

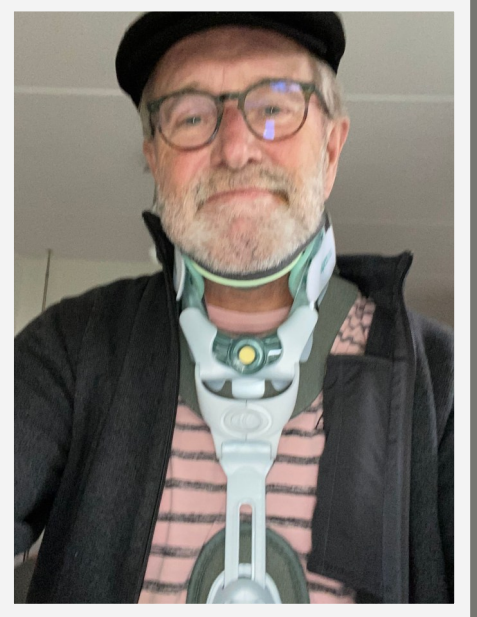


juni 2025

In deze editie

- Toegankelijkheid
- Nieuwe mensen SGO
- Bezuinigingen
- Studenten HAN





Flessenactie Special Kids Day FEEST !!

Salma, onze kinderborgemeester, geeft 17 mei een spetterend Feest voor alle kinderen met een beperking uit de Overbetuwe.

Help haar aan extra middelen door in januari uw flessenbon aan haar feest te doneren!

Afscheid van onze SGO-voorzitter Theo

Na bijna acht jaar samenwerking in de vele projecten en overleggen zal het wennen zijn om de SGO zonder jou op de kaart te blijven zetten. Met jouw kennis en kunde is er in deze acht jaar veel goeds tot stand gekomen. Onze SGO kreeg meer structuur, vergaderingen verliepen gemakkelijk en vooral het soepele netwerken met wethouders en ambtenaren leverde veel op. Wethouders Rob Engels en Chantal Teunissen hadden korte lijntjes met jou. Binnen ons bestuur had je te maken met veel verschillende mensen; daarmee om te gaan was jouw kracht. Iedereen kreeg in de vergaderingen altijd naar eigen inbreng zijn stem. De een soms wel wat langer dan de ander, maar geduld is een goede eigenschap. Je vervulde behalve het voorzitterschap ook nog tijdelijk de verslagleggingen, dat is niet altijd even gemakkelijk geweest.



Dank voor de koffie en koekjes bij je thuis, het meegaan naar iedere uithoek van de gemeente voor besprekingen, je columns in

ons blad, de vakantiefoto's met bijzondere items om te publiceren, je kritische blik en vooral je positieve inzet en blik op de zaken.

Daarbij wisten we vanaf het begin dat jij maximaal vijf jaar het voorzitterschap wilde blijven doen. Gelukkig kwamen er stiekem nog wat jaren bij. En uit ervaring weten we dat ook jij inmiddels 'besmet' bent met het virus om de wereld als vanzelfsprekend vanuit het oogpunt van inclusie, mee kunnen doen in de samenleving, te bekijken.

Geniet van alle reizen die je nu gaat maken.

Namens alle bestuursleden en vrijwilligers van de SGO.

Op de pagina hiernaast staat een compilatie van foto's van en door Theo.

Zo, na ruim zeven jaar zet je een streep onder je voorzitterschap bij de SGO. Ik heb je met bewondering zien functioneren. In het bestuur gaf je ruimte aan ieders bijdrage en kwaliteiten. Met geduld en tact hield je ons bij de les. Je inzet was indrukwekkend, zowel beleidsmatig met vaak stroperig overleg in de regio als praktisch en met beide benen op de grond (op de markt).

Bij dat alles liet je je leiden door de behoeften en voorkeuren van mensen met een beperking, daar deed je het per slot van rekening voor. Regelmatig stelde je dan ook de vraag: wat betekent dit voor onze doelgroep? En dat alles vanuit een zekere bescheidenheid, hoewel als je ergens voor ging dan kwam je vasthoudendheid.

Theo, je zal wel moeten afkicken maar daar komen nieuwe uitdagingen en tijdverdrijf voor in de plaats. Het ga je goed en we komen elkaar vast nog wel een keer tegen in Elst.

Jan

Inhoud

1	Foto voorkant: Studenten HAN met Ans	19	Voorzorgcirkels in de Overbetuwe
2	Bedankt Theo	20	Column Lidy
3	Afscheid SGO-voorzitter Theo	21	Column Lidy—vervolg & Kluppluz
4	Inhoud & Over SGO	22	HAN-studenten op scholenproject
5	Even voorstellen: Rachida Stroet	23	Goed nieuws basisscholenproject
6	Goed nieuws bestuur en vrijwilligers	24	Cerebrale Parese
7	Martine stelt zich voor & Eropuit	25	Mantelzorg op zorgwijzer.nl
8	NAH-nieuws	26	Leuke dag in Huizen: podcast CVI
9	Visio-informatiebijeenkomsten NAH-cafés	27	Leuke dag—vervolg & Buitenband
10	Klaverjassen ook met NAH	28	Berichten kabinetsvoorstellen (bezuinigingen)
11	Klaverjassen vervolg & Eropuit	29	Hulpmiddelen
12	HAN-studenten actief bij NAH-cafés	30	Agenda
13	Kamperen zonder beperkingen	31	Agenda—vervolg
14	Oefenmiddag driewielfietsen	32	Puzzeltocht 14 september
15	Fietsen, fijn en gezond		
16	Toegankelijkheid Oosterhout en Zetten		
17	Toegankelijkheid—vervolg		
18	Toegankelijkheid—vervolg & Tips voor kamperen		

Advertenties SGO: pagina's 6, 8, 22, 29

Over SGO

Go Nieuws is een gratis uitgave van de SGO en verschijnt elk kwartaal. Dit is **jaargang 27 nummer 4**. 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

Ineke Nab
De Helster 21
6661 AH Elst

T: 06 4339 2730
E: secretaris@sgo-overbetuwe.nl
I: sgo-overbetuwe.nl

**Adreswijzigingen en aanmeldingen voor
het SGO-blad kunt u
doorgeven aan het secretariaat**

Bestuur SGO

Functie

Voorzitter
Penningmeester
Secretaris
Nieuwsblad, website, NAH
Bestuurslid
Bestuurslid
Bestuurslid/Toegankelijkheid
Bestuurslid
Contactpersoon Elst
Contactpersoon Herveld, Andelst, scholenproject
Contactpersoon Zetten, Hemmen
Contactpersoon Driel
Contactpersoon Heteren
Contactpersoon Oosterhout
Contactpersoon Randwijk
Contactpersoon Valburg

Naam verantwoordelijke

Rachida Stroet
Marco Verschoor
Ineke Nab
Jeanne Verdijk
Jan Spek
Hetty Wieringa
Peter te Dorsthorst
Martine Berkhout
Willy vd Hoeven
Ans Selman
vacant
Andreas Ladestein
vacant
vacant
vacant
vacant

Telefoonnummer

06 1777 3152
06 3079 7927
06 4339 2730
06 3372 6667
06 4894 3056
06 8396 7466
06 2346 8887
06 2809 7020
06 2537 6243
06 5164 7349
06 5384 5306

Even voorstellen: ik ben Rachida Stroet

Hoi! Ik ben Rachida Stroet, getrouwd en moeder van twee kinderen. Sinds kort mag ik mij de nieuwe voorzitter noemen van Stichting Gehandicaptenplatform Overbetuwe (SGO). Een hele eer, en vooral iets waar ik vol enthousiasme en met overtuiging aan begin.

We doen het samen

Zelf heb ik de spierziekte SMA en daardoor ben ik lichamelijk in bepaalde opzichte beperkt. Dat betekent dat ik uit eigen ervaring weet hoe belangrijk toegankelijkheid, inclusie en gelijke kansen zijn. Juist daarom spreekt het werk van SGO mij zo aan. Want als we echt iets willen veranderen voor mensen met een beperking, dan moeten we dat samen doen. Alleen met elkaar – en zeker niet tegen elkaar.



Mensen echt betrekken

Ik heb de opleiding Personeel en Arbeid gevolgd en me in de jaren daarna veel ingezet als vrijwilliger. Daarbij heb ik gezien hoe belangrijk het is om mensen écht te betrekken. Iedereen heeft iets waardevols bij te dragen en bij SGO zetten we ons daarvoor in.

VN-verdrag Handicap

Het VN-verdrag Handicap is voor mij meer dan een document; het is een leidraad. Dit verdrag zegt eigenlijk heel duidelijk: mensen met een beperking moeten op gelijke voet kunnen meedoen in de samenleving. Dat geldt voor werk, onderwijs, vervoer, vrije tijd – eigenlijk voor alles. Als SGO willen we ervoor zorgen dat deze rechten niet alleen op papier bestaan, maar ook echt worden toegepast in de praktijk. Het herinnert ons eraan dat mensen met een beperking dezelfde rechten hebben als ieder ander. Dat klinkt logisch, maar in de praktijk is het helaas nog niet altijd zo. Met een goed inclusiebeleid kunnen we daarin samen stappen zetten. En dat is precies waar ik me – samen met het bestuur en alle vrijwilligers – voor wil inzetten. Want verandering bereik je niet in je eentje. Dat doe je sámen, met elkaar.

In gesprek met elkaar

De komende tijd wil ik vooral veel in gesprek. Wat leeft er bij jullie? Wat kan beter? Waar liggen kansen? Ik geloof sterk in de kracht van samenwerking en openheid. De SGO is er voor en door mensen en dat is precies wat mij zo aanspreekt.

Ik kijk ernaar uit om jullie te ontmoeten en samen verder te bouwen aan een Overbetuwe waarin iedereen mee kan blijven doen.

Tot snel!

Rachida Stroet



Rachida bij Forte



Rachida en Jan

Rachida gebruikte afgelopen weken al om kennis te maken met SGO-projecten en contactpersonen van andere organisaties. Ze woonde een NAH-café bij en een ochtend van het scholenproject in Elst. Ze sprak met mantelzorgcoördinator Wendy van de Putte en met Karin Veldkamp, beiden van Forte Welzijn. En met Jan, bezoeker van het NAH café.

