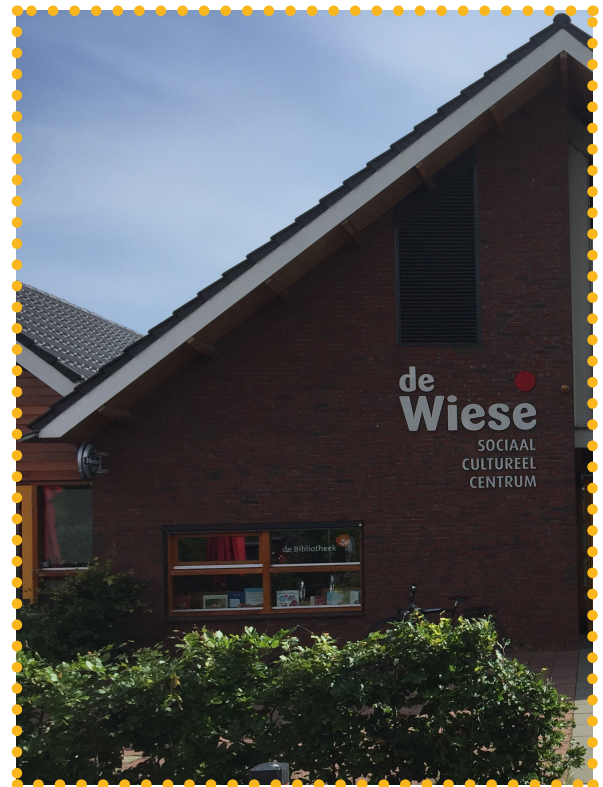


Corona en De Trossel

Op dit moment is Nederland en de rest van de wereld in de ban van het Coronavirus. Alle activiteiten worden geschrapt of uitgesteld, bijeenkomsten met meer dan een paar mensen mogen geen doorgang vinden, hotels, restaurants, cafés, bioscopen, voetbalstadions en ook de sociaal cultureel centrum De Wiese sluiten en we moeten op anderhalve meter afstand van elkaar blijven. Ook *De Trossel* heeft daarmee te maken. Besloten is dat in ieder geval de koffie-ochtenden van april en mei niet doorgaan. Niet in Schalkwijk en niet in Tull en 't Waal.

Wat *De Trossel* precies kan doen in de komende tijd is op dit moment niet duidelijk, maar natuurlijk kunt u, bij vragen, altijd contact opnemen met de dorpsondersteuners. Mogelijk zijn er dingen, die door de genomen maatregelen nu ineens niet meer worden gedaan en is er via een andere weg een oplossing te vinden. Een simpel voorbeeld is bijvoorbeeld het ophalen van medicijnen of het doen van boodschappen. Gelukkig hebben veel mensen de mogelijkheid burens of familie te vragen dat voor hen te doen, maar als dat niet het geval is kunt u altijd de dorpsondersteuners bellen. *De Spar* kan uw boodschappen ook thuisbezorgen, maar als het 'kleine' boodschappen zijn kan een vrijwilliger van *De Trossel*, uit de buurt, dat misschien voor u doen. We wachten af waar de knelpunten komen te liggen en waar hulp nodig is. Het telefoonnummer is: 06 29820055 email: dorpsondersteuners@detrossel.nl



Wat doen we in tijden van Corona?

Al mogen we niet veel, toch zijn er genoeg dingen die we in deze tijd kunnen doen. Hieronder staan wat ideeën voor activiteiten die we kunnen doen nu we contact moeten vermijden.

- Kaartje, gedichtje, tekening of kleurplaat brengen of sturen naar een alleenwonende, ouderen in de buurt, naar mantelzorgers van degenen die normaal gesproken naar een dagopvang gaan, naar de verzorgingshuizen in de buurt.
- Evenzo voor mensen die op dit moment hard aan het werk zijn om de maatschappij

