eerst even wennen, maar Rik vindt het zelf eigenlijk helemaal niet zo erg. Met zijn rolstoel komt hij ook prima vooruit!



De makkelijke Libelle

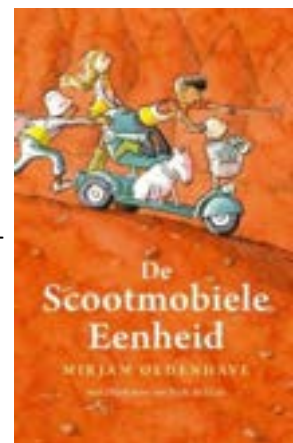
Dit tijdschrift is eind oktober met een extra gemakkelijk te lezen editie verschenen. We zagen een aantal exemplaren in het gemeentehuis liggen! Zo'n 2,5 miljoen volwassenen hebben moeite met lezen en schrijven. Met korte zinnen, minder tekst, grote letters en makkelijke taal kunnen meer mensen nu het tijdschrift lezen.

Info op www.Lezenenschrijven.nl/libelle



De Scootmobiele Eenheid, een kinderboek van Mirjam Oldenhavé.

Luca vindt andere kinderen raar en andere kinderen vinden Luca raar. School is daarom voor haar geen pretje. Maar tijdens de lockdown voelt ze zich heerlijk en het leren gaat ook opeens een stuk beter. Dus neemt ze een besluit: ze blijft voortaan thuis. Voor straf moet ze in de herfstvakantie naar een spijbelklasje. Proppen prikken in het park samen met een sportjongen, een barbie en een arrogante jongen. Gelukkig komt Dylan erbij. Hij tovert de spijbelklas binnen de kortste keren om tot een vrolijke Scootmobiele Eenheid – zelfs de zwervers uit het park doen mee.



Excludes, schrijver is Beno Schraepen

Of het nu om onderwijs, vrijetijdsbesteding of arbeid gaat, de term 'inclusie' botst steevast op vragen en weerstand. Velen vinden inclusie maar een naïef geloof. Het pad naar een inclusieve samenleving lijkt bezaaid te zijn met obstakels. Aan de hand van het hoe, wat en waarom van inclusie maakt Excludes brandhout van de argumenten die uitsluiting en segregatie in stand houden. Want niets rechtvaardigt uitsluiting.

REHACARE

Helaas lukte het ons in juni niet om naar de Supportbeurs in Utrecht te gaan, dus togen we deze keer in september naar Fachmesse für Rehabilitation und Pflege in Düsseldorf, een dik uur rijden vanaf Elst.

Daar bleken grote hallen vol met de nieuwste items op dat gebied te staan.

Rolstoelen in alle soorten en uitvoeringen. Van heel klein/mini tot XL, brede uitvoeringen. Segways, scootmobiels, wandelstokken, 30 km auto's, rolstoelbussen enzovoort.

Wat viel ons op

- We waren onder de indruk van de Robotarm, electronische en biotonische, ze worden elk jaar nauwkeuriger met meer functies. Zeker toen er naast ons een vrolijke dame bleek te staan, zelf in het bezit van 2 bionetics armen, handen en vingers die ze vanuit haar bovenarm (zenuwbaantjes) aan kon sturen, ook de vingers. Haar foto (met toestemming) staat op de voorkant van dit blad. Ze was supertrots, ze had haar leven terug vertelde ze. Je zou bijna vergeten dat ze ook twee beenprothesen droeg, het was aan haar manier van lopen niet te zien!
- Grappige scootmobiels mét barbecue.
- Veel geavanceerde digitale brailleleesregels, mini toetsenbordjes en voelbare plattegronden met routes die door een Koreaanse firma werden gepresenteerd.
- Bijzondere segways, design wandelstokken, traplopers en rollators.



Francoise was in Roemenië



Francoise was een week op familiebezoek en zag daar dat het met de toegankelijkheid de goede kant op gaat! De grote kathedraal biedt aan de zijkant een fraaie hellingbaan en de Mc Donald's in het centrum van de stad Timisoara is binnenkort bereikbaar met een lift (in aanbouw).

Obstakels Driel

In de Vogelbuurt in Driel waar veel ouderen wonen die moeilijk ter been zijn, liggen sinds een paar jaar meerdere van deze gevaarlijk putten. Ondanks alle meldingen bij de gemeente wordt er helaas niets aan gedaan.



De column van Lidy: Weekendje weg

Lidy (56) woont samen met haar man en hun jongste zoon (23). Dochter Yasmine (21) en de twee oudste zonen (25 en 27) wonen buitenshuis. Yasmine woont door de week op Parc Spelderholt in 'Het Koetshuis'. Ze mag daar, als student, maximaal 4 jaar, wonen, werken en leren. Yasmine is bekend met het syndroom van Albright én Noonan. Voor haar betekent dit dat ze, onder andere, een verstandelijke beperking heeft. Lidy vertelt in haar column hoe het dagelijkse leven eruit ziet van een kleurrijk gezin.

Afgelopen weekend zijn manlief en ik heerlijk een lang weekend naar Wenen geweest. Voor de meeste leeftijdsgenoten om ons heen is dat de koffer inpakken en gaan, omdat de kinderen zichzelf wel kunnen vermaken en voor eten kunnen zorgen. Voor ons ligt dat net even anders, omdat Yasmine elk weekend naar huis komt en wij dan de zorg voor haar hebben. Het meest makkelijk is daarom om door de week weg te gaan, maar omdat ik nog werk én we met vrienden samen gingen, lukte dat nu niet.

Yasmine vindt het het fijnste als alles blijft en is zoals ze gewend is.

Dus, papa komt haar vrijdag ophalen vanaf Spelderholt, mama is dan thuis of komt iets later.

Broer is ook thuis. Daarna gezamenlijk eten, spelletje doen en in haar eigen bed slapen. En zo hobbelen we het weekend door en dat vindt ze heerlijk. Maar nu dus even anders. Ze snapt wel dat wij er soms ook op uit willen, alleen heeft ze daar wel moeite mee. Voor haar is het belangrijk dat ze weet waar ze aan toe is, dus wanneer we gaan en wanneer we weer terug komen, wie haar haalt en brengt naar Spelderholt. Vroeger ging ze logeren bij een PGB gezin, maar dat maakte het nog spannender voor haar. Vandaar dat we tegenwoordig vragen aan de PGB dame, of ze bij ons in huis wil komen en ook de nachten bij ons in huis doorbrengt, zodat Yasmine gewoon in haar eigen bed kan slapen. Voor ons is het fijn als we weten dat de zorg voor Yasmine goed geregeld is, dan pas kunnen wij het los laten en genieten van ons weekend. En toch kreeg ik tijdens het weekend een mail van de PGB dame dat Yasmine een aantal zaken die ze normaliter 'gewoon' doet, nu niet gedaan heeft. Ze zorgt regulier zelf voor haar medicijnen in de ochtend, dat vergeet ze nooit. Ze vult ze wekelijks ook zelf bij, daarvoor is meestal wel een kleine herinnering nodig.

Maar nu bleek dat ze de medicijnen niet ingenomen had, stond ze te klungelen met het inpakken van haar koffer en zo nog wat kleine dingen die ze nu niet deed of kon. Voor Yasmine natuurlijk vervelend, want die medicijnen heeft ze wel nodig, maar voor de PGB dame ook, want die wil goede zorg leveren en daar heeft ze de input voor ons voor nodig. En natuurlijk vind ik dat als moeder ook vervelend, omdat ik denk dat ik alles goed weggezet heb en dan word ik toch weer verrast door mijn eigen dochter.

Ik zeg wel eens gekscherend tegen ouders van een kind met een beperking, dat je de gebruiksaanwijzing er niet bij krijgt, bij de geboorte.