Goed nieuws van ons bestuur en onze vrijwilligers

Wij zijn hartstikke blij dat we nieuwe enthousiaste mensen binnen de SGO hebben mogen verwelkomen. Niet alleen is ons dagelijks bestuur weer compleet, ook zijn er mensen aangehaakt bij het bestuur: bij het scholenproject, voor het beheer van de website, als ervaringsdeskundige toegankelijkheid, speeltuinen, sport, zwemmen.

Bij het NAH-café in Elst komen Lidy en Heleen een handje helpen. En zijn er negen studenten van de HAN aan de slag bij het scholenproject en bij de NAH-café's.

We worden steeds vaker door de gemeente gevraagd mee te kijken op het brede gebied van inclusie, beleid, toegankelijkheid, spelen etc. Toch kunnen we op speciale terreinen nog steeds mensen gebruiken. Bijvoorbeeld op het gebied van werk en participatie.

Er vond een kennismakingsgesprek plaats met een van de nieuwe wethouders, **Evert Westerbeek**. Binnenkort wordt dit ook met de andere wethouders ingepland. We spraken met de heer Westerbeek over inclusie, Wmo-beleid en het brede scala van onderwerpen waarmee wij én de gemeente te maken hebben. Hij wil graag een keer bij een activiteit van ons komen kijken.

Op de foto wethouder Evert Westerbeek met SGO-voorzitter Rachida Stroet en secretaris Ineke Nab.

Everts taken als wethouder Overbetuwe:

- Onderwijs en onderwijshuisvesting
- Kunst, cultuur en erfgoed
- Energie, warmte en circulariteit
- Krachtige kernen en participatie
- Dienstverlening, waaronder publiekszaken
- ICT en informatieveiligheid
- Dierenwelzijn
- Inburgering statushouders
- Wet maatschappelijke ondersteuning
- Groene Metropool Regio: Circulair



We zoeken....

Enthousiastelingen die zich willen inzetten voor het gebied
werk en participatie

Spreekt het je aan?

Neem contact op met
Ineke Nab
06 4339 2730



Geleidelijnen. Vrijhouden is een goed idee!

Martine stelt zich voor

Sinds een paar maanden ben ik actief bij de SGO. Ik ben 37 jaar en woon met ons gezin (man en een zoon-tje van 6 jaar) in Elst.

Ik ben opgegroeid in Oosterhout en ging naar de middelbare school in Beek-Ubbergen. Ik vond het heel fijn om op het regulier onderwijs te zitten en gewoon op de fiets naar school te kunnen. Later studeerde ik maatschappelijk werk in Nijmegen en kunstzinnige therapie in Leiden. Nu woon ik met veel plezier in Elst.

Door complicaties bij mijn geboorte heb ik cerebrale parese, hierdoor heb ik vooral loopbeperkingen en minder energie. Buitenshuis gebruik ik een rolstoel en handbike.

In mijn vrije tijd houd ik van haken, koken, wandelen en kanoën met onze opblaasbare kano.

Bij de SGO ben ik actief bij de herinrichtingen van de speeltuinen door de gemeente om de inclusie daar te bevorderen. Mooie voorbeelden zijn Speeltuin de Pas en de Eshof in Elst. Daar maak ik met onze zoon graag gebruik van. De Eshof heeft bijvoorbeeld hekken rondom het speelterrein én een rolstoeltoegang. Vooral toen mijn zoontje jonger was, was dit erg fijn omdat hij door de hekken niet kon weglopen.

Soms val ik in bij het basisscholenproject 'Wat is gewoon', ik ga de website beheren en wil het onderwerp gezondheid voor de SGO in beeld brengen.



Speeltuin Eshof

Ik vind het leuk om op deze manier een bijdrage te leveren om de positie van mensen met een beperking te verstevigen. Want er kan vaak zoveel meer dan je denkt, zij het op een andere manier.

Eropuit

Wil je een rolstoelauto huren?

Een voormalige Zonnebloemauto kun je voortaan huren via Welzorg Go.

Wil je er als rolstoel- of scootmobielgebruiker lekker op uit dan kun je een rolstoelauto huren via Welzorg Go. Gebruik de auto voor een dagje uit, winkelen, een weekend weg of zelfs een hele vakantie. Er zijn ruim vijftig ophaallocaties, ook in Arnhem en Nijmegen. Er is plaats voor drie tot zes personen naast de rolstoelgebruiker.

Met een Zonnebloempas kun je de auto huren tegen het gereduceerde tarief van €75,- per dag. Met je pasnummer reserveer je een auto via de website van [Welzorg](#) of via 088 001 6717.



Of wil je een Zonnebloemfiets huren?

Meerdere lokale Zonnebloemafdelingen verhuren

Zonnebloemfietsen. Er zijn twee types Zonnebloemfietsen: de rolstoelfiets en de duofiets. Reserveren verloopt via de lokale afdeling van de Zonnebloem of een uitgiftepunt. De dichtstbijzijnde uitleenpunten zijn Boxtel en Mook.



NAH-café's 2025, *lotgenotencontact* ook voor mantelzorgers.

Data en onderwerpen per locatie:

Elst De Ruimte St Maartenstraat 32b. Tijd: 10.30—12.00 uur Om de twee maanden op dinsdagochtend	Heteren De Huiskamer Kwadrant 2. Tijd: 10.30—12.00 uur Om de twee maanden op woensdagochtend	Andelst / Herveld De Hoendrik Het Dorpsplein 22, Herveld. Tijd: 10.30—12.00 uur Om de twee maanden op dinsdagochtend
NAH-café Elst	NAH-café Heteren	NAH-café Andelst / Herveld
8 juli , logopedie Het Kompas 16 sept. , Sociaal Team Overbetuwe 11 november	9 juli 24 sept. , Sociaal Team Overbetuwe 12 nov. , logopedie Het Kompas	22 juli , mantelzorg 23 sept. , logopedie Het Kompas 18 nov. , Sociaal Team Overbetuwe

Opgeven of informatie via mail of telefoon

Voor **Elst en Heteren**: Wendy van de Putte: MantelzorgOverbetuwe@fortewelzijn.nl, 06 1341 2823

Jeanne Verdijk: sgo.overbetuwe@gmail.com, 06 3372 6667

Voor **Herveld/Andelst** bij Ans Selman (06 5164 7349) of Jeanne Verdijk (06 3372 6667)

Of kijk op de website <https://sgo-overbetuwe.nl/NAH>

We zoeken....

Mensen die ons eens per twee maanden op dinsdag- of woensdagochtend willen helpen bij een NAH-café in Herveld/Andelst of Heteren

Spreekt het je aan?

Neem contact op met
Jeanne Verdijk
sgo.overbetuwe@gmail.com
06 3372 6667

Hoi Hoi!

Ik ben Laura. Ik ben 19 jaar en volg de opleiding ergotherapie aan de HAN. Hierin ben ik een tweedejaars studente. Mijn hobby's zijn zwemmen, tijd buiten spenderen met mensen uit mijn omgeving en hardlopen!

Mijn interesses vanuit de ergotherapie ligt vooral bij de revalidatie voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel. Ik wou mij hier graag verder in ontwikkelen, omdat dit later de doelgroep is waar ik ook mee wil werken in de praktijk.

Daarom voelde ik mij erg aangetrokken tot het project van het NAH-café! Ik vind het erg leuk dat ik een waardevolle bijdrage heb mogen leveren aan het NAH-café en zal de opgedane ervaringen zeker meenemen voor in de toekomst! Bedankt!



Revalidatie op diverse gebieden



 Acceptatie visuele beperking	 Autorijden met visuele beperking	 Blindenstok	 Braille leren	 Computer, smartphone en tablet
 Hoe hulpmiddelen gebruiken	 Intensieve revalidatie	 Koken	 Lezen (toegang tot geschreven informatie)	 Mobiliteit en zelfstandig op pad
 Specialistische begeleiding	 Sporten en bewegen	 Verlichting en contrast	 Zintuigen leren gebruiken	 Werk en opleiding

Visio ondersteunt, adviseert en begeleidt slechtziende mensen.

Uitgangspunt is een zo onafhankelijk en zelfstandig mogelijk leven

In maart en april verzorgde Lindy Mombarg van Visio bij elk Overbetuws NAH-café een presentatie over de mogelijkheden die Visio Nijmegen biedt. Op de website van Visio vindt u veel informatie over visuele beperkingen die bij NAH, parkinson en MS kunnen optreden. Een standaardbril van een opticien biedt vaak geen oplossing.

Hulp van Visio kan bestaan uit:

- een filterbril tegen lichthinder en reflecties,
- leestraining, kijktraining, inclusief verkeer,
- verlichtingsonderzoek met advies voor de beste verlichting thuis,
- praktische ICT-training voor computer-, smartphone- en/of tabletgebruik.



<https://www.visio.org/> Kijk bij tabblad expertise /NAH

[NAH: niet-aangeboren hersenletsel](#)

De PowerPoint-presentatie van Lindy vindt u op onze eigen website, www.sgo-overbetuwe.nl onder het tabblad NAH Therapie.

Zien doet u niet alleen met uw ogen. De **hersenen spelen** een belangrijke rol bij het doorsturen en verwerken van beelden die via de ogen binnenkomen. Als dit proces verstoord is, spreken we van een visuele verwerkingsstoornis. U herkent een object of persoon niet, slechts één helft van uw gezichtsveld werkt of u ziet meer dan één ding tegelijk.



Klaverjassen ook voor mensen met NAH

Interview met Gerold ten Westenend

Eén van de vaste lezers van het SGO-Nieuwsblad, Gerold ten Westenend, las het bericht over de zoektocht naar 'sporters met een beperking'. Gerold heeft zelf niet-aangeboren hersenletsel (NAH), en speelt wekelijks bij Klaverjasvereniging De Ouwe Troef in Heteren. Klaverjassen is zeker mogelijk voor mensen met onder andere NAH en daarom wilde Gerard graag een interview geven aan verslaggever Geert Flinkert van het SGO-Nieuwsblad.

