

De Senior

Maandblad voor leden van

KBO Rotterdam



December 2019

Voorwoord

De KBO-Rotterdam is woensdag 13 november een pilot gestart met de cursus ouderenadviseur (met vrijwilligers van verschillende organisaties in Rotterdam). Dit is een persoon die is opgeleid om ouderen te helpen om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven en de regie over het eigen leven te behouden. Zij bespreken problemen, die samenhangen met het ouder worden, met de oudere en helpt zoeken naar mogelijkheden om op een zo'n prettig mogelijke manier verder te leven. Zij werken als vrijwilliger en hebben maar één opdracht: Behartigen de belangen van de ouderen.



Hoe kan ik mijn AOW-uitkering aanvullen?

Als u geen volledige AOW-uitkering heeft opgebouwd, kan uw inkomen lager zijn dan het bijstandsmimum. Dat komt bijvoorbeeld voor als u door verblijf in het buitenland minder AOW heeft opgebouwd. U kunt dan de aanvullende inkomensvoorziening ouderen (AIO) krijgen. Daarvoor moet u wel aan de voorwaarden voor de AIO-uitkering voldoen. Zo krijgt u alleen de aanvullende voorziening als u in Nederland woont. De hoogte van de AIO is afhankelijk van uw inkomen en uw situatie. Heeft u wel een volledige AOW-uitkering, dan kunt u op andere manieren proberen uw inkomen aan te vullen door te kijken of kwijtschelding van gemeentelijke belastingen op u van toepassing is. Als u weer wilt gaan werken dan heeft het extra inkomen geen gevolgen voor uw AOW-uitkering

Handige websites

<https://www.svb.nl/int/nl/index.jsp>

<https://www.mijnpensioenoverzicht.nl/>

Verder staat er in deze de Senior enkele stukjes over:

- Vrijwilliger als HUBA (Hulp bij Belastingaangifte).
- Ook dit jaar organiseert de KBO-Rotterdam op kerstviering op 12 december weer een Adventsviering / Kerstviering. Omdat het nog een paar weken vóór Kerstmis is noemt pastor Franck Baggen het liever Adventsviering. Het is weer in de kerk in de grote zaal van “De Emmaüsgangers” Reyerdijk 67, 3079 NC Rotterdam-IJsselmonde. Deze ziet er iets anders uit als verleden jaar, in deze Senior” kunt u de informatie vinden over de Adventsviering/kerstviering en kunt u zich opgeven.
- Diaken Franck Baggen “Daarin is Hij aanwezig”.
- Terugblik en Wandelen en museumbezoek in 2020.
- collectieve verzekering van Zilveren Kruis Achmea (KBO-PCOB)
- In Rotterdam schrijven vrijwilligers levensboeken voor oudere (met de mogelijkheid dat onze leden contact op kunnen nemen met Pluspunt voor hun verhaal). In Rotterdam wonen veel oudere migranten. Zij hebben de grote stap genomen hun geboorteland te verlaten en een nieuw leven op te bouwen in een onbekend land. Soms hebben ze zelf de beslissing genomen, soms werden ze gedwongen door omstandigheden.
- een fragment uit het verhaal van dhr. Xu.
- Vierstroom Verpleeg Thuis biedt verpleeghuis zorg bij cliënten thuis. Dit betreft cliënten met een WIZ-indicatie (= Wet Langdurige Zorg) van VV4 tot en met VV6.
- Veilig zelfstandig blijven wonen met KPN Vitaal Thuis en Thuishulp Rotterdam.
- Last een but not least de artikelen van PCOB Rotterdam.

Wij zouden het erg op prijs stellen als er (jonge) senioren zijn die zich aan zouden willen melden voor de functie van secretaris of voor een andere rol als bestuurslid (zie voor de vacatures op onze op onze site www.kborotterdam.nl). Ook voor de OA (Ouderen adviseur) cursus kunt u onderstaande benaderen.

Dus als u ons wilt helpen om de afdeling KBO Rotterdam te continueren en versterken; u bent van harte welkom en kunt contact op nemen met:

S.L. Krijgsman-Nijdam
06-28252057

Sonja Krijgsman
Voorzitter KBO Rotterdam

Vrijwilliger als HUBA (Hulp bij Belastingaangifte)

De KBO Rotterdam maakt sinds jaar en dag gebruik van vrijwilligers die elk jaar de KBO-leden bijstaan bij het invullen van hun belastingaangifte. De vrijwilliger krijgt een gedegen opleiding om dit te kunnen doen en ontvangt na afloop van deze opleiding een hubapasje als waarborg van de kwaliteit van de HUBA. De opleiding wordt verzorgd door KBO Zuid-Holland. Alleen gecertificeerde HUBA-invullers mogen dit namens de KBO Rotterdam doen.