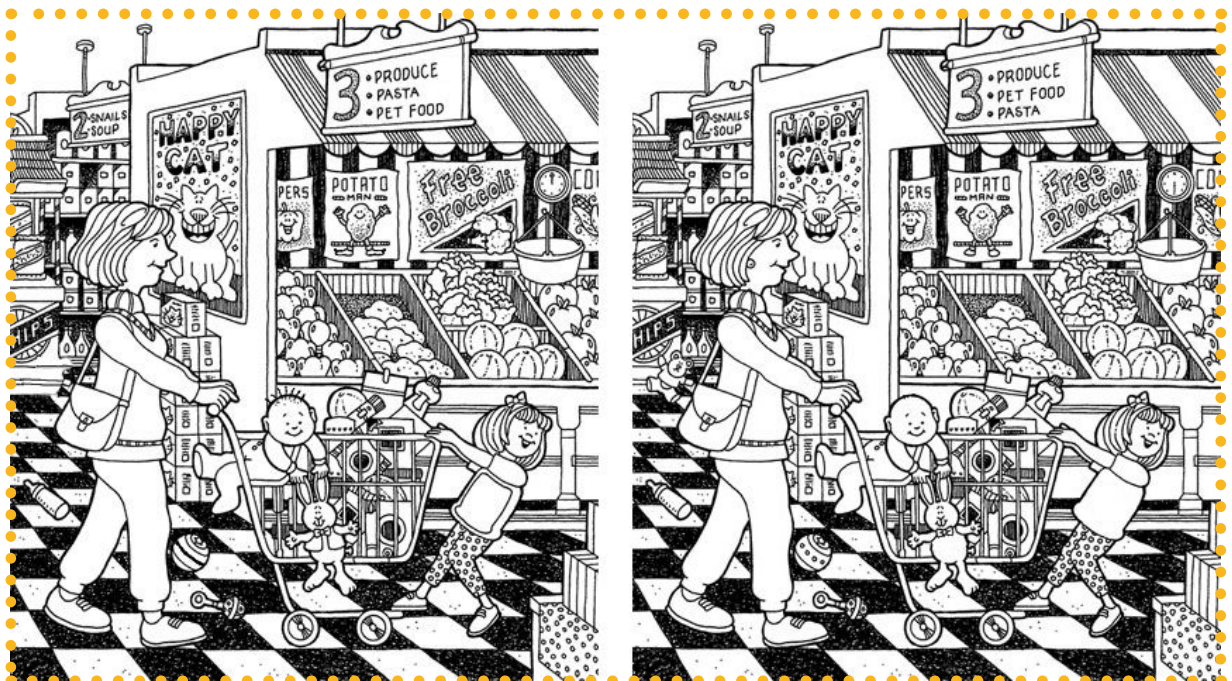


draaiende te houden; artsen, verpleegkundigen, politie, brandweer, winkeliers, postbodes, koeriers en dergelijke.

- Digitale tips doorsturen naar elkaar
- Digitale rondleidingen in musea
- Minibieb-depots maken in het dorp
- RTV Utrecht heeft mooie documentaires online staan over bijvoorbeeld de restauratie van de Domtoren
- Kleurplaten
- U-Video: interessante filmpjes over Utrecht
- Op RTV-Utrecht: zo maak je thuiswerken minder erg
- Voor ouders en kinderen; Zoekplaatjes als : Zoek de verschillen
- Brei-of borduurbenodigdheden uitwisselen of online bestellen voor mensen in onze omgeving die dat zouden willen/nodig hebben en zelf niet kunnen
- Matthäus-Passion bekijken: Op het BachYou-tubekanaal vindt u een intergrale opname van de Matthäus-Passion onder leiding van Jos van Veldhoven, opgenomen in 2014. Op de website van de NPO vindt u een opname uit 2018, tevens onder leiding van Jos van Veldhoven.
- Op Youtube staan theatervoorstellingen voor kinderen; misschien weer eens iets anders?
- <https://twitter.com/i/status/1238478525499420672> Wedstrijdje bal hooghouden
- Online Pubquiz
- Maak een filmpje van uzelf terwijl u een muziekstuk speelt en doe mee met het Corona-solistenconcours van Caecilia, zie www.caeciliaschalkwijk.nl

Als voorbeeld hebben we een puzzeltje toegevoegd. Tussen de twee plaatjes zijn 10 verschillen te ontdekken. Het lijkt simpel, maar het is niet zo eenvoudig als u denkt. Goed zoeken dus.

Als we ze zelf allemaal gevonden hebben, zullen we volgende keer de oplossing geven.