De dag nemen zoals die komt

Gerold is 54 jaar, geboren in Driel en woont met zijn vrouw al 21 jaar in Zetten. Samen hebben ze een dochter van 23 jaar. Na zijn schooltijd is Gerold begonnen als banketbakker. Daarna ging hij werken bij een papier-recyclefabriek. In 1996 kreeg Gerold hier een ernstig bedrijfsongeval met een vorkheftruck. Hieraan heeft hij onder andere hersenletsel, bekkenproblemen en zenuwpijnen overgehouden. Na een intensieve re-integratie

heeft Gerold in diverse banen een lange tijd teveel van zichzelf gevergd. Vanaf 2020 ontvangt Gerold een uitkering vanuit de Inkomensvoorziening Volledig Arbeidsongeschikten (IVA). Een IVA-uitkering is voor mensen die minstens 80% arbeidsongeschikt zijn, met weinig of geen kans op herstel. Ondanks deze vervelende situatie heeft deze IVA-uitkering Gerold veel rust opgeleverd. Hij hoeft niet meer boven zijn macht te werken, lang vooruit te plannen en neemt de dag zoals deze komt. Lukt het even niet, dan neemt hij rust en hoeft hij hierover aan niemand uitleg te geven.



Klaverjassen in Heteren



De Ouwe Troef

Bij Klaverjasvereniging De Ouwe Troef kun je elke woensdagavond een gezellig potje Amsterdams klaverjassen in competitieverband. Het is een gezellige vereniging met ruim dertig leden.

Voor € 6 per maand ben je al lid. De inleg voor het prijzengeld is € 1 per keer en wordt aan het eind van het seizoen uitbetaald. Er is een competitie met vier periodes; je kunt altijd instappen.

Inschrijven kun je elke woensdag om 19.30 uur, ook voor een proefavond om te zien of klaverjassen bij onze vereniging iets voor je is. Je speelt met een partner door loting.

We spelen in MFC De Bongerd (naast Eetcafé 't Dorp), Flessestraat 54 in Heteren. Meestal zijn alle punten rond 22.30 uur geteld.

Meer weten? Raadpleeg hiervoor de website <https://klaverjasverenigingdeouwetroof.nl>

Sinds twee jaar speelt Gerold klaverjas. De deelnemers komen uit Heteren, de gemeente Overbetuwe en zelfs uit Arnhem en Nijmegen. Met zijn scooter komt hij vanuit Zetten naar de klaverjasvereniging in Heteren. Bij Klaverjasvereniging De Ouwe Troef spelen ze het hele jaar.

Hoe gaat een klaverjasavond?

Tijdens het bezoek op een woensdagavond waren er zeven tafels met 28 deelnemers. Ze spelen drie rondes van 16 potjes klaverjassen. Een ronde duurt gemiddeld 45 minuten. Na twee rondes is er een korte pauze. Na afloop van de derde ronde worden alle punten geteld en kunnen de deelnemers nog wat napraten en drinken.

Indien je tijdens de gehele avond meer dan 5.000 punten behaalt, dan ga je voor de prijzen. Echter, je moet dan even wachten tot de periode is afgelopen. Er worden vier periodes van tien tot twaalf weken gespeeld. De winnaars worden dan bekend gemaakt. Daarnaast is er een jaarwinnaar.

Hoe bereid Gerold zich voor? Gerold zorgt ervoor dat hij die woensdag geen andere activiteiten heeft. Door het hersenletsel komt Gerard soms niet goed uit zijn woorden, maar verder merk je niets

van de beperkingen. Gerold is een mensenmens. Hij houdt erg van andere mensen en is graag in gezelschap van anderen. Op dinsdag en vrijdag gaat Gerold naar de fysio-fitness. Zo blijft hij goed in conditie. Als ervaringsdeskundig is Gerold soms aanwezig bij de bijeenkomsten in het NAH-café.

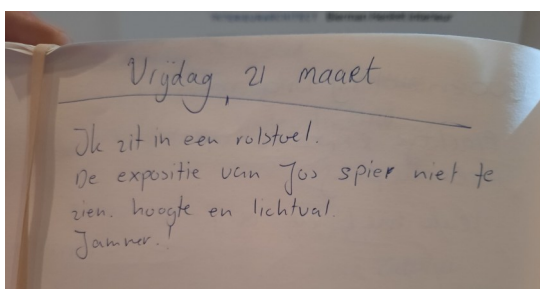
De Klaverjasvereniging De Ouwe Troef organiseert jaarlijks het paastoernooi en het kersttoernooi, met tussen de tachtig en honderd deelnemers. Ook kun je meedoen aan toernooien die door andere verenigingen worden georganiseerd.

Activiteiten zijn belangrijk om gezond te blijven. Voor mensen met hersenletsel is het bijwonen van of meedoen aan activiteiten soms lastig. De vanzelfsprekendheid om mee te doen is verdwenen door lichamelijke of cognitieve beperkingen.

Zijn **Boer, Nel en Roem** geen onbekende termen, kom dan eens gezellig klaverjassen op de woensdagavond bij De Ouwe Troef in Heteren. Er wordt voor jong en oud rekening gehouden met het spelniveau, snelheid en prikkels. Je bent nooit te oud om te leren klaverjassen.

Ook in Elst kun je klaverjassen in clubverband

Eropuit



Stedelijk Museum Zutphen

Wel heel slim: een rolstoeltoilet dat aan de straatkant én in het museum te gebruiken is.

Maar de exposities kunnen duidelijk beter, zien we in het gastenboek.

Park Lingezegen de Familieroute Waterrijk-West (3 km) is toegankelijk



[Een toegankelijke route](#) waar iedereen gebruik van kan maken. Ook mensen met bijvoorbeeld kinderwagens, gebruikers van scootmobielen en (elektrische) duwrolstoelen. Helaas is de route aan weerslelementen onderhevig en behoorlijk hobbelig geworden. De combinatie halfverharding /kleigrond is een lastige.

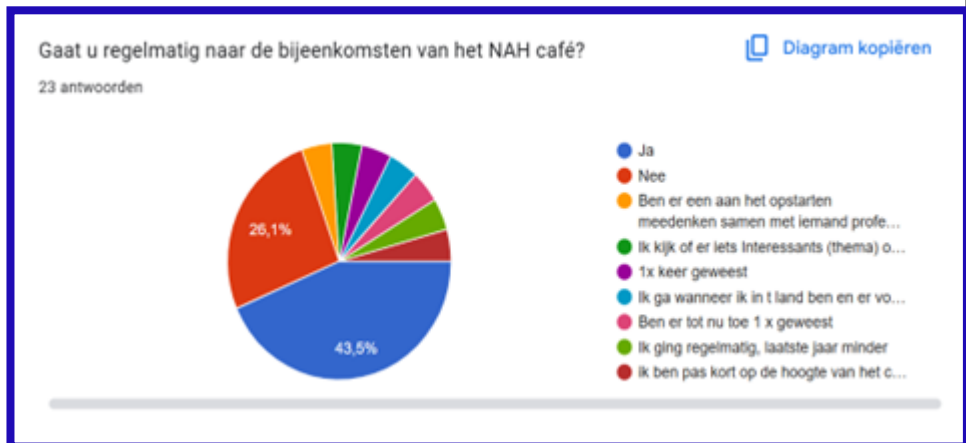


HAN-studenten actief bij de NAH-café's

Laura, Dylan, Michelle en Renske, tweedejaars studenten van de HAN (ergotherapie, verpleging en fysiotherapie) uit Nijmegen voeren tot de zomer een opdracht uit voor onze NAH-café's. Afgelopen periode hebben ze een enquête onder ongeveer 40 deelnemers van NAH-café's verspreid, 23 zijn er ingevuld. De uitkomsten zijn waardevol voor ons als organisatie, we gaan ermee aan de slag.

De conclusies van de HAN-studenten:

De bezoekers van het NAH-café hebben positieve ervaringen van de bijeenkomsten waarbij ze naar elkaar kunnen luisteren. De opkomst van de mensen is wisselend/laag. De hoeveelheid en tijdstippen van de bijeenkomsten zijn op dit



moment goed. Mensen komen niet meer omdat leeftijdsverschil of doelgroep te erg uit elkaar ligt. Er is behoefte aan minder lange presentaties zodat er ook meer onderling gepraat kan worden. Men zou als thema bijvoorbeeld willen zien: omgaan met drukte, hoe ze de ADL kunnen indelen, werk etc. Er is animo voor het deelnemen aan een door de studenten te organiseren activiteit.

Naast de enquête hebben de studenten de folder NAH geactualiseerd, die ziet er nu prima uit. En ze proberen deel te nemen aan het NAH-café in Heteren. Stuk voor stuk zijn het enthousiaste leerlingen!

Hoi, ik ben Renske Pol, ik ben 19 jaar en ik zit nu in mijn tweede leerjaar van de opleiding verpleegkunde. Samen met drie andere studenten van de HAN van verschillende opleidingen werken wij dit halve schooljaar aan een project voor het NAH-café. Zo hebben wij al de folder van het café vernieuwd en gaan wij binnenkort een fietstocht doen met de bezoekers van het NAH-café. Werken aan dit project zorgt ervoor dat ik meer te weten kom over NAH, en dat ik de mensen die hier dagelijks mee te maken hebben beter leer kennen. Dit is uiteindelijk heel nuttig voor mijn studie, en het is natuurlijk ook hartstikke leuk om iets leuks met de mensen te ondernemen.