En dit bewijst het maar weer eens dat dat soms toch wel handig zou zijn. Het blijft voor mij als moeder balanceren tussen de dingen 100% regelen, zodat er geen speld tussen te krijgen is, of de dingen wat meer loslaten en 'het' te laten gebeuren. Yasmine is immers al 21 en wil ook niet meer behandeld worden als een klein kind. Maar de PGB dame wil ook weten wat er nodig is in de goede zorg voor Yasmine. Dus.....eerst maar even afstemmen met alle partijen om te puzzelen over een 'herziene gebruiksaanwijzing' voor het geval manlief en ik er weer een weekendje tussenuit willen. Lidy

Veel Wandelstokken en Elleboogkrukken

Wandelstokken en elleboogkrukken kun je in alle maten kopen en met allerlei accessoires. Voor een persoonlijk advies op maat:” schakel een ergotherapeut in!”

Keuze uit onder andere:

- | | |
|--|------------------------|
| *Kleur en print | *Opvouwbare stokken |
| *Gewicht | *Polsbandjes, lampen, |
| *Stokdoppen voor verschillende omstandigheden, sneeuw/modder etc | *Tafelklem of mandjes, |
| | *Zitjes |
| | *Handvatten |

1.De stokdop, Flexifoot is fijn voor extra stabiliteit en veiligheid zelfs op een ongelijke ondergrond.

2.Een Stokdop zorgt met **drie steunpunten** voor meer grip. De wandelstok blijft zonder steun rechtop staan.

3.Zachte **manchethoesjes** voor elleboog manchettes.

4.Een groot anatomisch **voorgevormd handvat** voor optimale ondersteuning van de handpalm, geschikt voor reumatische klachten. Verkrijgbaar in een linker en rechter uitvoering. Voor stok- en elleboogkrukken.

5.**Paraplustok**: een wandelstok en paraplu in één!

6.Wandel-**taststok** voor mensen met een visuele beperking.

7.**Bling Bling** stokken in allerlei kleurtjes.

Te koop bij veel leveranciers zoals:

www.hulpmiddelwereld.nl/

www.able2.nl

www.wandelstok-winkel.nl

<https://krukkenexpert.nl>

Bent u ook op zoek naar speciale, voor u geschikte hulpmiddelen ?

Ons bestuurslid Peter te Dorsthorst kan u hierbij ondersteunen, hij is erg handig in het vinden van allerlei mogelijkheden waarvan u het bestaan misschien niet eens kende.

Mail uw vraag naar info@sgo-overbetuwe.nl, dan neemt hij contact met u op.



Nieuw SGO bestuurslid Peter stelt zich voor

Ik ben Peter te Dorsthorst, 64 jaar en woon in Elst.

Getrouwd met: Marianne.

Hobby's: fietsen, computers, met Marianne naar musea gaan, met vrienden uitstapjes maken, proeven van speciale biertjes. Verder ben ik al vanaf mijn 18e gelicentieerd zendamateur.

Op 24 juni van dit jaar ben ik na 46 jaar gestopt met betaalde arbeid. Al die jaren heb ik in de techniek gewerkt. Nadat ik was gestopt wilde ik graag vrijwilligerswerk gaan doen dat aansluit bij mijn werk- en levenservaring. Ik blijf graag bezig en vind het leuk nieuwe dingen te ontdekken. Ik heb inmiddels zelf al veel ervaring op het gebied van aanpassingen en toegankelijkheid. Marianne is lichamelijk beperkt. Ze loopt moeilijk, heeft elleboogkrukken, een rolstoel, een scootmobiel en andere aanpassingen in huis. Verder hebben we een aangepaste auto waar Marianne gemakkelijk in- en uit kan komen. Wij hebben inmiddels al vaak te maken gehad met het aanvragen van voorzieningen.



De SGO kenden Marianne en ik al. We lezen reeds jaren het Nieuwsblad.

Op 14 september zijn Jeanne en Theo bij ons thuis geweest. We hebben een prettig gesprek gehad waarbij we elkaar een beetje hebben leren kennen en hebben uitgewisseld wat we zouden willen en verwachten van elkaar.

Wat ik doe bij de SGO: In Elst de toegankelijkheid van openbare gebouwen nagaan en het resultaat op de website van OnsOverbetuwe vermelden. Advies geven aan de doelgroep over aanpassingen, domotica en toegankelijkheid. Inmiddels ben ik twee keer op dinsdagavond bij een vergadering geweest in Herveld.

Ik vind het leuk om nieuwe mensen te leren kennen en iets te kunnen betekenen voor anderen. Daarom ben ik blij met dit vrijwilligerswerk en hoop er nog lang een positieve bijdrage aan te kunnen leveren!

Peter

Oprit Randweg in Elst vernieuwd

Deze gevaarlijke afrit op een drukke plek in Elst zorgde altijd voor veel stress. We waren dan ook blij dat deze na melding wél werd aangepakt. Helaas nog even steil als voorheen. Marianne testte hem uit: "Voor een handbediende rolstoel is dit niet fijn maar ik denk dat de oprit teveel de trottoir verstoort als deze langer en minder steil wordt gemaakt". Het trottoir ligt in elk geval weer recht, zonder obstakels.



Is úw Overbetuwse bedrijf of organisatie al toegankelijk?

Zet dit zelf in de Gids van “OnsOverbetuwe.nl” en maak het iedereen makkelijker!

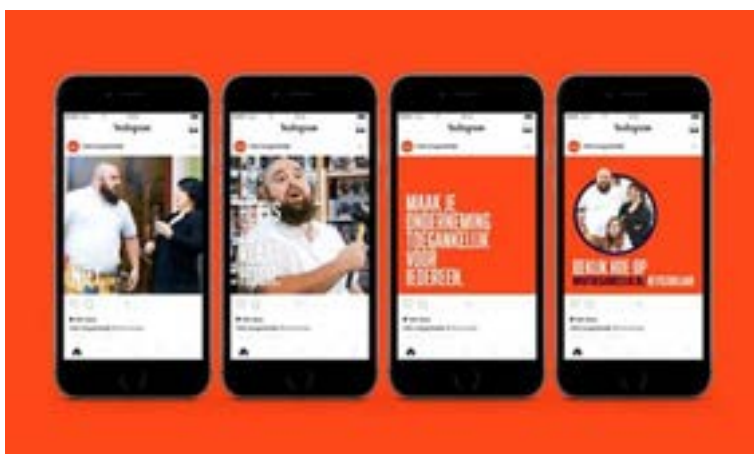
Helaas zijn er nog steeds veel bedrijven en organisaties die **letterlijk drempels** hebben. De fysiotherapeut met een lang grindpad, het restaurant zonder aangepast toilet, de winkels met zware drangers, te smalle deuren, hoge deurdrempels etcera.

Gids toegankelijkheid

In de Gids van OnsOverbetuwe vindt u nu voortaan alle toegankelijkheidsinformatie van bedrijven, winkels, ondernemingen en alle andere gebouwen in de hele Overbetuwe.

Gebruikers: Je kunt nu eenvoudig rolstoeltoiletten, toegankelijke horeca, zorg en welzijnsorganisaties, dorpshuizen etc terug vinden.

Bedrijven: Maak een bedrijfs/organisatie pagina aan op OnsOverbetuwe en vul ook meteen de info over de toegankelijkheid in. Kwestie van een paar vragen beantwoorden. Wilt u weten hoe u uw bedrijf toegankelijker kunt maken? Zie onderstaande tips van MKB of neem contact met ons op.