Wij hebben op dit moment de beschikking over een aantal vrijwilligers die deze activiteit namens KBO Rotterdam doen. Helaas is hierin verloop door allerlei omstandigheden zoals verhuizingen en persoonlijke omstandigheden. Als gevolg hiervan hebben wij behoefte aan nieuwe vrijwilligers om deze vraag naar HUBA's ook de komende tijd te kunnen blijven doen.

Om als belastinginvuller het werk goed te kunnen doen worden er in het eerste kwartaal van 2020 trainingen gegeven.

Heeft u interesse en wilt u uw medeleden helpen bij het invullen of wilt u nadere informatie dan kunt u contact opnemen met de coördinator KBO Rotterdam HUBA Virginia Werner (06-51191736).

Wij hopen van u te horen.



Adventsviering / Kerstviering

Omdat het nog een paar weken vóór Kerstmis is noemt pastor Franck Baggen het liever Adventsviering.

Voor ons is het toch wel de kerstviering.

Het is weer in de kerk en de grote zaal van:

“De Emmaüsgangers”

Reyerdijk 67

3079 NC Rotterdam-IJsselmonde

Vanaf 14.30 uur bent u van harte welkom in de grote zaal. Daar zal koffie en thee geschonken worden. Aansluitend zal om 15.00 uur de dienst in de kerk beginnen. Na afloop wordt er soep en een broodmaaltijd geserveerd.

De kosten hiervoor zijn €5,- per persoon. Het is de bedoeling, dat u zich van te voren aanmeldt. De €5,- (graag gepast) kunt u ter plaatse voldoen.

Aanmelden kan door:

een e-mail sturen naar rademakerpols@yahoo.com

bellen naar 010 4796366

een briefje sturen naar C.Rademaker, Starstraat 60, 3077 ZE Rotterdam

Er is plaats voor 70 personen en de organisatie wil het graag vóór 5 december weten, dus héél snel reageren.



Daarin is Hij aanwezig.

Als diaken ga ik voor bij uitvaarten. De doden begraven is een werk van barmhertigheid. Zo kwam ik in contact met een vrouw. Zij is enig kind. Haar moeder was een aantal jaren geleden overleden. Ze had alleen nog haar vader. Hij was bedlegerig en al een tijd ernstig ziek. Na een aantal vergeefse behandelingen werd hij uit het ziekenhuis ontslagen. De artsen konden niets meer voor hem doen. Hij zou spoedig sterven. Zij nam haar vader in huis om voor hem te zorgen. Vanwege zijn ziekte transpireerde hij veel. Ze kon niet veel meer doen dan af en toe het zweet van zijn voorhoofd vegen met een zakdoek. Dat deed zij meerdere keren per dag. Na een aantal dagen zo voor haar vader te hebben gezorgd, stierf hij, precies op het moment dat zij met een zakdoek het zweet van zijn voorhoofd veegde.

Ik mocht voorgaan in de uitvaart. Enkele weken daarna bezocht ik haar. Het moment waarop haar vader stierf, terwijl ze zijn voorhoofd droogde met een zakdoek, zal ze nooit vergeten. Ik vroeg haar of ze die zakdoek nog had. "Jazeker", zei ze stellig, "en die zal ik nooit meer wassen!". Prompt stond ze op. Ze liep naar de dressoirkast en pakte daaruit een doosje. Ze opende het doosje en de bewuste zakdoek kwam tevoorschijn. Met eensnik zei ze: "Dit is mijn vader". Het zag er voor mij uit als een normale zakdoek, niets bijzonder. Zo niet voor haar! Telkens wanneer ze verdrietig is, houdt ze de zakdoek even vast. Soms ruikt ze er ook aan. Dan voelt ze de aanwezigheid van haar vader. Ze vindt er kracht en troost in. Daarna gaat de zakdoek weer terug in het doosje. "Eigenlijk is dit geen zakdoek meer", zei ze, "maar is het mijn vader. Daarin is hij voor mij aanwezig."

Deze woorden troffen mij enorm. Die zakdoek is geen zakdoek meer, het is haar vader geworden. Het klinkt misschien raar, maar in feite behandelt ze de zakdoek als ware het een sacrament. In de eucharistie doen wij iets vergelijkbaars. We nemen ongedesemd brood en als de priester er in gebed de Heilige Geest over afsmeekt, wordt het voor ons tot Lichaam van Christus. Wij zien dan geen brood meer, maar Christus. We kijken met nieuwe ogen. Evenzo is de zakdoek voor de vrouw geen zakdoek meer, maar ervaart zij daarin de aanwezigheid van haar vader. Om die reden bewaart ze het in een speciaal doosje. In de mis doen we hetzelfde. Wat wij aan Heilig Brood overhouden gaat niet terug in de voorraaddoos, maar dat bewaren we zorgvuldig in het tabernakel, want in dit Brood is de Heer ten volle aanwezig. Zo vinden wij kracht en troost in de eucharistie, telkens weer.