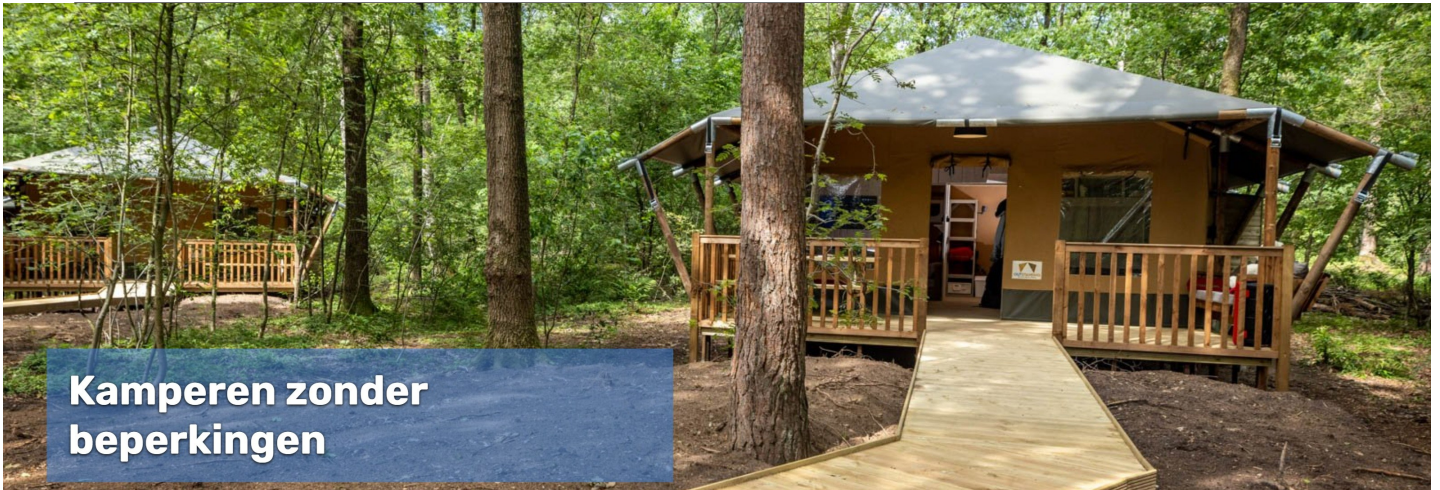
Laura staat op pagina 8

Hoihoii, ik ben Michelle. Ik studeer verpleegkunde aan de Hogeschool Arnhem Nijmegen. Buiten mijn opleiding om ben ik veel aan het werk als voedingsassistente in het Radboudumc. Dit werk vind ik erg leuk om te doen en ik heb de afgelopen jaren ook al veel mogen leren van het contact met patiënten.



Samen met drie andere studenten heb ik mij de afgelopen maanden achter de schermen beziggehouden met opdrachten voor het NAH-café. We hebben samen een enquête afgenomen die jullie hebben ingevuld. We zijn momenteel bezig met contact maken met zorgverleners in de omgeving om bekendheid te creëren. En we zijn nu de laatste dingen aan het voorbereiden voor het plannen van een gezamenlijke fietstocht. Ik heb daar al heel veel zin in, hopelijk tot dan.

Kamperen zonder beperkingen



Hét vakantiepark in Arnhem voor gezinnen met een gehandicapt kind

Op vakantie mag je onbeperkt jezelf zijn

Wat is normaal en wat is niet normaal? Bij het Bio Vakantieoord doet het er niet toe. Hoe je lichaam ook werkt, hier zijn de ingrediënten aanwezig voor een heerlijke vakantie met elkaar. Elk kind telt evenveel mee en gezinnen gaan hier een onvergetelijke tijd tegemoet.

Alles is aanwezig voor zorg, activiteiten en ontspanning. Er is een speciaal zwembad, een aangepaste manege, een echte bioscoop, een toegespitst activiteitenprogramma en nog veel meer! Snoezelen, gamen, fietsverhuur, bootcampen, paardrijden, meetingpoint en naar de kinderboerderij. Gesleep met hulpmiddelen is niet nodig. Het vakantiegevoel staat bij Bio voorop!

Er zijn volledig aangepaste glampings en bungalows te huur.

Op Bio manege kan iedereen paardrijden die daarvoor extra ondersteuning nodig heeft. De instructeurs zijn speciaal opgeleid en met veel hulpmiddelen maken zij het voor kinderen en volwassenen mogelijk om de ontspannende en therapeutische werking van het paardrijden te ervaren.

Het Bio is altijd op zoek naar vrijwilligers en veel donateurs!
Kijk op de website.



Bio Vakantieoord is in 1927 opgericht door de toenmalige Nederlandse Bioscoopbond.

Hieraan danken we onze bijzondere naam, én onze prachtige aangepaste bioscoop. De letters B-I-O representeren tevens waar we voor staan: Beleef. Inspireer. Onbeperkt.



De Spelerij in Dieren heeft ook een overdekt gedeelte “de Uitvinderij” die prima toegankelijk is met een hellingbaan en zo. De speeltuin zelf is bijzonder en grotendeels rolstoelvriendelijk.

[De Spelerij & Uitvinderij in Dieren | Ein besonderen Spielplatz](#)

Oefenmiddag driewielfietsen in de Helster

Daar stonden de fietsdocenten van de Fietzersbond klaar om een oefenritje te begeleiden. Ook Overbetuwe beweegt was van de partij. Meerdere leveranciers hadden hun driewielfietsen meegenomen. Er was een speciaal parcours uitgezet en we zagen veel bezoekers met gevaar voor eigen leven (nou ja, het was best wel wennen) op- en afstappen. Zo niet Peter, fervent fietser en eigenaar van een paar degelijke oer-Hollandse fietsen. Voor hem was het een fluitje van een cent, hij zoefde door de sporthal en balanceerde zelfs op twee achterwielen. Dat laatste werd hem niet in dank afgenomen door de leverancier, die was vooral bang dat Peter voor een slecht imago van zijn fiets zou zorgen als hij omkieperde...

En wij vielen natuurlijk voor het duurste exemplaar, een Hase kettwiesel One met een zogeheten onderstuur dat minder trillingen geeft, speciaal voor Parkinsonpatiënten. Voorzien van een ergonomische zitting zodat je minder last hebt van de hobbels op de weg.

We spraken met een dame, Lenie, die na een forse val van haar fiets niet meer durfde te fietsen. Na een proefritje op een Hase Trike driewielfiets was ze om: "Mooie fiets, stuurt fijn zo'n onderstuur en zitten was heel comfortabel". **Nu eerst maar even sparen...**



De fietsen met twee zijwielen en/of met twee vaste kleine achterwielen werden veel uitgetoetst. De een fietst er zo mee weg, de ander heeft moeite om de fiets de baas te blijven; het sturen is heel anders. We probeerden ook een Berkelbike. Er bestaan veel varianten, onder andere de Pro waarmee je met armen én benen fietst, en de Easylegs Pro voor mensen met instabiliteit of een evenwichtsstoornis.



Op Regelhulp.nl staat veel informatie over aangepast fietsen. Fietsen op een gewone fiets kan lastig zijn als u een lichamelijke beperking hebt, of problemen met evenwicht houden. Een aangepaste fiets kan dan een oplossing zijn. Een aangepaste fiets is bijvoorbeeld een driewielfiets, een loopfiets, een handbike, tandem of een elektrische fiets. Op Hulpmiddelenwijzer.nl leest u meer over verschillende soorten fietsen. Aangepaste fietsen kunnen vergoed worden door het UWV of de gemeente. Dat kan als u vanwege een ziekte of beperking niet op een gewone fiets kunt fietsen. U heeft dan speciale aanpassingen nodig.

Fietsen, fijn en gezond

Speciaal voor de gemeentes

De Fietzersbond heeft een speciale **brochure** uitgebracht die ingaat op de uitdagingen en problemen waar fietsers met een beperking mee te maken hebben. Denk aan smalle fietspaden, paaltjes op de paden, te smalle opritjes.



Wat kunt u verwachten?

- U oefent in een kleine groep op uw eigen fiets
- Een ervaren fysiotherapeut begeleidt de cursus
- Geschikt voor senioren die onzeker zijn op de fiets
- Niet geschikt voor ervaren fietsers die al dagelijks fietsen

Wanneer?

- Woensdagochtend
- Tijd: 10.30–11.30 uur (5 lessen, allemaal verplicht)

Waar?

- Fietswinkel Gelderland
- Poort van Midden Gelderland Blauw 14, 6666 LR Heteren

Kosten & aanmelden

- Gratis deelname (breng uw eigen fiets mee)
- Aanmelden: vera@reflex-fysiotherapie.nl
026 472 3616



Fietslessen in Heteren in de herhaling!

Voor senioren die onzeker zijn of die angst hebben om weer zelf te fietsen

De eerste cursus (eerder georganiseerd) was in korte tijd vol. Een belletje leerde ons dat er plannen zijn om dit vaker én op meer locaties te gaan doen. Het bleek ook dat mensen met elke soort fiets (driewielers bijvoorbeeld) aan kunnen sluiten. Je oefent met je eigen fiets! Je kunt je nu al weer opgeven!

VOL = VOL, dus wees er snel bij

Toegankelijkheid

Museum in Idar Oberstein



Houd je van snelheid en een balletje gooien?

Houd je van snelheid en een balletje gooien en ben je ook zo geïnspireerd geraakt na de Spelen in Parijs? Ik ben op zoek naar enthousiaste rollers die met mij een team rolstoelbasketbal willen vormen rondom Nijmegen. Ik ben in gesprek met een basketbalvereniging en die neemt ons graag onder haar vleugels. Ik ben heel benieuwd wie ik enthousiast maak. Laat het me weten via jan-rvn@outlook.com of 06-39849493.

Groet, Jan Rutten

Toegankelijkheid

Oosterhout: Peperstraat en Warmoesstraat

Half maart liep de SGO in Oosterhout mee met twee ambtenaren om te kijken naar de aanleg van beplanting op de stoepen. In de praktijk bleek dat er vaak aan één kant van de straat geen stoep meer was, zodat je moet oversteken om aan de overzijde je weg te vervolgen, maar er zijn geen op- en afritjes. Die gaan aangelegd worden. Verder keken we samen naar de vernieuwde Peperstraat en de nieuwbouwwijk daar. Volgens de regelgeving (LIOR) zijn lange, brede opritten met een flauwe helling nodig bij alle inritten van huizen en bij de oversteekpunten. **Nadeel** daarvan is dat je dan in zo'n lange straat als de Peperstraat hele stukken, bij elk huis met een inrit, scheef over de stoep moet lopen of rollen. **Voordeel** is dat je veel makkelijker en veiliger (zonder kiepgevaar) de straat op en af kunt rollen, zelfs een beetje diagonaal, ook met een brede rolstoel of scootmobiel.