Websites met veel maatgeving en handige voorbeelden;

Bouw Advies Team Utrecht www.batutrecht

Midden Klein Bedrijf www.mkbtoegankelijk.nl/hetiszoklaar

Bartimeus visuele beperking www.bartimeus.nl/specialistische-kennis/advies-over-toegankelijkheid

Overbetuwnaren: Deel uw goede en minder goede ervaringen en tips over de toegankelijkheid van bedrijven winkels, (zorg) organisaties met ons, zodat wij het op de site kunnen vermelden. Neem een kijkje en mail ons om uw bevindingen of vragen door te geven; sgo.overbetuwe@gmail.com

U kunt ons ook om tips vragen om de toegankelijkheid van uw pand te verbeteren, we kijken mee.

Elst, Zetten en Hemmen worden gecontroleerd

Daarnaast gaat in Elst ons SGO bestuurslid Peter te Dorsthorst op pad om gebouwen, bedrijven, organisaties en winkels op toegankelijkheid en inclusiviteit te beoordelen en tips te geven!

Datzelfde gaat SGO bestuurslid Nel Achterhes in Zetten en Hemmen doen. De eerste positieve resultaten zijn al binnen. Vaak kunnen kleine aanpassingen snel gerealiseerd worden waardoor je wél naar binnen kunt, of van een toilet gebruik kunt maken. **Wilt u ons helpen om dit in uw eigen dorp te doen? Graag!!**

Kijk eens op www.Onsoverbetuwe.nl/gids voor bijvoorbeeld een toegankelijke kapper, tandarts, fysiotherapeut of sporthal. De toegankelijkheid staat in het linkermenu.

Op stap in Zetten... score vriendelijkheid een 10!

Op een zonnige vrijdagochtend eind oktober gaan Nel en ik op pad om de toegankelijkheid van een aantal winkels in Zetten onder de loep te nemen.

En dat hebben we geweten! Veel gesprekken later en een uur verder hebben we 5 winkels beoordeeld. Score qua vriendelijkheid een 10!

We beginnen bij lingerie- en babykadowinkel **Perlina**. Een pand met een onneembare drempel. De winkelier geeft ons de tip om contact op te nemen met de eigenaar van het pand. Dat doen we direct. Hij is thuis en hoort het verhaal vriendelijk aan. Met direct de toezegging dat hij hier iets aan gaat doen.

Ons volgende adres is damesmode **Bij Lieve**. De eigenaresse is super enthousiast, laat haar ruime winkel en paskamer zien. Ze vertelt dat haar vader van een rolstoel gebruik maakte en ze dus wel weet waar ze het over heeft. Helemaal in orde!

Een folder rijker voor een info avond over alle plannen in Zetten gaan we een deur verder naar de kringloopwinkel.

De **kringloopwinkel** is net uitgebreid met het pand ernaast. Er is dus veel ruimte. Ruimte in de kringloopwinkel, dat zie je wel eens anders. Ook daar worden we allervriendelijkst ontvangen. Een van de medewerkers vertelt spontaan dat haar broer ook een elektrische rolstoel gebruikt. Gelukkig kan hij met veel hulpmiddelen en zorg tevreden zijn leven leiden. Zij begrijpt dat de winkel ruime paden moet blijven houden. De deuren van het pand zijn breed genoeg, maar de drempel met goot is wel een obstakel. De eigenaar van het pand gaat daar iets aan gaan doen.

Het pand van **Zeeman** ernaast blijkt zo'n zelfde drempel en goot te hebben, maar daar ligt al een overbruggend metalen balkje in dat prima voldoet. De binnenpaden bij Zeeman zijn net of net niet breed genoeg voor een rolstoel. Voordeel is dat de meeste spullen op zithoogte liggen.

Ook het pand van woonwinkel **Arends** is goed toegankelijk. Dhr. Arends vertelt dat zijn deuren meestal openstaan, zelfs in de winter. De drangers zijn zwaar dus als ze dicht zijn is dat wel een ding. Nel adviseert om er een bel op te hangen zodat je niet voor niks voor de deur staat.

Nel zal in Zetten regelmatig een gebouw gaan beoordelen mbt toegankelijkheid, tips geven en de gegevens op de website van OnsOverbetuwe.nl invoeren

Jeanne en Nel

Wandelpaden in Hemmen voor vierwielers

Voor toegankelijke hekken bij de wandelpaden op **Landgoed Hemmen** heeft de werkgroep 'Vierwielers' weer cheques van OverbetuweDoet ingezameld.

Ook SGO heeft geholpen met inzamelen. De opbrengst op het moment van schrijven (14 november) is €3000,-!

Daar zijn de vierwielers heel blij mee. Na de eerste ronde OverbetuweDoet is al één handig hek geplaatst bij de ingang van het park. Na deze tweede ronde kunnen er weer een paar hekken bij, daardoor komen er mogelijkheden voor langere wandelroutes.

Tip voor scootmobielers:

Achteruit erin, hek omklappen en vooruit eruit.

Waar zou jij een volgend hek geplaatst willen zien? Suggesties?

Bel Lida: tel 06-4453 9131



Obstakels in Zetten

Naar aanleiding van onze oproep in het vorige blad kregen we een aantal meldingen uit Zetten binnen. Dhr D meldde dat hij last heeft van heggen en schuttingen die hem het zicht belemmeren, dat er hard gereden wordt en teveel mensen zich niet aan de verkeersregels houden.

Mevr H vertelde ter plekke dat er een heel stuk van de stoep aan de Hoofstraat vol verzakte en opstaande tegels liggen, je ziet ze niet ook omdat er blaadjes op liggen. Er is daar al iemand hard op haar hoofd gevallen. De afritjes kloppen niet en er staan auto's op geparkeerd... Verder zagen we te krappe Invaliden Parkeerplaatsen in het centrum, smalle stoepen, geparkeerde fietsen die in de weg staan en een onbereikbare hoge brievenbus (in de Primera staat wél een lage).



Wist je dat je bij de Albert Heijn in Zetten, op verzoek, een toilet mag gebruiken en dat dit een invalidentoilet is?



Dappere strijder Omar

Plots verscheen er een verdrietig en schokkend bericht in onze whatsapp groep van Special Kids Day:

*“Onze lieve zoon en dappere strijder Omar
is overleden,
hij is nu op een prachtige plek, zonder pijn
en beperkingen”*

We waren perplex, vol ongeloof en verdrietig



Lieve, lieve zorgouders en zorgzusje

Ruim 18 jaar zijn jullie dag en nacht in touw geweest. Voor jullie zoon/broer Omar, geboren met een stofwisselingsziekte waardoor hij ernstige lichamelijke en verstandelijke beperkingen had. Jullie hebben het al die jaren volstrekt logisch gevonden om altijd voor hem te zorgen. Kansen voor hem te creëren, zorgen dat hij niks tekort kwam, met tientallen instanties en hulpverleners om tafel gezeten.

Aan ons legde Soad, de moeder van Omar uit dat dit volgens jullie zelf en jullie geloof volstrekt normaal was: “Natuurlijk blijf je zelf voor je zoon zorgen”. Jullie hadden veel mooie momenten: tijdens vakanties, uit eten, attractieparken, overal was hij er “gewoon” bij. Maar ook het dagelijks genieten van samen wandelen en naar de vogels luisteren. De hele dag waren jullie dicht in zijn buurt, altijd paraat om iets voor hem te kunnen doen, contact te krijgen of zijn vrolijke lachje te zien. Achttien jaar 24-uurs zorg met verschonen, voeding en medicatie per maagsonde, of infuus. Jullie hebben er meer kennis van dan welke hulpverlener ook.

Vaak kwam hij in het ziekenhuis terecht, ook daar praatten jullie de behandelaars bij over de specifieke situatie rondom Omar.