Diaken Franck Baggen

Terugblik wandelen en museumbezoek september t/m december

Voor de vorige terugblik was weinig ruimte, ik heb danook verwezen naar de website www.kborotterdam.nl en geadviseerd uw emailadres op te geven zodat we u tussentijds op de hoogte kunnen houden van activiteiten d.m.v. de maandagenda.

Het wandelen was in Barendrecht, Zalmplaat, Overschie, Ridderkerk, Kralingseveer, Ommoord en twee maal in het centrum. Zes à zeven kilometer in een rustig tempo met meestal mooi weer.

Leuk was het gesprek dat we hadden met de herderin die haar schapen langs de Oude Maas aan het verplaatsen was. Later was dit te zien op TV Rijnmond. Gezellig was ook het koffiedrinken in het Zalmhuis met een mooi uitzicht op de Maas, de Van Brienoordbrug en IJsselmonde. En niet te vergeten de koffiestop bij de kinderboerderij De Bleide Wei langs de Rotte. In het Centrum lopen we altijd een andere route.

Met de museumgeïnteresseerden gingen we twee maal naar Den Haag n.l. Escher in het Paleis, De Mesdag Collectie bij het Vredespaleis en het Louis Couperusmuseum. We zijn in Maassluis naar het Sleepvaartmuseum geweest en in Dordrecht naar het onderwijsmuseum.

Drie maal zijn we met bus 40 langs de Schie naar Delft gegaan en hebben daar het Vermeermuseum, het Science Center en het Paul Teta van Elvenmuseum bezocht. Ook zijn we bij de Nieuwe Kerk op de markt naar binnen geweest en kregen op onze Rotterdampas een gratis kopje koffie. Het schippersmuseum Muzee in Scheveningen kwam ook nog aan bod met een kort bezoek aan de boulevard en de pier.



Wandelen en museumbezoek in 2020

Dinsdag 7 jan: Nieuwjaarsbijeenkomst KBO-Zuid-Holland, geen wandelen.

Woensdag 8 jan: Kunsthal Rotterdam om 13:30 uur in de hal van het museum voor de tentoonstelling Joost Swarte die duurt tot en met 19 januari.

Dinsdag 14 jan: Pierewaaien in Hoek van Holland om 12:00 uur op metrostation Beurs.

Dinsdag 21 jan: uitje op Zuid. Wandelen op de Kop van Zuid om 13:30 uur vanaf metrostation Wilhelminaplein.

Dinsdag 4 feb: Wandelen op de Coolingsingel en omgeving om 13:30 vanaf metrostation Stadhuis.

Woensdag 5 feb: bezoek aan museum Prinsenhof in Delft voor de tentoonstelling Pieter de Hooch die duurt tot en met 16 februari. 12:29 met bus 40



Dinsdag 11 feb: Wandelen op de Coolingsingel en omgeving om 13:30 uur vanaf metrostation Beurs.

Dinsdag 3 mrt: Wandelen in Overschie om 13:00 uur vanaf metrostation Meijersplein waar we de bus nemen naar Overschie.

Woensdag 4 mrt: Bezoek aan het Wereldmuseum waar de tentoonstelling dossier Indië tot en met 24 juni te zien is. 13:30 uur in de hal van het museum.

Dinsdag 10 mrt: Wandelen in Charlois en diner bij tantje Sjaar om 13:30 uur vanaf metrostation Zuidplein.

Woensdag 1 apr: Vanwege de festiviteiten in Brielle brengen we een bezoek aan het Museaal. 11:31 bij metrostation Spijkenisse Centrum.

Opgeven kan via franshelleman@msn.com of telefonisch via 06-27160161

Eventuele wijzigingen worden op de website gezet. Leden die een e-mail adres hebben opgegeven, krijgen een maandagenda met meer details. Veel wandel- en/of museumplezier toegewenst door Frans Helleman

Collectieve zorgverzekering Zilveren Kruis 2020

In 2020 veranderen de collectieve zorgverzekeringen in Nederland. Het ministerie van Volksgezondheid heeft besloten dat de maximale wettelijke korting op de basisverzekering van 10 procent naar maximaal 5 procent teruggaat. Voor de aanvullende verzekeringen mogen de verzekeraars zelf blijven bepalen hoeveel korting ze geven.