Op de tweede foto zie je een te smalle oprit, de bewoner daar vertelde dat hij met zijn scootmobiel een te krappe bocht moet maken, en snel de hoeken van de oprit raakt. Hij is bang dat hij omkiept.

In de nieuwbouw (John R Towle straat en daar omheen) zijn parkeerplaatsen aangelegd (met grasbeton ondergrond), we misten daar een algemene gehandicapten-parkeerplaats (met egale ondergrond) en heel veel opritjes naar de stoep.

Conclusie: Het blijft een dilemma, voor een rolstoeler zijn de lange opritten niet fijn, vanwege de scheve stoepen. Echter, voor een andere doelgroep zijn ze juist wél beter, want een stuk veiliger. De Peperstraat met verhoogde gelijkvloerse kruisingen en nieuwe stoepen ziet er goed uit.



Wanmolen Zetten

De ontwerptekeningen voor het nieuwe Schweitzerpark werden op 14 april toegelicht. De SGO was daar bij. Volgens de tekening ziet het er goed toegankelijk uit. Er werden zoveel ideeën geopperd dat de conclusie was dat niet alles in zo'n klein parkje te realiseren is. Onze bevindingen zijn met de projectleiders gedeeld. Bijvoorbeeld geen grasbetontegels onder de invalidenparkeerplaatsen, poortjes waar je met een scootmobiel of rolstoel door kunt, geleide- en gidslijnen vanaf de Hoofdstraat naar de ingang van de Wanmolen, kortere verbinding fietsenstalling naar de ingang van de sporthal, een rollatorbankje bij de jeu-de-boulesbaan, et cetera.

De Wanmolen gaat tijdelijk dicht in verband met herinrichting van het gebied.

Toegankelijkheid—vervolg

Gehandicapten-parkeerplaatsen, géén grasbeton



Grasbeton is tegenwoordig een standaard ondergrond voor nieuwe parkeerplaatsen. Een voordeel is dat het waterdoorlatend is en het wordt een beetje groen. Jammer genoeg worden nu ook de gehandicapten-parkeerplaatsen zo bestraat. Voor mensen met een fysieke beperking (rolstoelers en mensen die minder stabiel op de benen staan of een wandelstok gebruiken) is dit niet wenselijk, onveilig. Als SGO zijn we met de gemeente aan de slag om dit punt voortaan standaard in hun plannen op te nemen. Behalve de juiste afmetingen, ook denken aan een vaste ondergrond én aan bijbehorende op- en afritjes.

Cultuurloods bij Theater de Kik in Elst

Theater De Kik bouwt aan een nieuwe muziekrimte in de voormalige drukkerij naast het theater: De Cultuurloods. De Kik wil deze ruimte verbouwen tot een plek waar heel veel kan: muziek-, dans- en zanggroepen kunnen er repeteren en optreden en De Kik gaat er optredens organiseren van bijvoorbeeld jazz-, pop- of bluesbands. Ook voor zakelijke bijeenkomsten wordt deze plek heel geschikt, met de mogelijkheid voor een gezellige borrel na afloop.



De SGO mocht de tekeningen bekijken en we zagen daar dat er goed was nagedacht over de toegankelijkheid. Lastig is dat het aangrenzende pand een stukje hoger ligt dan het Theater. Met inpandige toegangsdeuren, een halletje en hellingbaan is dat een heel eind op te lossen, maar echt ruim is

het niet allemaal. Schuifdeuren zouden een optie kunnen zijn. Er komt een rolstoel-toegankelijk toilet. Aan de hand van de NEN-normen hebben we een aantal punten onder de aandacht gebracht. Ook voor de buitenruimte, looproutes en bereikbaarheid voor mensen met een visuele beperking.

Onlangs verschenen:
Boekwerk met Nederlandse NEN-normen **9120** (nl)
Nederlandse uitwerking van NEN-EN 17210:
Prestatie-eisen voor toegankelijkheid en bruikbaarheid van gebouwen
NederlandseNorm
[LeeswijzerNEN9120.pdf](#)
Download hele boekwerk gratis op
[toegankelijke gebouwen voor gebruikers van gebouwen](#)

Kringloop 2Switch in Elst, een beetje toegankelijker

Willy is al bijna twee jaar in overleg met de mensen van deze kringloop over de kapotte traplift. Eindelijk lijkt er schot in te komen.

Er is een nieuwe traplift besteld.

Het is wel jammer dat er beneden steeds minder ruimte tussen de stellages en spullen overblijft om er met je rolstoel door te kunnen. Er staan trouwens regelmatig tweedehands rollators en rolstoelen te koop.



Toegankelijkheid—vervolg

Speeltuinprojecten gemeente, Oosterhout en Zetten, fase 2 aan de beurt

Een deel van Elst en Herveld/Andelst was vorig jaar aan de beurt met het speelproject/ontwerp, daar zijn de werkzaamheden afgerond of nog in volle gang.



Waterpomp op een verhoging, dit wordt aangepakt



Goed voorbeeld hoe het ook kan



Modder, zand en hondenpoep...

Ook bij de projecten in Oosterhout en Zetten is de SGO betrokken, we kijken mee naar de plannen en tekeningen. De SGO pleit overal voor inclusieve speelplekken, dat wil zeggen bereikbare paden, speeltoestellen bereikbaar met matten eronder, waterpompen bruikbaar en toegankelijk etc. Zodat ook (groot)ouders met een beperking met hun kind terecht kunnen. In Zetten spraken we ouders die het speelzand en de grasondergrond niet fijn vonden, daar komt immers vaak honden- of kattenpoep in voor en de helft van het jaar is het erg modderig. Nu, in fase 2, kun je reageren op het voorlopig ontwerp (18 aug - 10 sept)

Met deze extra reacties maken de ontwerpers een definitief ontwerp.

Kijk op Overbetuwe Samen voor alle ontwerpen: www.overbetuwesamen.nl

In alle dorpen zijn er spaarprojecten (OverbetuweDoet) voor meer speeltoestellen in de eigen buurt.

Tips van Margrethe om fijn te kamperen en op reis te gaan

Tenttegels Obelink of Ikea Runner

Vlonder buiten

Termeer campers

www.onbegrensdavontuur.nl

www.joeletteandco.com wandelstoel

voor smalle paden

Schlummersack.de (slaapzakken) tot 150 cm, prima prijzen. Bij de onderkant ook een rits. Meisje met maat 158 past nog een van 130 cm met de rits open.

Mundo Rado reizen

Aangepaste vakantiegids.nl

Zonnebloem vakanties

Buitengewoon reizen.nl

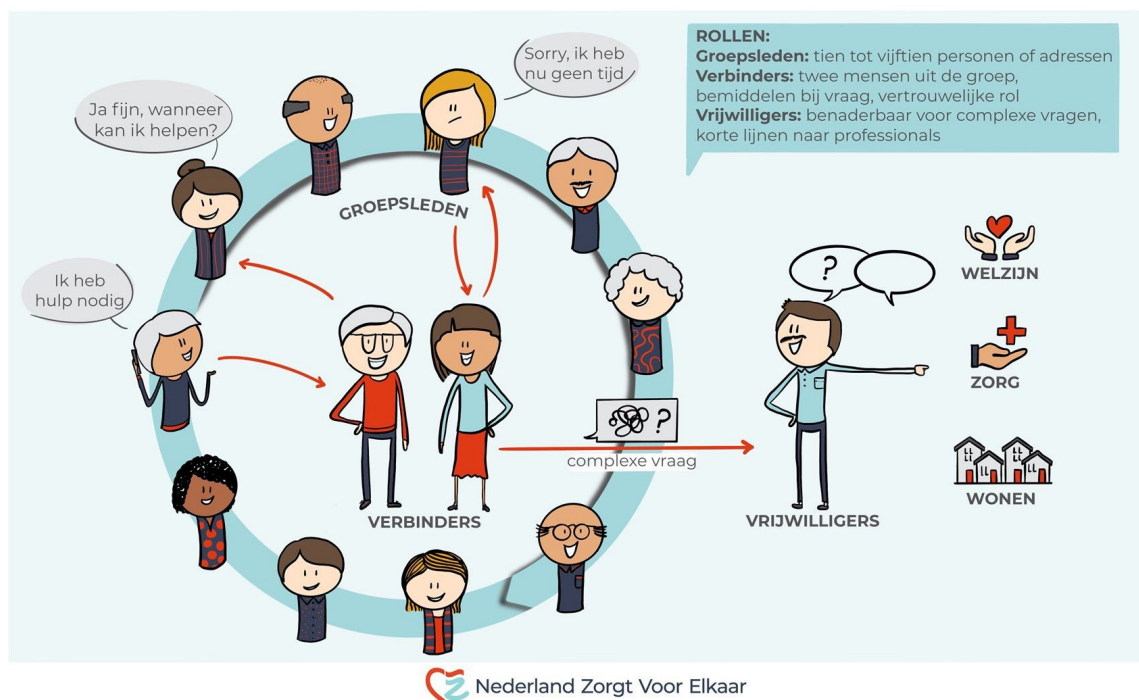
Handicamp outdoor

Stichting a little fun

Van Raam fietsen zijn te huur via walravenfietsen.nl. Ze brengen ze op elke gewenste locatie in Nederland en België

Voorzorgcirkels in de Overbetuwe

Voorzorgcirkel



De voorzorgcirkel is de moderne versie van het nabuurschap (noaberschap). Deze cirkel is ontstaan omdat je zo lang mogelijk wilt blijven wonen op een plek waar je het naar je zin hebt met zo min mogelijk zorg van buitenaf. De vergrijzing en behoefte aan zorg nemen toe, aan werkenden in de zorg is een tekort, kinderen wonen vaak niet meer in de buurt en mantelzorgers zijn steeds vaker overbelast. Hieruit is het idee van een voorzorgcirkel ontstaan.