Zus Salma organiseerde als kinderburgemeester met ons (SGO) een feest voor hem en de hele doelgroep speciale kinderen want “ zij hebben nooit een feestje”.

Gelukkig kon hij er afgelopen mei nog bij zijn. Hij was het vrolijke middelpunt op een stralende dag!

Zijn operatie in Polen deze zomer, waar twee jaar op werd gewacht en die hem meer kwaliteit van leven zou kunnen geven, zoals minder spasmes en minder pijn, verliep goed. Eenmaal thuis kwamen er elke week wat minimale verbeteringen. Jammer genoeg waren er ook vervelende bijwerkingen zoals veel slijm dat meerdere keren, dag en nacht, uitgezogen moest worden. Maar jullie bleven juist vooruit kijken iedere dag weer dichtbij een periode met verbeteringen. Helaas zorgden de complicaties ervoor dat hij weer in het ziekenhuis terecht kwam, de laatste keer op de IC.

Opnieuw veel goedbedoelde hulpverleners die met jullie het gesprek aan gingen in deze horrordagen. Maar als ouders weet je na 18 jaar precies wat wel of niet goed is voor je kind. Je kent die apparatuur naast het bed, je durft het aan om je zoon net wat meer zuurstof te gunnen en zelf uit te zuigen. Immers alleen jullie weten precies wat hem kon helpen om zijn situatie draaglijk te maken.

Helaas houdt het dan plotseling toch op, Omar is op 11 september overleden.
We wensen jullie drietjes heel veel sterkte...

Fietsen

Een bijzondere ervaring bij BIJZONDER MOBIEL

Tijdens een bezoek aan Bijzonder Mobiel in Andelst, zijn wij aangenaam verrast. Harald Oskam, de drijvende kracht achter Bijzonder Mobiel, heeft ons écht laten zien wat maatwerk is. Even op de fiets stappen lijkt zo gewoon maar voor mensen met een specifieke mobiliteitsbehoefte is echter een passende oplossing nodig.

Kosten

Over het algemeen gaat het bij de aanschaf van een E-bike of een aangepaste fiets om een flinke investering. Doordat er bij Bijzonder Mobiel **tweedehands fietsen** als nieuw worden opgeknapt en onderdelen worden gecombineerd, worden levertijden korter en is ook het financiële plaatje aantrekkelijk; zo wordt een vervoersmiddel niet alleen aangepast maatwerk maar eveneens betaalbaar.



Aanpassingen

Of het nu gaat om driewiel fietsen, elektrische fietsen, volwassenen- of kinderfietsen, duofietsen, tandems, fietsen die al in een speciale uitvoering geproduceerd zijn (bijvoorbeeld door Van Raam) of fietsen die als zodanig aangepast worden, bij Bijzonder Mobiel is TOEGANKELIJK het toverwoord. **Tip:** Neem je eigen ergotherapeute mee, zij weet wat in jouw speciale (medische) situatie veilig en inzetbaar is.



Oefenen

Soms kan het wat tijd en oefening vragen om met een aangepaste fiets overweg te kunnen. Dit kan! In samenwerking met een bedrijf uit Oosterbeek bestaat de mogelijkheid om proeffiets op een speciaal daarvoor bestemd terrein uit te testen. Ook hierin kan jouw eigen ergotherapeut een rol spelen, zij/hij kan stapsgewijs met u de fietsvaardigheden oefenen. Bijzonder Mobiel is te vinden in Andelst, Geurdeland 17M, tel: 0318- 250350

Tekst en foto's van Francoise Vaartjes



Fietsen, vervolg

Nieuw: Fietsmaatjesproject De Buitenband

Fietsplezier voor twee!

Misschien heeft u mij al gezien tijdens de jaarlijkse fietspuzzeltocht of bij het Special Sports Event op sportpark De Pas. Mijn naam is Benita van Eck en ik woon in Elst. Oktober vorig jaar ben ik voor de eerste keer gaan fietsen op een duofiets. Dit was met mijn vader. Hij is altijd een buitenmens geweest, hield ontzettend van de natuur en maakte vele fietstochten met mijn moeder.



Met de duofiets eropuit met mijn vader, buiten in beweging zijn, genieten van het weer.... het was één groot feest. Hij had weer gezwaaid naar bekenden, had meer energie en verse gespreksstof. Een waardevolle fietsbeleving, een onvergetelijk uitje maar vooral een lach op het gezicht is wat ik ook voor zoveel mogelijk mensen wil. Zo is het idee ontstaan om te starten met mijn eigen bedrijf: de BuitenBand; lekker buiten op de fiets een band opbouwen met u.

Inmiddels ben ik de trotse eigenaar van een prachtige duofiets. Mijn doel is om met zoveel mogelijk mensen te fietsen die vanwege hun leeftijd of een beperking dit niet zelfstandig kunnen. Mijn duofiets is een stabiele elektrische driewieler waarop ik naast mijn medefietser zit. We kunnen samen trappen maar mijn medefietser mag het trappen ook geheel aan mij overlaten. Er zijn verschillende versnellingen. Op mijn fiets zit een draaibare rijdersstoel waardoor het makkelijk op- en afstappen is en de pedalen zijn voorzien van speciale verstelbare voetenbakjes voor de veiligheid.



“De BuitenBand komt naar u toe”

Ik heb de mogelijkheid om met mijn fiets in deze regio naar u toe te komen, zodat de fietsbeleving op elke locatie en op het door u passende tijdstip kan beginnen.

Kunt u niet zelfstandig fietsen, lijkt het u leuk om erop uit te gaan met mij op de duofiets en bent u nieuwsgierig geworden, kijk op mijn nieuwe website www.de-buitenband.nl voor alle overige informatie.

De Zonnebloemfiets

Samen op pad met de elektrische Zonnebloemfiets. De Zonnebloemfietsen bieden mensen met een mobiliteitsbeperking de mogelijkheid om te genieten van een heerlijke fietstocht.

Type Zonnebloemfietsen:

- Met Veloplus kun je als rolstoelgebruiker in de rolstoel blijven zitten. Vrijwel elke handbewogen rolstoel kan door één persoon eenvoudig op het kantelbare plateau worden gereden en vastgezet.
- De OPair heeft aan de voorkant een comfortabele zitting gemonteerd. De zit-diepte en de rugleuning kunnen worden ingesteld op de maten van de passagier.
- Met de Fun2Go duofiets kun je samen fietsen. Doordat je naast elkaar zit, kun je goed met elkaar communiceren en samen van de omgeving genieten. De bestuurder heeft de volledige controle over de duofiets en de passagier kan optioneel meetrappen.

De uitleen locaties zijn op www.zonnebloem.nl te vinden.



► Gehandicaptenplatform Overbetuwe zoekt opvolger



▲ Lia van de Kaa heeft Heteren ingeruild voor Culemborg. Daar heeft ze nu een fijne zorgwoning. FOTO: ALUMAHOOPTOLING

Een nieuwe Lia vinden, is nog niet zo makkelijk

Dat de nieuwe wandelroute in de uiterwaarden bij Heteren rolstoeltoegankelijk is, is haar verdienste. Maar Lia van de Kaa heeft Heteren verlaten. Wie volgt haar op?

Lex Halsema
Heteren/Driel

Lia van de Kaa was jarenlang het gezicht van de Stichting Gehandicaptenplatform Overbetuwe (SGO) in Heteren en Driel. Ze bracht in Heteren alle knelpunten voor mensen met een beperking in kaart en was onder andere nauw betrokken bij de inrichting van het wandelgebied in de uiterwaarden.