Wat betekenen deze veranderingen voor de collectieve zorgverzekering van KBO-PCOB? Vanwege de verlaging van de maximale wettelijke korting moeten alle zorgverzekeraars de collectieven opnieuw bekijken. Het KBO-PCOB-collectief bood een korting van 8 procent. Dat was bovengemiddeld hoog en slechts 2 procent onder het wettelijk maximum. Komend jaar bedraagt de korting 3 procent; in de collectieve verzekeringen voor senioren is dat niet alleen opnieuw boven het gemiddelde kortingspercentage maar ook ruim, zeker gezien de inhoud van het pakket en de extra vergoedingen. Het verlaagde kortingspercentage geldt alleen voor de basisverzekering. De korting op de aanvullende verzekeringen blijft 10 procent. Het Pakket Extra Aanvullend KBO-PCOB is ook in 2020 gratis. En de korting op het Pakket Extra Vitaal blijft 25 procent.

Over en weer garanderen KBO-PCOB en Zilveren Kruis elkaar exclusiviteit. Dat betekent dat Zilveren Kruis geen vergelijkbaar pakket biedt aan andere seniorenorganisaties en KBO-PCOB gaat geen overeenkomst aan met een andere zorgverzekeraar. Dit leidt tot een sterk aanbod voor alle leden van KBO-PCOB. Alleen al vanwege de gratis extra fysiotherapiebehandelingen is onze collectieve verzekering uniek.

Bij de onderhandelingen hebben we naast de hoogte van het kortingspercentage stevig ingezet op handhaving van de 6 extra fysiotherapiebehandelingen (in ieder geval gerealiseerd voor 2020 en 2021) en handhaving van de vergoeding voor de rijbewijskeuring. We weten dat dit belangrijke onderdelen van de collectieve verzekering zijn voor onze leden. Met het oog op ledenwerving ontvangen nieuwe leden die zich aansluiten bij de collectieve verzekering een lidmaatschapsvergoeding.

Voor leden die nu nog niet profiteren van de korting bij Zilveren Kruis is het belangrijk om nog eens te onderstrepen dat Zilveren Kruis iedereen accepteert voor de basis- en aanvullende verzekeringen, ongeacht leeftijd en ziektegeschiedenis. (Alleen bij de tandartsverzekering met 3 en 4 sterren worden enkele acceptatievragen gesteld.) U kunt dus met een gerust gevoel overstappen. Een informatiepakket kan worden aangevraagd bij het verenigingsbureau van KBO-PCOB, info@kbo-pcob.nl, tel. 030-3 400 600.

Vierstroom Verpleeg Thuis

Vierstroom Verpleeg Thuis biedt verpleeghuis zorg bij cliënten thuis. Dit betreft cliënten met een WIZ-indicatie(= Wet Langdurige Zorg) van VV4 tot en met VV6. Heeft u een Verpleeghuis indicatie en staat u mogelijk op een wachtlijst voor opname en neemt de zorgvraag toe dan kunnen wij samen met u inventariseren welke hulp u precies nodig heeft.

Zo biedt VerpleegThuis langere zorgmomenten bij de cliënten thuis om aan uw wensen tegemoet te komen en in goede samenwerking met uw mantelzorger. Dan kunt u denken aan basiszorg maar ook bij de maaltijden kunnen blijven, inzet van huishoudelijke hulp, aanbieding van een maaltijdvergoeding, zorg voor een sleutelkuis en alarmering voor uw veiligheid waar u een beroep op kunt doen op basis van een VPT(= Volledig Pakket Thuis). Dit is altijd afgestemd met de zekerheid dat u door een professioneel team de juiste zorg ontvangt. De zorg varieert van welzijnstaken tot zorgtaken, van assisteren bij het wassen en aankleden tot aan ondersteunen bij maaltijden, het opwarmen, klaarzetten afwassen, opruimen en het toedienen van medicatie. Ook voeren we verpleegtechnische handelingen uit. Welzijn en ontspanning vinden wij erg belangrijk. Er is ruimte voor een wandeling of het doen van een spelletje.