Hoe ziet een voorzorgcirkel eruit?

De ideale omvang van een cirkel is ongeveer tien tot vijftien huishoudens die het liefst zo dicht mogelijk bij elkaar wonen, bijvoorbeeld in dezelfde straat, en die wel wat voor elkaar willen betekenen als dat nodig is.

“Uit voorzorg spreek je dit met elkaar af.”

“Doordat je dit met elkaar hebt afgesproken, voel je je niet bezwaard om te vragen als dat nodig is.”

Het kan variëren van een boodschapje doen, naar het ziekenhuis brengen of de vuilnisbak buiten

zetten. De echte medische zorg blijft bij de professionals.

Er zijn veel voordelen: het voorkomt eenzaamheid, vergroot zelfredzaamheid, verlicht druk op mantelzorgers, maakt praktische hulp mogelijk en het kan veel gezelligheid opleveren.

In het land zijn er al vele opgezet en het blijkt een groot succes.

Inmiddels is de eerste voorzorgcirkel in Valburg een feit en is er ook een opgezet in Elst.

Peter uit Elst is een van de deelnemers, er is allereerst een kennismakingsavond geregeld. Verder hebben zeven mensen uit zijn cirkel een reanimatiecursus en AED-cursus gevolgd. Er is een dekkende voorziening voor AED's in de Overbetuwe.

Zie: <https://kloppendhartvoorlingewaard.nl/>

Wil je meer informatie?

Karin Veldkamp: opbouwwerker bij Forte Welzijn
<tel:0613367978>

email: karin.veldkamp@fortewelzijn.nl

Mieke Uijtewaal: 06 4030 3055

Email: Miekeuijtewaal@gmail.com

Column Lidy – Poes Lotje overleden

Lidy (59) woont samen met haar man in Elst. Hun drie oudste zonen (30, 28 en 24) en hun jongste dochter (23) zijn allen het huis uit. Yasmine woont begeleid. Zij 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 met een kleurrijk gezin.

De meesten van jullie weten dat ik naast mijn twee dagen op de HAN, bij de opleiding Social Work Deeltijd, ook een eigen praktijk in Begeleiding bij Rouw en Verlies & Levensvragen heb. Dit alles was er nooit geweest als Yasmine niet in mijn leven was gekomen.

Mijn carrière begon ooit in de commerciële kant van de mode, nadat ik de modeacademie afgerond had. Een groot gedeelte daarvan heb ik bij de inkoop van Hunkemöller gewerkt. Destijds woonde ik nog in Baarn. Na de verhuizing naar Elst werd Hilversum toch wat ver om elke dag te bereizen, dus zocht ik iets hier in de buurt. Ik wilde minder gaan werken, omdat wij ook een kindwens hadden. We hadden het geluk dat die kinderen ons ook gegund waren. Drie zoons en onze jongste, een dochter: Yasmine. Tijdens de zwangerschap en na haar geboorte kwamen we meteen in een medisch onderzoekstraject met haar, wat uiteindelijk resulteerde in de diagnoses die bij haar gesteld zijn. En ze is en was welkom met alles wat er is!

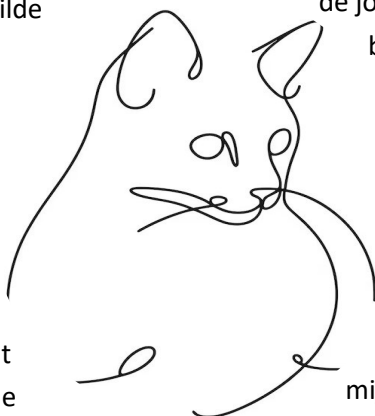
Verlies en rouw

Naast dat ze enorm welkom was, was er ook een stuk van verlies, verlies van een gezonde dochter, verlies van een onbevange toekomst voor haar, het besef dat wij altijd voor haar zullen moeten zorgen..... Natuurlijk met liefde, daar gaat het niet om, het gaat om (h)erkenning van dat stuk dat je als ouder(s) mag aankijken en ervaren. Maar dat stuk zag en ervoer ik toen niet, dat is pas veel later, tijdens mijn opleiding Rouw & Verlies, boven water gekomen. Dat aankijken komt pas als er ruimte voor is in je leven. Bij mij duurde het vele jaren voor ik zover was, hoewel ik het andere moeders (ouders) gun dat ze, het liefst vanaf de geboorte als

duidelijk is dat er met je kind wat aan de hand is, wél iemand buiten het gezin om, in hun leven hebben waar ze mee kunnen praten.

Wat betekent overlijden?

Maar voordat ik mijn opleiding Rouw en Verlies deed, overleden in korte tijd eerst mijn schoonvader en twee weken later mijn moeder. Mijn moeder had een zeer kort ziekbed gehad en haar overlijden kwam als een grote schok. Yasmine was toen 7 jaar oud. Ik had van mijn moeder wel geleerd dat de dood bij het leven hoort, dus voor de jongens wist ik aardig hoe ik hen kon begeleiden. Echter, voor een jong iemand met een verstandelijke beperking vond ik dat veel lastiger. De boekjes en het internet waren daar niet heel duidelijk over. Volgens mij wist de begrafenisondernemer me ook niet veel info te geven. Ik besloot mijn gevoel te volgen, door haar te volgen. Ik vertelde Yasmine dat opa en later dus ook oma, overleden was. Dat hun lichaam kapot was en dat de dokter het niet meer maken kon én dat opa/oma als ze hen zou aanraken, zo koud zou zijn als een pak melk. Dat hoorde ze aan, geen idee wat dat in haar koppie deed, maar toen we aan haar vroegen of ze opa wilde zien, wilde ze dat niet. Maar wat deden haar broers, die liepen onbevange naar de kamer toe waar opa opgebaard lag. Ze bleven rustig, praatten met elkaar en tegen opa. Yasmine voelt heel goed sferen aan en ik vermoed dat ze voelde dat er niets engs was en dat het veilig was, ook omdat haar broers er zo mee omgingen. Dus.....stapte ze de ruimte in en nam afscheid van opa en twee weken later ook van oma. Bij opa deed ze ook mee met het sluiten van de kist en liep ze naast de kist de



kerk in en uit. Deze ervaring leerde mij dat je van alles kunt bedenken of zorgen over kunt maken, maar dat degene met de verstandelijke beperking, in dit geval Yasmine, van nature heel goed kan aanvoelen wat ze wil. Mijn rol als moeder is om daarin te volgen en haar daarin te faciliteren, zonder me vooraf al druk te maken over van alles wat er kan gebeuren.

Samen afscheid genomen van Lotje

Alle opa's en oma's zijn reeds jaren geleden overleden en inmiddels is Yasmine bijna 24. En nu ging het slecht met onze kat Lotje. Lotje is ruim 17 jaar geleden in ons leven gekomen en was de kat van Timo. We hebben twee katten die niet met elkaar overweg konden, ze leefden ook gescheiden hier in huis, maar met beiden waren de kinderen enorm gek. Zelf kom ik van een boerderij, waar katten/huisdieren een andere rangorde in het gezin hadden, maar nu zag ik toch wel dat dit overlijden met meer zorgvuldigheid gepaard moest gaan. Toen het ernaar uitzag dat ze zou komen te overlijden, ze at en dronk niet meer, hebben we alle kinderen naar huis geroepen, samen gegeten en iedereen heeft afscheid van Lotje genomen. Ik zag op internet dat een kat drie dagen zonder eten en drinken kan, dus dat was ook mijn verwachting als ik 's morgens naar beneden ging om te kijken hoe het met haar ging. Maar telkens tilde ze haar

koppie op, dronk toch af en toe wat en ging toen weer in haar nestje liggen. Soms kwamen onze zoons nog even haar gedag zeggen. Zo ging dat een week door, totdat ik zag dat op haar koppie een enorm gezwel zat. Ondanks dat ik haar een vredig thuis sterven had willen geven, kozen we toch voor de dierenarts. Die heeft haar een spuitje gegeven en ze is rustig overleden. We hebben 's avonds Yasmine via Facetime gebeld. Ze wist dat Lotje ging overlijden en ze reageerde in eerste instantie nogal laconiek. Totdat het echt tot haar doordrong, toen moest ze enorm huilen. Gelukkig is ze daar prima opgevangen. We vertelden haar dat Lotje gecremeerd zou worden en dat we haar as uit gingen strooien. Gisteren was het zover en konden we de as ophalen. Yasmine heeft er vandaag een kaarsje bijgezet. Manlief en ik waren met haar aan het brainstormen waar we haar uit konden strooien. Zegt manlief: "Misschien in de achtertuin?", waarop Yasmine zeer adrem antwoordt dat dat niet de juiste plek is, omdat ze daar nou juist nooit kwam, maar altijd voor op onze auto lag. Ik ben blij dat Yasmine goed weet wat doodgaan betekent en dat ze dat in haar leven handen en voeten kan geven. Maar eh, ik wordt wel altijd gecorrigeerd als ik doodgaan zegt, want zij is standvastig dat iemand niet is doodgegaan, maar dat diegene is 'overleden'. Aldus Yasmine.

Lidy

KluppluZ Morel in Elst

KluppluZ Morel biedt specialistische groepsbegeleiding voor kinderen van 4 tot 13 jaar met een extra begeleidingsvraag. Er zijn kleine groepjes. Als er vragen zijn over het gedrag van een kind, is het fijn om hier antwoorden op te krijgen. In opdracht van ouders en school doet KluppluZ onderzoek naar gedragsproblemen, leerproblemen en/of sociaal-emotionele problemen bij kinderen. Financiering is mogelijk door gemeente, school, verwijzers of ouders.