„Een nieuw project waar ik van

begin af aan bovenop zat”, kijkt Van de Kaa terug. „Ik ben samen met de Dorpsraad veel in gesprek geweest met de Dekkergroep die het heeft ingericht. En het is prachtig geworden, met drie rolstoelgeschikte toegangen en twee veilige vissteigers voor gehandicapten. Bestaande knelpunten aanpassen, is moeilijker. Maar ook bij nieuwe projecten moet je er bovenop zitten. Van te voren nadenken over toegankelijkheid voor iedereen is nog geen steeds gemeengoed”, zegt Van de Kaa.

Lia van de Kaa is zelf gehandicapt en moest vanwege long covid naar een woning met zorg verhuizen. Die was in Heteren niet te vinden. Wel in Arnhem. „Maar als ik toch het dorp uit moest, dan liever naar de omgeving waar mijn kinderen wonen”, zegt ze

vanuit haar nieuwe zorgwoning in Culemborg.

„En daarmee zijn wij één van onze beste mensen kwijt”, zegt Theo Bus, de voorzitter van SGO. „Lia laat in Heteren een enorm gat achter. We zijn daar dus dringend op zoek naar iemand die namens SGO op de belangen van mensen met een beperking wil letten. En iemand die die belangen ook goed kan verwoorden op alle plekken waar dat nodig is. Zulke mensen hebben we in vrijwel alle dorpen. Verder zoeken we ook nog iemand in Oosterhout en Valburg.”

Hij laat niet na de positieve sfeer tussen SGO en de gemeente te benoemen. „Onder de vorige wethouder Rob Engels is een verbetering opgetreden. We hebben nu zes keer per jaar overleg, er is

een specifieke ambtenaar voor ons aangesteld en we hebben het idee dat er nu ook echt wordt geluisterd.”

Zo is de toewijzing van hulp via de Wet maatschappelijke ondersteuning enorm verbeterd, aldus Bus. „Er wordt naar ons idee echt naar cliënten geluisterd en vooral ook naar de adviezen van specialisten. Dat was voor die tijd niet zo.”

Maar er zijn ook knelpunten. Bus: „Denk aan het veilig kunnen oversteken van straten via een hellinkje in plaats van de stoepwand. We zijn er, ook in Overbetuwe, nog lang niet.”

■ Belangstellenden voor een functie bij het Gehandicaptenplatform Overbetuwe kunnen zich melden via sgo-overbetuwe.nl.

Aangepaste mode
Stijlvolle looks zonder compromis



Webwinkel Zalando lanceert eerste collectie aangepaste mode voor mensen met een beperking.

Oproep voor SGO Bestuursleden uit de héle Overbetuwe

Het streven van het Gehandicaptenplatform is er altijd op gericht om zo dicht mogelijk bij de mensen die het nodig hebben te kunnen zijn. Daarom willen wij in elk dorp een contactpersoon hebben die

- voor zijn dorp een aanspreekpunt is, knelpunten en verbeterpunten signaleert
- helpt om oplossingen te vinden voor mensen die met beperkingen worden geconfronteerd.

De (on) toegankelijkheid van de buitenruimtes en gebouwen doorgeeft

Voorts wordt er van de contactpersonen verwacht dat ze iedere naar eigen interesse en vermogen, meedenken en –meedoen in het totale werk van de SGO.

We zoeken mensen in Heteren, Valburg, Randwijk en Oosterhout.

Theo Bus, onze voorzitter SGO, is voor informatie voor alle vacatures te bereiken op zijn

mobiel **06 57 80 21 02**

mail: **voorzitter@sgo-overbetuwe.nl**

website www.sgo-overbetuwe.nl

Heteren, Lia is verhuisd

Tot voor kort was Lia van de Kaa onze vaste contactpersoon voor Heteren, zij had contact met de Dorpsraad en Heteren Sociaal, ging mee de uiterwaarden in om ze rolstoeltoegankelijk te laten maken. Dat is mede dankzij haar inspanningen heel goed verlopen! Jammer genoeg (voor ons) is Lia inmiddels verhuisd, ze woont nu verderop in Culemborg in een gelijkvloerse woning. Veel mensen en organisaties uit Heteren wisten haar te vinden. Samen met Lia probeerden we de knelpunten op te lossen die bij haar gemeld werden. Op/afritjes werden aangelegd, obstakels weggehaald. Wmo vragen werden rechtstreeks bij de gemeente neergelegd. Lia is onvervangbaar, zeker bij alle vernieuwingen die gaande zijn. Kunt u haar werk voortzetten?

We zoeken dus iemand die in Heteren deze signalerende taak wil overnemen. Iedereen m t of zonder beperking die onze doelgroep een warm hart toedraagt is welkom.

Woont u met of zonder beperking, mantelzorger of ouders van een zorgkind in Heteren? Jullie hebben die “inclusieve blik” al... We hebben jullie ervaring nodig!



Wie wil de secretarisrol op zich nemen?



Los van de plaatselijke vertegenwoordigingen is er veel divers werk te doen voor het gehele bestuur. Een **nieuwe secretaris** is dan ook van harte welkom. Het actieve en enthousiaste bestuur vergadert jaarlijks zo'n 8 keer. Heeft u interesse, neem dan contact op met onze voorzitter. Ook is het mogelijk een of meer bestuursvergaderingen bij te wonen zodat u kennis kunt maken met de onderwerpen die spelen en de sfeer kunt proeven.

Hulp voor het Scholenproject

Ook het Scholenproject dat al 20 jaar actief is zoekt mensen die geregeld op een woensdagochtend aan willen haken bij hun voorlichtingsprogramma op de basisscholen in de Overbetuwe. Er is een enthousiaste groep aan de slag, met veel nieuwe en jonge mensen die prima ideeën hebben. Verder invulling is zeker welkom. Op zo'n ochtend komen veel items voorbij waarbij de leerlingen worden uitgenodigd ook h n verhaal te vertellen.



Voelt ú zich gediscrimineerd?

Iedere gemeente heeft als taak om een onafhankelijk meldpunt in te richten waar inwoners en professionals terecht kunnen voor advies en bijstand wanneer iemand zich gediscrimineerd of gepest voelt. Dit wordt een antidiscriminatievoorziening genoemd. In Overbetuwe kunnen inwoners hiervoor terecht bij **Vizier** (discriminatieoost.nl).

Wanneer schakel ik het meldpunt van Vizier in?

Er kan contact met Vizier worden opgenomen als iemand zich gediscrimineerd voelt of discriminatie waarneemt. Ook bij twijfel of iets discriminatie is kan Vizier van dienst zijn. Het is altijd goed om incidenten te melden, ook wanneer er geen hulp of advies nodig is. Vizier registreert namelijk alle meldingen en krijgt aan de hand van meldingen meer inzicht waar en hoe discriminatie voorkomt. Op basis van deze signalen geeft Vizier advies aan beleidsmakers om passende maatregelen te nemen.

Wat kan Vizier doen met mijn klacht?

Vizier luistert en neemt iedere klacht serieus. Vizier kan advies geven hoe er in een bepaalde situatie met discriminatie om kan worden gegaan. Ook kan er ondersteuning worden geboden om met anderen in gesprek te gaan en samen een oplossing te bieden en bij het doen van aangifte bij de politie. Kortom, Vizier zoekt samen met de melder van de klacht naar een passende oplossing.

Vizier is een onafhankelijk stichting. Zij gaan vertrouwelijk om met gegevens en zetten nooit stappen zonder toestemming van de melder van de klacht.

Melding maken van discriminatie of pesten?

Telefonisch via (085) 07 34 600 of via <https://discriminatieoost.nl/meld-een-klacht/>.