Jana Smith stopt als wethouder

Jana Smith-Visser heeft op 19 maart 2020 haar ontslag aangeboden aan de gemeenteraad. Ze heeft haar taken als wethouder van gezondheid, zorg en welzijn, jeugd en kunst en cultuur per direct neergelegd.

In een brief die ze aan de gemeenteraad stuurde, licht zij haar besluit toe. Ze wil het bestuur van *De Trossel* expliciet bedanken voor de constructieve samenwerking de afgelopen twee jaar.



De Trossel in brochure Leader

Leader is een organisatie die het Europese subsidieprogramma voor plattelandsontwikkeling uitvoert. Dat betekent dat Leader subsidies verstrekt aan initiatieven op het gebied van de leefbaarheid buiten de grote steden. De Trossel heeft een startsubsidie gekregen van Leader, waarmee de vereniging een goede start kon maken. Die subsidie loopt tot juli 2020. Het bestuur probeert bij Leader een verlenging te krijgen van de subsidie.

Leader heeft een brochure uitgegeven waarin enkele projecten die zij subsidieerden worden gepresenteerd. Er is ook een pagina over De Trossel. En daar staan we mooi op.

DE TROSSEL: EEN ZORG- EN WELZIJNSNETWERK VOOR SCHALKWIJK EN TULL EN 'T WAAL

Door de verhuizing van de bibliotheek en de peuterspeelzaal uit het sociaal-cultureel centrum van Schalkwijk kwam er ruimte beschikbaar. In een brainstormsessie ontstond het idee om de ruimte te benutten voor een zorg- en welzijnsorganisatie voor dorpsbewoners die hulp kunnen gebruiken. Samen met de rooms-katholieke kerk, de hervormde geloofsgemeenschap en de Werkgroep Senioren Schalkwijk werd een plan uitgewerkt.

In een dorpsenquête benoemden de dorpsbewoners hun zorg- en welzijnsbehoeften. En maar liefst 170 van de circa 2000 inwoners meldden zich aan als vrijwilliger. Om de oudere bewoners en vrijwilligers bij elkaar te brengen is Dorpscoöperatie De Trossel opgericht. De coöperatie werkt als een netwerkorganisatie. Maatschappelijke organisaties zetten samen met vrijwilligers activiteiten op die het gemeenschapsgevoel versterken, waarmee bewoners elkaar steunen. De koffie-ochtenden met gewoonlijk 60 ouderen zijn een groot succes. Dat geldt ook voor de vervoerservice en het wandelen en fietsen met ouderen. Vrijwilligers doen op verzoek klassen in en om het huis en verzorgen de tuin. Ouderen kunnen hulp krijgen bij het invullen van formulieren en bij het omgaan met de computer.

De drie dorpsondersteuners verbinden de uiteenlopende hulpvragen en het zorgaanbod met elkaar. Zie ook www.detrossel.nl



Adri Verweij op de koffieochtend

'Voor wie uit Schalkwijk komt, speelt de Schalkwijks Wetering op een of andere manier een rol in haar of zijn leven. Zo ook voor mij. Mijn opa en oma woonden aan de Wetering (aan De Kaai in Vreeswijk, waar het geboortehuis van mijn vader stond). Als kind gingen we daar graag op bezoek, want bij dat huis lag een roeiboot in de Wetering. Daar leerde ik roeien en daar heb ik een merkwaardige herinnering aan over gehouden, die ik vandaag graag met u deel: ik vat het samen in een





gezegde dat ik u vandaag voorleg: *DE TOEKOMST LIGT ACHTER JE!* Zittend in een roeiboot zit je met je rug naar de toekomst. Je ziet niet waar je heengaat, maar in het beste geval kun je je richting bepalen aan de hand van het stuk dat je hebt afgelegd. Is dat niet een prachtig beeld van ons leven? En op een ochtend over “de kunst van het ouder worden”? We weten niet wat onze toekomst is, maar in het beste geval geeft ons verleden richting: bakens op de oever van ons verleden die richtingbepalend kunnen zijn op weg naar onze toekomst.