Een indicatie is niet altijd nodig. SGO vroeg aan Mirthe Papen van het team Morel of het gebouw en het terrein ook geschikt zijn voor kinderen met een beperking. We mogen als SGO een keer een kijkje komen nemen. Kluppluz is gehuisvest in het gebouw de Kersentuin in Elst.

Vragen? Wil je meer informatie? www.kluppluz.nl of bel 040 294 8939 of stuur een mail naar info@kluppluz.nl



Zo werkt KluppluZ



Beleef de wereld van een beperking – een gastles die ertoe doet

Een samenwerking tussen HAN-studenten die interprofessioneel leren (IPL) en Stichting Gehandicaptenplatform Overbetuwe

Wij zijn Brechje, Kim, Yasmin, Meja en Karolina – vijf studenten van de HAN. Tijdens IPL krijgen wij de kans om mee te werken aan een bijzonder project: het vernieuwen van het lesmateriaal van een gastles over leven met een beperking. Deze gastles, ontwikkeld door Stichting Gehandicaptenplatform Overbetuwe, laat leerlingen op een interactieve manier ervaren hoe het is om te leven met een lichamelijke, visuele of auditieve beperking.

In de les gaan leerlingen aan de slag met opdrachten zoals het lopen over een blindenbaan, rijden in een rolstoel, braille lezen en communiceren met dovenkaartjes. Deze ervaringen geven leerlingen niet alleen inzicht, maar ook begrip en respect voor mensen met een beperking.

Wij vinden het een belangrijk onderwerp. Het is goed dat kinderen hier op jonge leeftijd al bewust van worden. Door zelf te ervaren hoe het is om met een beperking te leven, ontstaat er meer begrip en inclusie.

Daarom dragen wij graag bij aan het vernieuwen van deze waardevolle gastles.



SGO zoekt....

Enthousiastelingen voor het
scholenproject

Op woensdagochtend

Groep 7 basisonderwijs

Leerlingen ervaren wat het betekent
om een handicap te hebben

Spreekt het je aan?

Neem contact op met
Ans Selman 06 35164 7349
ansselman@live.nl

Zooooo vermoeiend

ZOOO



Een online game voor
jongeren om met elkaar in
gesprek te gaan over hoe je
met je ⚡ energie omgaat

is een kaartspel over (een gebrek aan) energie, voor jongeren met een chronische ziekte. Je probeert jouw energie zo slim mogelijk in te zetten om de maximale voldoening uit je dag te halen. Het spel is samen met jongeren met een chronische ziekte ontwikkeld.

www.zooovermoeiend.nl

Goed nieuws van het basisscholenproject

Ook bij het basisscholenproject draait het om de mensen die het doen, net als bij alles waarvoor de SGO zich inzet.

Wie zijn op dit moment de zes (zeven) mensen van dit project

Ans (meer dan tien jaar actief, op de foto hiernaast), Margrethe, Kelly, Joke, Hans en Jan zijn de vaste mensen en Martine valt af en toe in. Dat betekent voor ieder van hen vroeg opstaan om ruim voor schooltijd ergens naar een school in de Overbetuwe te gaan. Immers, alle spullen moeten worden klaargezet in de school.

Hulphond Trevor

Gelukkig is nu ook de jonge hulphond van Kelly, Trevor, na gewenning en training bij haar thuis, inzetbaar op scholen. Hij heeft al echt gewerkt: een pakje gevallen zakdoekjes oppakken en helpen bij het uittrekken van handschoenen.

Schooljaar 2025-2026

Wil je ons in het nieuwe schooljaar helpen en (af en toe) mee naar een basisschool gaan?

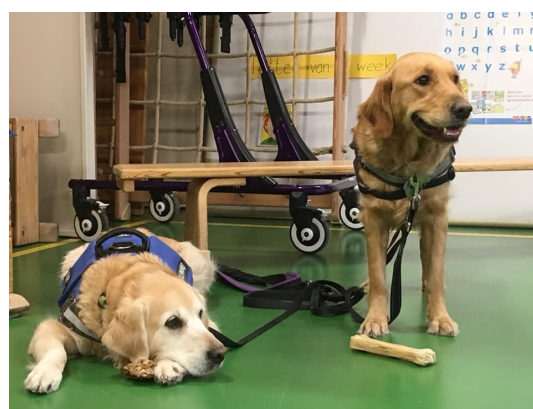
Bel Ans: 06 5164 7349

Service van Kersten Hulpmiddelen

Gelukkig brengt Kersten Hulpmiddelen alle matten, pionnen, werkspullen met een busje een dag eerder op locatie, ze staan opgeslagen in het magazijn van Kersten in Heteren. Van Kersten mag de oude kinderrolstoel van Zaza voortaan ingezet worden bij het scholenproject.

HAN-studenten social work

Afgelopen halfjaar zijn vijf tweedejaars studenten social work van de HAN aangehaakt die een dag per week stage lopen bij de SGO, bij het scholenproject. Deze vijf studenten volgen opleidingen zoals ergotherapie, fysiotherapie, logopedie, verpleegkunde, sociaal werk. Samen vormen zij een multidisciplinair team. Een van hun opdrachten was om het werkboek van het scholenproject te actualiseren. Zij hebben het werkboek flink onder handen genomen en er een moderne versie anno 2025 van gemaakt. Met een mooie lay-out, inclusief QR-codes en puzzels. Binnenkort presenteren zij dit. Ze gaan zelf mee naar de basisscholen om kennis te maken met de doelgroep, de leerlingen, leerkrachten en met het team van vrijwilligers, met de hulpmiddelen en alle informatie die er geboden wordt.



Eerdere hulphonden (van Hetty) die meehielpen



Cerebrale parese

Congres cerebrale parese-net

Het jubileumcongres 'De Kracht van Verbinding: CP-zorg in Beweging'

Dit bijzondere jubileumcongres, gehouden 16 april jl., stond in het teken van ontwikkelingen in de CP-zorg, waaronder de recente herziening van de multidisciplinaire richtlijn 'Cerebrale parese bij kinderen' (oktober 2024). Dit jubileumcongres bood zorgverleners en andere geïnteresseerden de mogelijkheid kennis en ervaringen te delen, nieuwe inzichten te verkrijgen en vooruit te kijken naar de CP-zorg van de toekomst. Alle informatie: <https://cp-net.nl> [Programma-CP-Net-Jubileumcongres-totaal-v4.pdf](https://cp-net.nl/Programma-CP-Net-Jubileumcongres-totaal-v4.pdf)



Bewegen en leren met CP is topsport

Ook Esmee Gerritsen gaf een lezing over haar missie 'Gelukkig Uniek'. Ze wil jongeren met een beperking inspireren, motiveren en laten ervaren dat een beperking geen beperking hoeft te zijn maar juist een kracht. Daarnaast wil ze zorgprofessionals begeleiden en trainen om zo tot een betere handicapacceptatie te komen. Ze was twee jaar geleden te gast bij de Gemeente Overbetuwe.

Peter bezocht dit tienjarige jubileum CP-congres in Ede als ervaringsdeskundige. Hij nam in de middag deel aan drie (van de twaalf) onderwerpen die zijn interesse hadden: 'Chirurgische opties bij CP', 'Gezonde leefstijl – hoe pak je dat aan', 'Hoe gaat het echt met je? Psychosociale zorg bij CP'. Aan het laatste onderwerp wordt nu gelukkig veel meer aandacht besteed. Peter heeft dit in zijn jeugd wel gemist, zegt hij.

CP Nederland

Het bij elkaar brengen van mensen met een cerebrale parese en hun omgeving is een essentiële taak van CP Nederland. Door ervaring en kennis uit te wisselen, versterken mensen elkaar in het leven met CP. Als je lid bent van CP Nederland krijg je drie keer per jaar het online magazine, info@cpnederland.nl



We zagen deze boekentip:

De gedichten van een libelle, door Paola:

"Ik heb het altijd belangrijk gevonden om - ondanks mijn beperking - vol in het leven te staan. In 2017 ben ik begonnen met het schrijven van mijn eerste boek. Maar in 2021 heb ik een herseninfarct gehad. Om mijn woordenschat en het schrijven te verbeteren ben ik gedichten van vier regels gaan maken." Kijk voor meer gedichten op de website van Paola: <https://magischschrijven.nl/>

*Wanneer stoppen wij nou met partij te kiezen
Op deze manier kunnen we alleen maar verliezen
Verbinden en samen delen
Zo kunnen wij de samenleving helen*



Alles over mantelzorg op Zorgwijzer.nl

Mantelzorgers zijn enorm belangrijk voor onze samenleving. Zij zorgen voor hun partner, ouders, familie-lid of vriend wanneer die door invaliditeit, een chronische ziekte of beperking hulp nodig heeft. Dit kan gaan om hulp bij de verzorging of bij dagelijkse activiteiten.

Tegemoetkomingen en regelingen

voor mantelzorgers:

- betaling via een persoonsgebonden budget ([meer info](#) op [rijksoverheid.nl](#))
- reiskostenvergoeding ([meer info](#) op [mantelzorg.nl](#))

Vervangende mantelzorg

Het is voor mantelzorgers fijn als ze zelf ook even tijd hebben voor ontspanning, zoals sporten of een avondje rust. Dit wordt respijtzorg, ofwel vervangende mantelzorg genoemd. Bij vervangende mantelzorg kan een professional of vrijwilliger jouw taken (tijdelijk) overnemen, zodat je meer tijd voor jezelf hebt.

Mantelzorgmakelaar

Iemand die de mantelzorger kan ondersteunen; bij regeltaken, uitzoekwerk, administratie en/of financiën. Of voor combineren van werk en mantelzorg.

Het doel hiervan is om de mantelzorger te ontzien en ervoor te zorgen dat de mantelzorger niet overbelast raakt. De mantelzorgmakelaar kan soms (deels) worden bekostigd via jouw gemeente of werkgever. Je kunt gekwalificeerde mantelzorgmakelaars vinden via een gemeentelijke organisatie voor mantelzorgondersteuning of welzijn of via de Beroepsvereniging voor Mantelzorgmakelaars (BMZM).