Wilt u van ons zorg op maat afnemen dan komen we graag bij u langs om uw zorgvraag in kaart te brengen. U krijgt een persoonlijke begeleider(EVV=Eerste Verantwoordelijke Verzorgende genaamd) die verantwoordelijk zal zijn voor uw zorg, stelt een zorgplan op met de gemaakte afspraken en is dan ook uw vaste aanspreekpunt voor de zorg. We zien graag dat u blijft genieten van uw leven. Indien er tegen de tijd iets met uw gezondheid veranderd proberen we daar rekening te houden en in overleg met mantelzorg, arts en uzelf kijken we samen hoe samen het beste om kunnen gaan met de nieuwe situatie mogelijk met andere hulpmiddelen of mogelijke aanpassingen, en stellen het plan bij. Onze teams plannen zelf de zorg en kunnen direct handelen

Kosten en indicatieMet een WLZ indicatie wordt de zorg betaald door het Zorgkantoor. U betaald over de te leveren zorg een eigen bijdrage die wordt vastgesteld door het CAK. Heeft u geen WLZ indicatie maar neemt de zorgvraag wel toe, neem dan gerust contact met ons op. Samen inventariseren we de situatie en vragen eventueel een indicatie voor u aan.

Email:info@vierstroomverpleegthuis.nl

www.vierstroom.nl

06-10103379

Het verhaal van je leven

In Rotterdam schrijven vrijwilligers levensboeken voor oudere migranten. Zij hebben de grote stap genomen hun omgeboorteland te verlaten en een nieuw leven op te bouwen in een onbekend land. Soms hebben ze zelf de beslissing genomen, soms werden ze gedwongen door omstandigheden. Pluspunt, het expertisecentrum voor senioren en participatie in Rotterdam, vindt het belangrijk dat die verhalen behouden blijven en heeft daarom het tweejarige project 'Het verhaal van je leven opgezet', waarbij vrijwilligers levensboeken maken voor oudere migranten.

Eerste jaar

Het project heeft het eerste jaar achter de rug. Er zijn ongeveer twintig vrijwilligers getraind die regelmatig bij de een oudere op bezoek gaan, hem of haar interviewen en van het vertelde een levensboek maken. Zo'n levensboek is bestemd voor de oudere zelf, maar om een groter publiek te bereiken worden fragmenten van de levensboeken op de website van Pluspunt geplaatst:

www.pluspuntrotterdam.nl/blog2/.

Aan de fragmenten is al te zien hoe divers de levensverhalen zijn. Een mevrouw die in Jakarta is geboren vertelt waarom haar ouders kozen voor Nederland, een Marokkaanse meneer vertelt over het werk in de mijnen in Noord-Frankrijk, een Surinaamse meneer vertelt hoe hij een Surinaams-Hindoestaanse voetbalclub oprichtte in Rotterdam en een mevrouw uit Papoea-Nieuw-Guinea vertelt hoe ze met haar pleeggezin het geweld ontvluchtte en in Nederland aankwam in de koude winter van 1962-1963. In oktober 2019 werd het eerste project afgesloten met een presentatie in Theater 't Kapelletje. Enkele ouderen lazen een fragment voor uit hun levensboek en vrijwilligers vertelden hoe bijzonder ze het vinden de levensverhalen te horen en op te mogen tekenen.

Reacties

Oudere migranten hebben soms wat voorbehoud bij het idee dat hun levensverhaal wordt opgeschreven, maar als het eenmaal op papier staat zijn de reacties positief, ook van de kinderen. Een dochter die haar moeder had opgegeven voor het project: "Wij zijn blij dat door dit project mijn moeder haar verhaal kon vertellen." Een dochter die zelf het levensverhaal van haar moeder optekent, schreef, toen het fragment op de website was geplaatst: "Met tranen in mijn ogen lees ik het stuk, erg bijzonder om dit zo te lezen."

Tweede jaar

Voor het tweede jaar zijn nog steeds vrijwilligers nodig. Wie graag luistert naar verhalen van ouderen en wie schrijven leuk vindt kan zich aanmelden bij coördinator Willy Hilverda: w.hilverda@pluspuntrotterdam.nl

Yongning Tan schrijft een levensboek voor meneer Xu. Dit is een fragment.

Ik ben geboren in 1953 in Shanghai in China. Mijn vader werkte als bouwkundig ingenieur bij een fabriek van parfumerie. Mijn moeder is een huisvrouw. Ik heb een broertje en een zusje.

Begin jaren zestig heerste in mijn land een hongersnood vanwege een natuur-ramp. Shanghai was een belangrijke stad en werd goed verzorgd door de staat. Mijn vader had een vaste baan. Materieel hadden we het niet slecht; voedsel en dagelijkse benodigdheden konden we per bon krijgen, maar de hoeveelheid per maand was weinig.

In deze periode werd er geen graan geoogst op de akkers. Het leven op het platteland werd steeds moeilijker. Er was een tekort aan voedsel. De hongerige mensen moesten zelfs de wilde groenten en de schil van bomen eten. Bovendien moesten de boeren samen op straat bedelen voor een handjevol meel. Omdat mijn vader een van de teamleiders van zijn fabriek was, kwamen veel van onze familieleden, onder anderen de zwager van mijn vader en de broer van mijn moeder, van het platteland naar Shanghai om hulp te zoeken. Mijn vader heeft zijn positie gebruikt om deeltijdbanen voor hen te regelen. Als gevolg hiervan werd hij veroordeeld tot één maand gevangenis.