Zo begon Adri Verweij zijn lezing met als thema ‘De kunst van het ouder worden’. Gedurende de ochtend sprak hij over hoe je je herinneringen nodig hebt, om te kunnen kijken naar de toekomst en de vragen die zich voordoen over bijvoorbeeld zingeving te kunnen beantwoorden. ‘De’ oudere bestaat niet maar een wijze raad was om je op tijd voor te bereiden op nieuwe fases in je leven. Wat verandert er als je ouder wordt.... Belangrijk was zijn advies om deze levensvragen te delen met anderen, te vragen, aan te horen, te overdenken. Hij zag hier ook een taak voor *De Trossel* weggelegd; de mogelijkheid hier een platform voor te kunnen bieden. Het was een mooie, waardevolle ochtend. *De Trossel* zal zijn aanbevelingen ter harte nemen.

Vrijwilligersgroep voor gezelschap en ondersteuning

Het leven van mensen kan soms ineens veranderen bijvoorbeeld door het wegvallen van naasten, door ziekte of een beperking. Hierdoor kunnen ook allerlei sociale activiteiten verdwijnen en kan er een gevoel van eenzaamheid ontstaan.

Bij *De Trossel* zijn er vrijwilligers die hebben aangegeven dat zij het fijn vinden om leuke activiteiten te ondernemen met mensen die daar om welke reden dan ook behoefte aan hebben. Denk dan bijvoorbeeld aan samen een middagje winkelen, een boek voorlezen of een spelletje doen.

De vrijwilligers van deze groep kunnen ook worden ingeschakeld om ondersteuning te bieden aan mantelzorgers. Als een partner of familielid in toenemende mate hulp nodig heeft is er vanuit de reguliere zorg hulp die geboden kan worden, denk daarbij aan lichamelijke, verpleegkundige, en huishoudelijke hulp. Toch komt er vaak nog heel veel zorg bij de mantelzorger terecht waardoor hij/ zij overbelast kan raken. De vrijwilliger van de Trossel kan dan uitkomst bieden. Samen met de dorpsondersteuner en/of de coördinator wordt gekeken welke hulp nodig is. Er wordt zorgvuldig gezocht naar een match tussen zorgvrager, mantelzorger en vrijwilliger. Deze hulp





kan ervoor zorgen dat de mantelzorgers bepaalde hobby's kan blijven doen en extra tijd krijgt voor ontspanning.

De coördinator van deze vrijwilligersgroep is Marian Gerritsen. Heeft u een (hulp)vraag ben dan naar het nummer van de Trossel: 06 29820055

Kleine moeite, groot geluk (9)

Deze keer bijzondere kleine moeite... *De Trossel* moet een *Vertrouwenspersoon* in de organisatie gaan implementeren. Welke haken en ogen hieraan verbonden zijn, kon het bestuur en dorpsondersteuners worden verteld door een van de vrijwilligers die in zijn werkzame leven hier dagelijks mee te maken heeft. Bovendien mag *De Trossel* voortaan altijd bij hem aankloppen in het geval van vragen op dit gebied. Voor hem een kleine moeite, voor *De Trossel* een groot geluk.

Geen koffie-ochtenden

Nu de regering nieuwe maatregelen heeft uitgevaardigd, betekenen die dat de koffie-ochtenden in april en mei niet door zullen gaan. De Wiese zal ook tot die datum op slot blijven, net als 't Gebouw in Tull en 't Waal.

Er stonden een aantal mooie koffie-ochtenden in de planning, maar die houdt u nog tegoed, moet u maar denken. Houd de website in de gaten.

Geleidehonden en plastic doppen....

Op de koffieochtend van woensdag 12 februari was mevrouw Bessels uit Nieuwegein te gast. Zij heeft uitgebreid informatie gegeven over de blindengeleidehonden van het KNGF. Wat komt er kijken voordat een hond geschikt is om als geleidehond te worden opgeleid. De kosten van een blindengeleidehond opleiden zijn € 40.000 per hond.

Mevrouw Bessels heeft op dit moment haar 4de hond. Ze heeft zelfs haar vorige ook 'gehouden' toen hij met pensioen moest; zo zijn ze aan elkaar gehecht. Het werd tijdens de lezing dan ook heel duidelijk hoeveel meer kwaliteit van leven blinde en slechtziende mensen hebben door en met een geleidehond. Datzelfde geldt zeker voor de mensen, die gebruik maken een hulphond, een buddyhond of voor kinderen met een autismegeleidehond.