Studietoeslag kun je ook in de gemeente Overbetuwe aanvragen

Veel studenten hebben een bijbaan om hun studie te betalen. **Als je een beperking hebt of chronische ziekte**, dan is bijverdienen vaak moeilijk. Als je met een medische beperking niet kunt werken naast je studie, dan kun je een studietoeslag aanvragen bij je gemeente. Dit kan studenten helpen om hun opleiding en levensonderhoud te betalen. Het betreft een bedrag tot ongeveer 300 euro per maand, afhankelijk van je leeftijd. De studietoeslag is geen lening die terugbetaald moet worden. Je mag het geld houden en gebruiken waarvoor je wilt. Bijvoorbeeld voor kamerhuur of om de studiebeurs te verlagen.

Studietoeslag aanvragen

Bent u een student met een structurele medische beperking en kunt u naast uw studie niet bijverdienen? Misschien hebt u dan recht op studietoeslag.

Voorwaarden

De studietoeslag is voor inwoners van Overbetuwe die studeren en aan de volgende voorwaarden voldoen:

- U kunt als gevolg van een ziekte of gebrek structureel naast uw studie geen inkomsten verwerven.
- U ontvangt studiefinanciering op grond van de Wet studiefinanciering 2000 (WSF) of een bijdrage op grond van de Wet tegemoetkoming onderwijsbijdrage en schoolkosten (WTOS).
- U heeft geen recht op een uitkering op grond van de Wajong.

De studietoeslag kunt u schriftelijk aanvragen via het **aanvraagformulier studietoeslag**. U kunt hiervoor bellen met 14 0481 en vragen naar een **consulent Inkomen** of mailen naar info@overbetuwe.nl t.a.v. Werk & Inkomen.



Belangrijk: u kunt met terugwerkende kracht studiefinanciering aanvragen. Geef dit duidelijk aan op het aanvraagformulier. De studietoeslag kan met terugwerkende kracht worden aangevraagd (vanaf april 2022). U moet wel voldoen aan de voorwaarden.

Lieke laat zien dat je ook met een beperking kunt meedoen

Lieke was al, bij wijze van proef, lid van het stembureau bij de gemeenteraadsverkiezingen eerder dit jaar. Nu is ze ook in het echt benoemd. Ze heeft een verstandelijke beperking en is nu ook het boegbeeld van de **landelijke campagne** #prokkelenverbindt.

“Ook wij hebben talenten die voor de maatschappij belangrijk zijn en dat wil ik graag laten zien”, zegt ze.

Mens boven beperking

De campagne is een initiatief van [Stichting Prokkel](#), dat staat voor prikkelende ontmoeting. Marian Geling, voorzitter van de stichting, zegt dat Prokkel zich inzet voor de belangen van mensen met een verstandelijke beperking. „We willen vooral laten zien dat niet de beperking maar juist de mensen centraal moeten staan, waarbij we benadrukken wat ze juist allemaal wel kunnen.”

Lid stembureau

Prokkel organiseert verschillende activiteiten waarbij mensen met een verstandelijke beperking zich via stages en ontmoetingen kunnen presenteren. Met als doel ze meer deel te laten nemen aan de maatschappij, al dan niet als vrijwilliger.



Op 15 maart 2023 vinden de Provinciale Staten- en waterschapsverkiezingen plaats. Ook dit keer zullen in veel gemeenten mensen met een (licht) verstandelijke beperking samen met een andere vrijwilliger actief zijn op een stembureau. Het eerste duo dat dit jaar is gevormd, komt uit Elst. Op donderdag 20 oktober heeft daarom burgemeester Patricia Hoytink-Roubos van gemeente Overbetuwe samen met het Prokkelduo Wilma (links op de foto) en Lieke (rechts) de campagne geopend. Volgens Lieke is er inmiddels een tweede Prokkel duo tot stand gekomen in de Overbetuwe.



Bron: Krantenbericht op 22-10-2022 uit de Gelderlander – Lex Halsema

ICT&health is een groot en groeiend platform

ICT&health
Het officiële kennisplatform voor zorginnovatie

Er zijn de laatste jaren ontzettend veel toepassingen van ICT in de zorg en behandelingen mogelijk geworden. Bekend zijn Robotica, digitale zorgsystemen, Virtuele Reality brillen, Zorginnovaties, Apps, digitale thuiszorgsystemen etc. De zorg beter, efficiënter en goedkoper maken met de beste technologieën, innovaties, kennis en samenwerking! Uiteindelijk om samen te werken aan zorg die betaalbaar en toegankelijk blijft, nu én in de toekomst.

Bijvoorbeeld: Met nieuwe computertools wordt geprobeerd om de cognitieve vaardigheden van kinderen met aangeboren of niet aangeboren hersenletsel of spierdystrofie te verbeteren. Serious gaming wordt in de Sint Maartenskliniek gebruikt, met een interactieve, digitale [speelmuur](#) die kinderen helpt om op een speelse manier te revalideren/bewegen. Meer info op icthealth.nl

ICT&health congres 2023

Op 30 januari 2023 vindt het jaarlijks groot en invloedrijk zorgcongres over de zorgtransformatie in het Circustheater in Den Haag plaats.

Sporten met een beperking

4^e Special Sports Event meer dan geslaagd



Onder vrijwel stralende omstandigheden vond zondag 25 september het 4^e Special Sports Event plaats op Vitaal sportpark De Pas in Elst.

Ongeveer 150 deelnemers en evenzoveel bezoekers en begeleiders konden kennismaken met allerlei sporten en beweegvormen.

De officiële opening werd met een 'high five' verzorgd door Feline Klee (de kinderburgemeester van Lingewaard), Lara Baars (paralympisch atleet kogelstoten én discuswerpen), Wijnte Hol en Aart Slob (de wethouders sport van de gemeenten Overbetuwe en Lingewaard).

Spreekstalmeester Jan Rouwhorst heette een hartelijk welkom aan alle (toekomstige) sporters, begeleiders, bezoekers en vrijwilligers.



De deelnemers konden kiezen uit een keur aan sporten. Met optredens van Klare Taal (het theater voor mensen met een beperking), clown Juul en de Driestroomband JukeBox was er veel aandacht besteed aan het randprogramma. Een kraam van Streekwinkel Lingegaardt, een catering met hapjes en drankjes, een poffertjeskraam, een rolstoeldraaimolen (beschikbaar gesteld door Special Kids Day), een tweetal duo-fietsen, een golfkardienst, een masseur en de mogelijkheid om te schminken maakten het event compleet.

Het event is mogelijk gemaakt door vele lokale financiers en sponsors uit de regio Elst en door financiële bijdragen van enkele foundations.

Mensen, van jong tot oud, met een beperking in aanraking brengen met sport en bewegen en met de aanbieders daarvan, uitmondend in blijvende sportdeelname.

De sportverenigingen en andere aanbieders waren verspreid over het gehele sportpark. Voordat er gesport kon worden, moesten de spiertjes losgemaakt worden. Onder leiding van Stephanie, Sportcentrum De Studio uit Elst, werden de sporters goed voorbereid op de sportieve activiteiten. Op de volgende pagina staan een aantal sportaanbieders waar sporters met een beperking welkom zijn. In het volgende SGO Nieuwsblad, uitgave maart 2023 volgen de andere sportaanbieders.

'Sport doet iets met je, maar dan moet je wel mee kunnen doen'

'Sporten is het allerleukste om te doen!' Heb je meer advies nodig? Raadpleeg dan de website van Uniek Sporten. Uniek Sporten is bij uitstek de organisatie waar (potentiële) sporters en sportaanbieders met elkaar in verbinding worden gebracht.

Tot ziens bij het volgende event in de gemeente Lingewaard (2023) of in de gemeente Overbetuwe (2024).