Zonder hulp van mijn vader raakte zijn zwager werkloos. Hij kon niet op eigen benen staan in Shanghai, dus stalde hij zijn spullen uit op straat als marktkoopman. Toentertijd was dit niet toegestaan. Daarom werd hij al snel opgepakt en gevangengenozet. Hij stierf in de gevangenis, de oorzaak was niet bekend. De familieleden die in het dorp waren achtergebleven dachten dat het de schuld van mijn vader was. Maar mijn vader had niet alleen geholpen bij het regelen van zijn baan, ook bezocht hij hem vaak tijdens zijn gevangenisstraf. Vanwege dit misverstand durfde mijn vader nooit meer terug te gaan naar zijn geboorteplaats.

Om het leven te verbeteren kreeg mijn moeder een bijbaantje dankzij onze buurtcommissie. Haar werktijd was van 's ochtends vijf uur tot 's avonds elf uur. Daardoor moest ze ons naar de peuterschool sturen. Toen mijn opa, die op het platteland woonde, dit hoorde, heeft hij met mijn ouders overlegd dat hij voor ons wilde zorgen. Het geld voor de peuterschool was dan voor hem. Dus werden we alle drie de kinderen naar de woonplaats van mijn grootouders gebracht, in Yongjia in de provincie Zejiang. Ik was toen zes jaar. Op het platteland heb ik veel vaardigheden geleerd om zelfstandig te kunnen leven. Ik ben het oudste kind van mijn gezin, daarom moest ik soms met het huishouden meehelpen, waaronder het eten klaar maken en voor mijn jongere broertje en zusje zorgen wanneer ze gingen douchen en slapen.

Veilig zelfstandig blijven wonen met KPN Vitaal Thuis en Thuishulp Rotterdam

“Een geruststellende gedachte voor ons allebei” Stel u voor: U moeder kan steeds minder goed voor zichzelf zorgen. Alleen bent u niet altijd in de gelegenheid bij haar langs te gaan of te bellen of alles wel goed gaat. Hoe makkelijk zou het dan zijn om vanaf een afstand een melding te krijgen als er mogelijk iets aan de hand is. Daarom zijn KPN Vitaal Thuis en Thuishulp Rotterdam er. Een combinatie van een dienst die de dagelijkse bewegingen van de alleenwonende registreert met een app voor de mantelzorger. Samen met iemand die de dienst voor u komt installeren en een thuishulp die kan langgaan wanneer u dat wilt.

KPN Vitaal Thuis heeft een nieuwe dienst voor thuis. Het bestaat uit onopvallende sensoren die geen camera of microfoon bevatten, maar alleen bewegingen waarnemen. De sensoren bij bijvoorbeeld de voordeur, de keuken, de gang en de woonkamer registreren de dagelijkse bewegingen in huis en leren binnen twee weken het dagritme van de bewoner kennen. Als er iets verandert in het dagelijks ritme krijgt u een melding in de app. Mocht u zelf niet in de gelegenheid zijn om even te gaan kijken, dan kunt u Thuishulp Rotterdam informeren. Dan kan een van de thuishulpen uit de buurt gaan kijken of er mogelijk iets aan de hand is.

Thuishulp Rotterdam is een innovatieve organisatie die verschillende diensten biedt. Als “vriendelijke duizendpoten” staan zij klaar om hulp te bieden aan huis. Hulp met huishoudelijk werk, als gezelschap of om samen te koken, te wandelen of te begeleiden naar een afspraak. Of bijvoorbeeld om langs te gaan en te kijken of alles goed gaat.

Nu met gratis installatie door Thuishulp Rotterdam!

Het installeren van KPN Vitaal Thuis kan worden gedaan door Thuishulp Rotterdam. De thuishulp komt bij u of uw familielid langs om de sensoren te installeren, geeft u uitleg en biedt tevens een gratis eerste dienstverlening.

Voor meer informatie of het installeren kunt u bellen naar Thuishulp Rotterdam: 010 - 30 20 160 of www.thuishulprottterdam.nl/KPNVitaalThuis.

De actie loopt tot eind 2019 en geldt alleen wanneer u contact opneemt met huishulp Rotterdam. Op de website kunt u ook de brochure downloaden.