Eind 2018 waren 501 blindengeleidehonden, 56 autismegeleidehonden, 41 assistentiehonden, 58 buddyhonden PTSS en 62 buddyhonden voor overige zaken actief.

Na deze presentatie waren alle aanwezigen ervan overtuigd: er moeten nog meer mensen (harde) plastic doppen gaan sparen. De opbrengst van de plasticdoppen-actie komt geheel ten goede aan het opleiden van de honden. In Schalkwijk kunt u de (schone) doppen dagelijks inleveren in het portaal van de katholieke kerk.

DOPPEN SPAREN
voor de geleidehond

- Fruitsappakken;
- Mineraal- of spuitwater;
- Sportdrink (verwijder alstublieft het kleine doorzichtige plastic dopje);
- Wasmiddelen (zowel de dop van de flescon als de wasballetjes);
- Zepen en shampoolessen;
- Deo- en spuitbussen;
- Slagroombussen;
- Pindakaas- en chocoladepastapotten



Lagere zorgkosten en meer welzijn dankzij dorpsondersteuner

In dorpen waar een dorpsondersteuner actief is, nemen de zorgkosten af en neemt het gevoel van welzijn en leefbaarheid toe. Dit komt met name doordat de dorpsondersteuner vraag en aanbod van informele en formele zorg aan elkaar koppelt.

Dat blijkt uit onderzoek van de *Aletta Jacobs School of Public Health*, een samenwerkingsverband tussen de *Rijksuniversiteit Groningen*, het *UMCG* en de *Hanzehogeschool Groningen*. Een dorpsondersteuner houdt zich veelal bezig met de organisatie van informele zorg, legt verbinding tussen sociaal en medisch domein, staat dorpsbewoners bij in hun relaties met zorgorganisaties en overheid en/of zet zich in voor de versterking van het verenigingsleven en de organisatie van (andere) sociale activiteiten. Lees meer op de [website](#) van de RUG.

Bewegen voor 50+

Op woensdagochtend 11 maart waren er 2 personen van Sportpunt Houten op de kofieochtend die vertelden over de mogelijkheden om in Schalkwijk meer 'Sporten voor 50+' te gaan organiseren. De bedoeling was om belangstelling te peilen, te kijken wat de mogelijkheden zijn om aan te sluiten bij al bestaande verenigingen in Schalkwijk en de gemeente Houten, die hun 'werkgebied' dan eventueel ook naar Schalkwijk kunnen verleggen. De behoefte blijkt breed te zijn; van samen fietsen tot yoga, van koersbal tot wandelvoetbal.



U begrijpt dat het belangrijk is om ook van andere 50-plussers te horen voor welke vorm van bewegen belangstelling is, zodat er een goede indruk is over welke vorm van bewegen ook bestaansrecht zou kunnen hebben.

U wordt dan ook vriendelijk gevraagd uw wensen/belangstelling door te geven via de Trosseltelefoon: 06 29820055 of via een mail aan de dorpsondersteuners: dorpsondersteuners@trossel.nl.

De Trossel

De Trossel kent drie dorpsondersteuners: Marian van der Ven, Conny Middelweerd en Marian van den Hoogen. Heeft u een vraag aan hen: Het telefoonnummer is: **06 29 82 00 55**

Het mailadres is: dorpsondersteuners@detrossel.nl





De dorpsondersteuners werken vraaggericht. Samen bespreken zij de aanpak, overleggen met de coördinator van de groep waarbij de vraag thuishoort en bepalen wie van de vrijwilligers geschikt is om bij de hulpvraag in te schakelen. De grote hoeveelheid vrijwilligers in Schalkwijk maakt, dat dit het probleem niet is. Zo hebben de dorpsondersteuners al bij een aantal vragen snel en plezierig hun werk kunnen doen.

Website

Bekijk eens onze website. Daarop is te zien, wie we zijn, wat we doen en wanneer we wat doen. Er staat informatie op en er zijn foto's te zien. Alle nummers van de *TrosselTips* kunt u er teruglezen.

Het adres van de website is: www.detrossel.nl

Nog wat foto's