[Sportcentrum De Studio](https://www.unieksporten.nl/)

DE STUDIO
Sportcentrum

Sporten met een beperking, vervolg

 Tennisvereniging De Helster	 Volleyclub Aetos	 Overbetuwe Beweegt
--	---	---

Jeu de Boules de Batouwe

De 7 banen liggen op het sportpark de Helster. 'Oudere' deelnemers met bijvoorbeeld een scootmobiel kunnen prima meedoen. Het is gezellig en ontspannend.

Voetbalvereniging S.V. Spero

Voetbal+ binnen Spero biedt mogelijkheden om op aangepaste wijze de voetbalsport te beleven. Een team van trainers, begeleiders en verzorgers geeft persoonlijke aandacht aan de voetballers. Dit is een garantie om binnen de eigen mogelijkheden te kunnen sporten.

 Nordic walking Zijpendaal	 Voetbal S.V. Spero	 Hockey HCOB
 Jeu de boules De Batouwe	 HSV De Rietvoorn	 A-linker Wilco Giesen

Hockeyclub Overbetuwe

HCOB gaat starten met een afdeling voor sporters met een beperking. Ook kunnen zij sporters doorverwijzen naar een naastgelegen hockeyclub, Mixed Hockey Club Bemmeler 800. Deze vereniging heeft 2 teams voor sporters met een beperking. Het spelen van hockey combineert het sportieve met het sociale aspect.

Nordic walking Zijpendaal

Een gecertificeerde trainer geeft cursussen voor beginners, gevorderden en voor mensen met een lichamelijke beperking. Het is ook mogelijk om in Elst een cursus Nordic walking te volgen.

Hengelsport De Rietvoorn

Na voetbal is Hengelsport De Rietvoorn de grootste sportvereniging van Overbetuwe, met 2.000 leden! Er is een invalidesteiger die geschikt is voor een scootmobiel. Iedereen is welkom. De vereniging heeft ook cursussen, bijvoorbeeld ecologie, beschikbaar.

A-link en frame running

Wilco Giessen is ervaringsdeskundige. Na een halfzijdige verlamming doet Wilco mee aan triatlons (zwemmen met wetbelt, ligfiets en lopen met a-link). De A-link is een hulpmiddel bij lopen en wandelen.

Vleugelspits Frans stopt er mee

Frans Petersen, vanaf het allereerste begin actief betrokken bij het Special Sports Event, heeft een moeilijk besluit genomen. Gezondheidsperikelen dwingen hem een stapje terug te doen.

Voor de Stichting Special Sports Overbetuwe is dit een enorm verlies. We gaan op zoek naar een vervanger voor iemand die eigenlijk onvervangbaar is. In de laatste vergadering is unaniem besloten hem het predicaat ERE-BESTUURDER te verlenen. Zo houden we hem toch nog een beetje vast.

Tekst: Jan Arts



NAH café Heteren, ook voor de andere dorpen

Op woensdagochtend 16 november vond ook het NAH café in Heteren weer plaats. Wilma Lieftink vertelde het eerste half uur over haar ervaringen met NAH. Zij is één van de oprichters van het NAH café in Ede. Zeer herkenbaar voor anderen en er werden ervaringen en tips uitgewisseld.



Steeds meer mensen uit Heteren, Driel en Zetten met NAH/Parkinson weten ons te vinden.

De volgende bijeenkomst is op woensdagochtend 19 januari 2023 van 10.30-12.00 uur. Ook dan zal er een presentatie van een half uur worden gehouden, waarschijnlijk door het Sociaal Team Overbetuwe.

Graag even aanmelden bij

ForteWelzijn

Saskia Henze Saskia.Henze@fortewelzijn.nl

of SGO

Jeanne Verdijk sgo.overbetuwe@gmail.com



Op de foto bij de Vloedschuur staan Wilma en Sylvia van het NAH café Ede samen met Carmen, een van de kartrekkers van het NAH café in Heteren.

NAH café Elst

Op 15 november verzorgde Hersenz in Elst een presentatie. Hersenz is een landelijk programma dat op 13 plaatsen via organisaties als bijvoorbeeld Zozijn of Pluryn wordt aangeboden.

Madelon en Wilma vertelden wat Hersenz mensen die na de revalidatie weer thuis wonen te bieden heeft. Een van de aanwezige bezoekers van het café is dit jaar gestart bij Hersenz. Hij vertelde over zijn positieve ervaringen. Na een zoektocht van meerdere jaren en contact met meerdere professionals heeft hij nu eindelijk het gevoel dat hij verder komt.



Op **Dinsdag 18 januari**, 10.30-12.00 uur vindt het volgende NAH café in Elst plaats. U en uw naasten zijn daar van harte welkom. Locatie de Ruimte, St Maartenstraat 32B.

Graag even aanmelden bij

ForteWelzijn Saskia Henze Saskia.Henze@fortewelzijn.nl

of SGO Jeanne Verdijk sgo.overbetuwe@gmail.com



Op de website van SGO staat een **NAH Informatiemap**:

[Deze map](#) biedt vooral praktische ondersteuning, adressen bij het zoeken naar NAH gerelateerde therapie, zorg, instanties, sportmogelijkheden, vrije tijd en contacten met organisaties in de Overbetuwe.

Hersenz, het behandelprogramma

Het behandelprogramma Hersenz is een combinatie van bewegen, cognitieve behandeling en behandeling bij jou thuis.

Je werkt zowel in groepsverband als individueel. Wat het behandelprogramma verder onderscheidt is het interdisciplinaire karakter. Dit houdt in dat de betrokken specialisten vanuit een team werken om samen met jou je doelen te bereiken.



Voordat we van start gaan kijken we waar je behoefte aan hebt, wat de mogelijkheden zijn en aan welke persoonlijke doelen je wilt werken. We zorgen ervoor dat het behandelprogramma daar goed op aansluit. Dat doen we met behulp van zogenaamde bouwstenen.

Per week zijn er drie behandelmomenten. Het programma duurt tussen de 6 maanden en 2 jaar, afhankelijk van jouw situatie. Gemiddeld duurt het behandelprogramma 1,5 jaar. De behandeling wordt vergoed als u een indicatie van het CZ hebt. Hersenz helpt u met de aanvraag.

Hersenz organiseert geregeld (online) informatiebijeenkomsten in Arnhem en Nijmegen.

FEITEN EN CIJFERS NAH

Jaarlijks lopen zo'n 140.000 mensen hersenletsel op, van wie er 40.000 forse blijvende beperkingen daaraan overhouden. In totaal zijn er zo'n **650.000 Nederlanders** die beperkingen ervaren als gevolg van niet-aangeboren hersenletsel. In deze getallen zijn niet de partners en kinderen van mensen met hersenletsel meegenomen. Als we de naasten meenemen, **krijgt vrijwel iedereen in zijn leven** ooit wel eens met een hersenaandoening te maken.

Tips

Parkinson onder de aandacht in het september NAH café in Elst

Tijdens het NAH café op dinsdag 20 september presenteerde Ramona van den Arend van Beek, Wijkverpleegkundige, casemanager dementie en parkinson-verpleegkundige op welke manier zij in haar werk deze doelgroep ondersteunt. Het accent ligt op Parkinson. Een waardevolle presentatie waarbij een aantal tips voorbij kwamen van de bezoekers.

U kunt haar [presentatie](#) terug zien op onze website. Tevens was aanwezig Simone Pilon. Zij liet een programma zien 'Kleur je Leven' van het Trimbos Instituut. Dit programma is gericht op het versterken van de mentale gezondheid van cliënten. Het programma is beschikbaar in de vorm van een app op de telefoon en in een uitgeprinte versie in een map.



Tips

Het zelfhulpboek "Ommetjes door het Parkinsonbrein". Danslessen voor mensen met Parkinson, MS, reuma.