Een veilig idee: Altijd en overal inzicht



Thuishulp Rotterdam

KPN Vitaal Thuis waarschuwt bij:

- Dwalen
- Niet thuiskomen
- Niet terugkomen uit de badkamer
- Niet uit bed komen
- Ongebruikelijke inactiviteit

Installatie via Thuishulp Rotterdam

- Gratis installatie btw € 100* inclusief uitleg van de app.
 - Geen eenmalige pakketkosten btw € 40*
 - Gratis Alarmknop btw € 20*
 - Eerste diensverlening door Thuishulp Rotterdam gratis*
- *Tijdelijk acties aanbod. Neem snel contact op.
- Een thuishulp kan gaan kijken wanneer u dat wilt. U betaalt dan vanaf € 17,50 per uur.

De dienst KPN Vitaal Thuis is in de vorm van een abonnement. De eerste maand is gratis. U kunt maandelijks opzeggen.

De reguliere diensten van Thuishulp Rotterdam zijn ook zonder abonnement op KPN Vitaal Thuis te bestellen.

Veilig zelfstandig blijven wonen met Thuishulp Rotterdam & KPN Vitaal Thuis



010 - 30 20 160

info@ThuishulpRotterdam.nl

www.ThuishulpRotterdam.nl/KPNVitaalThuis



“Een geruststellende gedachte voor ons allebei”

Sensoren en een handige app
De dienst bestaat uit onopvallende sensoren en een handige app. De sensoren bij bijvoorbeeld de voordeur, in de keuken en de woonkamer registreren bewegingen in huis en leren in twee weken het dagritme van de bewoner kennen. De sensoren houden activiteit alleen bij: het zijn geen camera's of microfoons.



U weet op tijd dat er iets is
Verandert er iets in het dagelijkse ritme? Dan weet het systeem dat snel en komt er een melding in de app. Zo weet u op tijd dat er iets is en kunt u de zorg aanpassen. Mocht u zelf niet in de gelegenheid zijn om even te gaan kijken, dan kunt u Thuishulp Rotterdam informeren. Dan kan een van de Thuishulpen in de buurt gaan kijken of er mogelijk iets aan de hand is. Ouderen kunnen daardoor veiliger en prettiger thuis blijven wonen.

U houdt alle privacy
De sensoren nemen alleen bewegingen waar. Het zijn geen camera's, en geen microfoons. Doelt u de zorg en wilt u dat anderen de app ook installeren? Dan kunt u afzonderlijk instellen wie welke gegevens kan bekijken. Alle gegevens worden veilig opgeslagen en nooit beschikbaar gesteld aan derden.



“Door de vaste hulpmomenten is er structuur in mijn moeders leven”

Thuishulp Rotterdam biedt op maat gesneden diensten, die bijdragen aan het blijven genieten van het leven.

Wat voor ondersteuning kunt u aan denken?

Dagelijkse bezigheden

- Schoonmaken
- Samen koken
- Administratie
- Boodschappen doen

Installatie KPN Vitaal Thuis
Het installeren van KPN Vitaal Thuis kan worden gedaan door Thuishulp Rotterdam. De Thuishulp komt bij de alleenstaande oudere langs om de sensoren te installeren, geeft uitleg en biedt tevens een gratis eerste diensverlening.



Fit en fris blijven

- Samen wandelen
- Letten op voeding
- Ondersteunen bij wassen etc.
- Herinneren aan medicatie

Gezelschap houden

- Samen spelletjes spelen
- Koffie/thee drinken
- Activiteiten buiten huis
- Begeleiden bij (openbaar vervoer)
- Kijken of alles goed gaat



De Senior

Maandblad voor leden van

PCOB Rotterdam



GEMEENSCHAPSZIN

In zijn jaarlijkse kersttoespraak van 2017 heeft koning Willem-Alexander het belang van 'gemeenschapszin' benadrukt. Volgens de koning is het in het dagelijks leven steeds moeilijker om mensen met een andere achtergrond of met andere opvattingen te ontmoeten. Hij noemde het van groot belang om 'niet te zoeken naar een breder ik, maar naar een groter wij'.

Tja, dat is inmiddels alweer bijna 2 jaar terug uitgesproken door de koning. Heeft dat nog iets teweeggebracht? Ik vrees met grote vreze dat het nog stevig zoeken is naar Gemeenschapszin.

Natuurlijk: in onze eigen kring is dat niet zo moeilijk, immers, daar is het 'ons kent ons', want je komt over het algemeen steeds dezelfde mensen tegen. In de kerk, bij de ouderenbond, op verjaardagen, bij de sport. Het wordt pas spannend als je plotseling gedropt zou worden in een voor jou/voor u totaal vreemde omgeving. Ik noem maar wat: je zit ineens op een huwelijksfeest van stadsgenoten die uit een heel andere cultuur komen dan je gewend bent. Of je zit ineens tussen een groep mensen met een migratieachtergrond die op les zitten om Nederlands te leren. Dan wordt het toch even aanpoten met die gemeenschapszin. Dan moet je ineens uit je eigen comfortzone komen om je in de wereld van die ander te verplaatsen.