Danslessen, KadansBeweegt in Arnhem en Nijmegen

Voor mensen met reuma, Parkinson en MS. De lessen zijn een combinatie van kennis en ervaring uit de moderne dans, klassiek ballet en fysiotherapie. Symptomen bij mensen met reuma zijn pijn, stijfheid, ontstekingen en vermoeidheid. Hier wordt aandacht aan gegeven tijdens de lessen.

De lessen duren een uur en zijn door iedereen te volgen, **ook voor mensen die minder goed ter been zijn.**

Dinsdag 10.30 – 11.30 uur : Introdans, Vijfzinnenstraat 82, 6811 LN **Arnhem**

Dinsdag 13.00 – 14.00 uur : Rozet, Kortestraat 16, 6811 EP **Arnhem**

Woe: 10.45 – 11.45 uur Balletstudio Daniëlle, Molenveldlaan 80 **Nijmegen**

Kijk op www.kadansbeweegt.nl/dans/
contact: info@kadansbeweegt.nl



Spelen met sneeuw (en meer!)

De speeltuin heeft iets nieuws bedacht! Het Winter Doeboek. Dit boek staat vol leuke winterse speeltips en -verhalen. Bendeleden komen aan het woord en je leest onder andere hoe je je eigen sneeuw kunt maken. Je maakt ook kans op allerlei leuke prijzen.

Wil je het Winter Doeboek ontvangen? Het is **gratis** voor Speeltuinbendeleden. Ben je nog geen lid? Schrijf je dan eerst in: <https://speeltuinbende.nl>

Kleurjeleven met een App

Dit is een behandelprogramma in de vorm van een app om met begeleiding somberheid aan te pakken. De cursus bestaat uit 8 lessen van ongeveer 30 minuten. Je volgt 1 les per week op een voor jou geschikt moment.

De lessen bestaan uit schriftelijke en gesproken informatie, korte films, animaties en opdrachten. Tijdens de lessen krijg je instructies over het werken met de cursus. Indien je daarvoor in aanmerking komt, word je tijdens de behandeling op afstand begeleid door een psycholoog.



SGO op de markt, we kregen er spontaan 2 croissantjes!

Op 11 november stonden we op een frisse markt in Heteren tussen 4 kramen; de Visboer, de Kaasboer, Brood van het Stoepje en de Groentekraam. We werden hartelijk ontvangen door Johan de Kaasboer. We zagen veel haastige bezoekers die per fiets ongeveer de kramen inreden. Of na de boodschappen bij de Jumbo nog snel even een rondje markt deden waarbij ze niet altijd veel tijd voor ons hadden.



Onze missie was om de SGO in Heteren bekender te maken, mensen op het bestaan van het NAH café te wijzen én we gingen op zoek naar een nieuwe secretaris en contactpersoon voor Heteren. Meerdere mensen bleken Lia te kennen. Verder is het project "Hart van Heteren" zeer welkom voor veel mensen in de hoop dat er dan wat te doen is. Een mevrouw vertelde dat ze nooit begrepen had waarom er een bewegwijzering naar Heteren Centrum bij de rotonde staat; "waar is dat centrum dan? Ik mis een bloemist, een gezellige kledingwinkel, een drogist...".

We spraken oa mensen over allerlei WMO zaken (8 weken wachttijd) en met een moeder die zeer tevreden was over het leerlingenvervoer. Goed om te horen dat veel mensen de SGO al kennen of ons SGO-blad krijgen. Of dat ze in het HeterenSociaal Nieuws gelezen hadden over het NAH café in Heteren.



We troffen mantelzorgers uit een andere plaats die voor een blinde zus en twee oude ouders zorgden. Een gehaaste mantelzorger van een partner met spierziekte en iemand met een partner met Parkinson.

Kregen lovende woorden dat wij goed werk verrichten!! Een dame kwam ons zelfs twee warme croissantjes aanbieden!! Kortom de hele doelgroep met wielen, rollators, scootmobiel, elektrische fietsen etc kwam voorbij evenals een fiks aantal dure Porsches ... misschien op zoek naar 't centrum?



Foto Kaasboer : de Gelderlander maart 2020, foto croissantjes: pixabay

**De SGO wenst u
hele Fijne Kerstdagen
en een Gelukkig 2023!**

Alle 65 SGO vrijwilligers hartelijk bedankt voor al jullie activiteiten en inzet in 2022.

We hopen komend jaar iedereen weer te mogen spreken en ontmoeten tijdens ons jaarlijkse uitje



Zwemmen op maandagochtenden van 11 –12 uur

Ga een keer mee-zwemmen of neem een kijkje in zwembad de Helster. Elke maandag is er een rustig zwemuur van 11-12 uur voor mensen met een fysieke beperking. Een zwembad-lift, badrolstoel en drijf-middelen zijn aanwezig. U kunt eigen begeleiding meenemen. Zeker als u veel hulp nodig hebt is dit verplicht. Nieuwe kaderleden zijn zeer welkom!

Op de foto's de trouwe kaderleden van EZ&PC, Dickie en Bert en trouwe zwemmers Frits en Theo.



Andreas zoekt alle Gehandicapten Parkeerplaatsen in de hele Gemeente

Bestuurslid Andreas Ladestein is al een tijdje bezig om deze parkeerplaatsen in kaart te brengen. Kunt u hem helpen door in uw eigen omgeving een **foto** te maken van een Algemene Gehandicapten parkeerplaats?

Uiteindelijk is het de bedoeling is dat iedereen ze straks makkelijk kan vinden. Dat ze bovendien ook allemaal aan de maatgeving voldoen. Iemand wees ons al op de parkeerplaats voor het gemeentehuis, prima plek maar de lantaarnpaal ter plekke is een forse hindernis bij het uitstappen.

Stuur de foto naar Andreas met vermelding van het adres en dorp en eventuele bevestigingen. Mail naar info@sgo-overbetuwe.nl



Foto's Zaza in Actie, Achterzijde blad

Op 28 aug 2022 vond "Buddy 2sur5 obstacle course" plaats, survallen voor bijzondere kinderen. Een initiatief van Jeugdland en Bijzonder in Arnhem

Met papa en de buddy Quirine door het V-net klauteren. Kano varen over de Rijkerswoerdse plassen. Boogschieten: Als je het zelf niet kan met twee handen dan is het fijn als iemand het met je buddy doet. Pippi door de modder. Met twee buddy's door de modder! Eindelijk was het warm weer en kon Zaza ook door de modder! Genieten terwijl twee buddy's je vasthouden. Met een modder-smiley op je wang kan je nog extra op je gezicht zien hoe leuk je dit vond!

Bijzonder in Arnhem, Buddy2sur5, jeugdland en gemeente Arnhem heel erg bedankt! Super tof dat ook kinderen zoals Zaza mee kunnen doen met deze activiteit in de zomer!

Op de Supportbeurs:

Toegankelijk speeltoestel, Pippi en Zaza zoeven over de skills baan. Zaza en haar grote voorbeeld vriendin. Zaza op de zitski!

Bijzondere plekken



April Ranshuijsen · 2e

BMC Adviseur en projectleider | ...
14 u · 🌐

+ Volgen

Zo kan het ook! Het werd een steeds groter drama om met een rolstoel, rollator of kinderwagen de buurtsupermarkt in te gaan. Meermaals zelfs bij het naar buiten gaan compleet ingesloten gezeten tussen alle fietsen. Totdat ik de manager aansprak en een lokale schilder dit gesprek opving. Ter plekke bedachten we een plan en twee dagen later was het uitgevoerd. Het werkt perfect! 🙌 #nijmegen #toegankelijkheid #inclusie #fietsen #gemeenten #samenwerken



👍❤️🌐 385

22 commentaren · 11 herplaatsingen