178 nationaliteiten zijn er maar liefst in Rotterdam. Daar kan je van alles van vinden, maar daar zijn talloze stadsgenoten met een migratieachtergrond die hier, in Rotterdam, geboren en getogen zijn. Die ook - terecht - claimen dat ze Nederlander zijn, dat ze Rotterdammer zijn. En toch hebben we vaak het gevoel dat er sprake is van een WIJ-ZIJ situatie. Terwijl er juist van beide kanten (door de medemens met migratieachtergrond en door de autochtone Nederlander) door heel veel mensen met heel veel inspanningen wordt gewerkt aan die gemeenschapszin. Want.... Gemeenschapszin gaat niet vanzelf; daar moet je wèl investeren. Maar diversiteit verrijkt, als je er maar respectvol mee omgaat.

Kees van der Meer

Activiteiten PCOB Rotterdam

Pernis, Programma normale inloop 09.15 uur, 10-12 zelf kerststukjes maken, 17-12 Kerstviering (11.00 uur), 14-01 gezellige nieuwjaarsbijeenkomst

Delfshaven/ Centrum, Programma 14.00 uur 8-12 Kerstviering o.l.v. Gijs Zonneberg thema "op weg naar Bethlehem" 15-01 Nieuwjaarsreceptie, 19-02 Hongaarse Volksdansen 18-03 "Trouwen is delen van geluk" Trouwambtenaar G. Zonneberg.

Hoek van Holland, Programma: inloop: 14.30 uur 16-12 Gezamenlijke kerstviering met Herv.Kerk, 06-01 spreker Ds. Eerbeek gevangenispredikant

IJsselmonde/ Lombardijen, Programma 14.00 uur, 12-12 Nico Ras over Joh. De Heer, 16-01 Bertine Blom Gelukkig ouder worden.

Hillegersberg/ Schiebroek, Programma 14.00 uur, 18-12 Ds. Stougie Kerstviering, Programma 2020 is in de maak.

Alexander, Programma: 14.00 uur 10-12 Kerststukjes maken "Tulpen uit Rotterdam" 18-12 Kerstviering Ontmoetingskerk, 21-1 Is nog een verrassing 18-02 Mevr. Fokker over de kinderboekenschrijver W.G. van der Hulst, 17-03 Ds. Schelling: Vreemde en bizarre verhalen uit de bijbel

Zuidwijk/Pendrecht, Programma: inloop 09:45 uur 21-12 Kerstviering Arie Slob, 16-01 spelletjesochtend, 20-02 J. van der Ent Fietstocht Moldavië 19-03 Paasviering P. Stam

Wilt u meer weten over de activiteiten dan kunt u bellen of mailen met J. Bosma (zie bestuur PCOB). Leden van de KBO zijn van harte uitgenodigd om de bijeenkomsten van de PCPOB bij te wonen. Soms betalen bezoekende leden en gasten een klein bedrag ter dekking van de kosten.

Colofon KBO

Postadres: Honingerdijk 249
3063 AM Rotterdam
IBAN-rekening: NL55INGB0000089725
Email: info@kborotterdam.nl
Website: www.kborotterdam.nl
KBO Rotterdam Ledenadministratie:
Lilian Knappe tel.: 010-5215540
(di./wo./do. 10:00 - 13:00 uur
ledenadministratie@kborotterdam.nl

Bestuur:

Voorzitter: Sonja Krijgsman-Nijdam
Secretaris:
Penningmeester: Paula Kranenburg
Bestuurslid: Frans Helleman
Bestuurslid: Virginia Werner

Colofon PCOB

Postadres: Madroelstraat 6
3195 AM Rotterdam
IBAN-rekening:
NL92RABO0180594754
Email: b.ruizeveldedewinter@chello.nl
PCOB Rotterdam Ledenadministratie:
Plaatselijk contactpersoon of
Landelijk kantoor KBO/PCOB Utrecht
Tel: 030-3400600 tijdens kantooruren

Bestuur:

Voorzitter: Lionel Martijn
Alg. adjunct: Piet de Vries
Secretaris: Bas Ruizenvelddewinter
Penningmeester: Jacques Lacroix
Bestuurslid: Kees van der Meer
Bestuurslid: Leen van der Houwen
Bestuurslid: Jouke Bosma