Mantelzorgcursus

Deze cursus bereidt deelnemers voor op hun rol als mantelzorger, zodat ze weten hoe ze de zorg goed kunnen vormgeven en welke ondersteuning beschikbaar is.

Voorwaarden van de aanvullende zorgverzekering

Belangrijke voorwaarden die van toepassing (kunnen) zijn bij de vergoeding van mantelzorg via de aanvullende verzekering:

- Het wettelijk verplichte eigen risico is niet van toepassing op aanvullende mantelzorg
- Soms moet er eerst toestemming worden gevraagd bij de zorgverzekeraar
- Soms kan de respijtzorg alleen bij een specifieke stichting worden geregeld.

Zorgverzekeraars die hulp bij mantelzorg dekken, bieden vergoeding voor:

- a) vervangende mantelzorg; en/of
- b) de mantelzorgmakelaar; en/of
- c) mantelzorgcursussen

Raadpleeg **altijd** de polisvoorwaarden bij de zorgverzekeraar zelf.

[Mantelzorg vergoeding \(update: 2025\) - Zorgwijzer](#)
(meer info op [Zorgwijzer.nl](#))

Mantelzorgcoördinator Overbetuwe:

Wendy van de Putte

Aanvullende mantelzorg van Saar aan Huis

U wilt graag zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Daarbij heeft u wel wat ondersteuning nodig. Familie en vrienden helpen graag, maar soms is meer hulp nodig. Dan is Saar aan Huis een oplossing. De aanvullende mantelzorg die de Saars bieden, maakt uw leven thuis plezieriger. Zij houden gezelschap, doen met u een boodschap en verzorgen voor u kleine huishoudelijke klusjes (geen schoonmaak). U kunt samen met de Saar gaan wandelen, koken of een spelletje doen. En u geeft aan waar u behoefte aan heeft. Meer info op [Saaraanhuis.nl](#)



Leuke dag in Huizen

Mijn dochter Zaza heeft een visuele beperking, CVI (Cerebrale visuele stoornis). En nu ze op de middelbare school zit wordt ze ook daar begeleid door de Ambulant Onderwijskundig Begeleider (AOB) van Koninklijke Visio. Zij ondersteunt de school en Zaza door advies te geven over de leeromgeving. Ze informeert de school en ons over de praktische gevolgen van de CVI. Ze kan advies geven over software, hulpmiddelen en bepaalde technieken zoals het voorlezen van de leerstof.

De podcast

Een paar maanden geleden vroeg ze aan ons of Zaza zou willen meewerken aan een podcast. Er wordt een podcast voor hun website gemaakt door kinderen met CVI en ouders van kinderen met CVI voor kinderen en ouders die nieuw zijn bij Visio.

Voordat de opnames echt gedaan werden, hebben we online elkaar al leren kennen. Er zijn kinderen vanuit het hele land gevraagd. Tijdens de online bijeenkomst namen we al door hoe de dag zou verlopen. Ook ouders komen aan het woord bij de podcast.

Afgelopen 7 mei was het zover

We vertrokken al vroeg naar Huizen. Daar aangekomen werden we ontvangen door meerdere AOB-ers. We kregen wat te drinken en een koek. En we konden met elkaar praten terwijl de groep steeds completer werd. Afgezien van het maken van de podcast is het heel leuk om anderen te ontmoeten die zelf ook te maken hebben met CVI.

Rond half elf begonnen we met het programma

De kinderen werden in groepjes verdeeld van maximaal drie kinderen. Groepje 1 startte gelijk met de podcast, waarvoor ze naar een speciale opnameruimte gingen waar de podcastmaker was en een AOB-er die de vragen stelde. Tegelijkertijd werkten de andere groepjes aan een werkblad en een spel.

Ouders wisselen ervaringen uit

Sommige ouders gingen in een andere ruimte werken en ik ging samen met een moeder ervaringen uitwisselen over hoe wij de CVI ervaren. We hebben als ouders eerder een cursus gehad waarin we leerden hoe de CVI voor ons kind is. Het is best lastig om je voor te stellen hoe zij de wereld inkijken en wat zij dan zien. De moeder die ik sprak,

heeft een dochter die de diagnose CVI al lang heeft, ze is 12 en loopt met een blindenstok. Ze ziet van links naar rechts 20 % en van boven naar beneden 15 %. Zaza heeft andere symptomen. CVI kan er bij iedereen heel anders uitzien.

Tijdens de podcast werd er bijvoorbeeld gesproken over vriendschap, sport en acceptatie. De eerste vraag die Zaza kreeg voor de podcast was:

Hoe sta je in het leven met CVI?

Zaza antwoordde dat het voor haar weinig verschil maakt sinds de diagnose. Ze vindt het leven gewoon heel leuk. Ook spraken ze over vriendschap. Toevallig heeft Zaza al sinds de basisschool een slechtziende vriendin. En nu op de middelbare school nog een slechtziende vriendin. Ze vullen elkaar gewoon aan, in wat ze misschien wel of niet gezien hebben. En verder maakte het geen verschil met vrienden zonder visuele beperking. Op scouting helpen de kinderen wel om aan te wijzen waar bijvoorbeeld stronken zitten of gaten in het bos. Ze legt gaandeweg uitgebreider uit aan de anderen hoe haar CVI in elkaar steekt en waar ze haar mee kunnen helpen.

Wat Zaza wel lastig vindt is als leerkrachten wel rekening houden met haar cerebrale parese en haar slechthorendheid, maar niet met haar CVI.

Om half een was het tijd voor de lunch

Dat was echt smullen, ze hadden het heel luxe gemaakt met vers sap, salade en vers fruit bij de verse broodjes met veel keus in beleg.



Na de lunch was het mijn beurt om samen met een vader te gaan praten voor de podcast.

Ouders in de podcast

Leuk om te zien hoe dat eraan toegaat in de opname studio. Ik was ook erg benieuwd welke vragen er gesteld zouden worden en welke dingen mijn collega-ouder zou vertellen. Veel dingen waren herkenbaar. Maar ook sommige dingen niet. Zijn dochter gaat naar regulier onderwijs in de woonplaats, onze dochter naar speciaal onderwijs elders. Dat gaf heel andere antwoorden op het gebied van vriendschap bijvoorbeeld. En omdat onze dochter naast CVI meerdere beperkingen heeft, zie je ook veel verschil. Zo gaat zijn dochter gaat zelfstandig naar school en zelfstandig zwemmen met een vriendin. Maar in het zwembad neemt zij een vriendin mee die ze vertrouwt en waar ze goede afspraken mee maakt. Als ze met veel vriendinnen zou gaan, dan is het voor haar heel moeilijk om haar vriendinnen terug te vinden in het bad. Zo past zij zich aan, aan haar visuele beperking in het dagelijks leven.

Toen onze dochter de diagnose CVI kreeg, hadden wij al heel wat jaren achter de rug met het krijgen van diagnoses en waren wij hier al aan gewend. Ik had al jaren het vermoeden dat Zaza niet helemaal goed zag. Dat merkte ik vooral bij het rijden met de rolstoel in het verkeer. Diepte en snelheid inschatten is heel lastig. Met de rolstoel is ze erg afhankelijk van oversteekplaatsen met een platte

stoeprand of een 'afje'. Dat is voor haar moeilijk te zien. En ook bij zoekboeken en woordzoekers merkte ik dat zij daar geen lol aan beleefde zoals onze oudste dochter. Toen we na alle onderzoeken de diagnose CVI kregen, maakte dat alles vooral duidelijker. Visio heeft ons ook goed geholpen daarbij door uit te leggen wat lastig is voor haar en waar wij haar bij kunnen helpen.

SMOOTHIE

Lekker!!

De kinderen gingen ondertussen smoothies maken van vers fruit.

De activiteiten op de dag waren hartstikke leuk samengesteld. Het was vermoeiend, maar ook heel erg leuk!

We zijn enorm benieuwd hoe de podcast gaat worden.

Alle gesprekken moeten natuurlijk nog gemonteerd worden, dus daar gaat wel wat tijd overheen. Maar na de zomervakantie kunnen we het beluisteren op de website van koninklijke visio.

En dan kunnen we daarvan een link in ons blad zetten!

Groetjes Margrethe en Zaza



De BuitenBand

Fietsplezier voor twee

Met de duofiets samen eropuit is een laagdrempelige activiteit waarbij buiten in beweging zijn, genieten van het weer en voorbijgangers gedag zeggen mijn doel is. Als zelfstandig fietsen niet meer lukt vanwege de leeftijd of een beperking, dan is fietsen op de duofiets een oplossing. Mijn duofiets is een stabiele elektrische driewieler waarop ik naast mijn medefietser zit. De trapondersteuning is naar behoefte in te stellen. We kunnen samen trappen maar mijn medefietser mag het trappen ook geheel aan mij overlaten. Ik heb ook cadeaubonnen, leuk om te geven en nog leuker om te krijgen!

Bent u nieuwsgierig geworden en lijkt het u leuk om er eens op uit te gaan op de duofiets kijk dan op mijn vernieuwde website www.de-buitenband.nl voor meer informatie. U kunt mij ook telefonisch bereiken op **06 1151 3485** dan maken we een afspraak voor een kennismaking en een gratis proefrondje.

Ik hoop dat u enthousiast bent geworden en wie weet zitten we binnenkort samen op de duofiets.

Benita van Eck



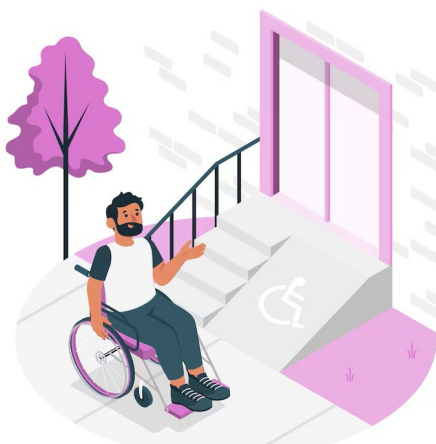
Berichten van Ieder(in) over alle kabinetsvoorstellen (lees bezuinigingen)

Lees alle berichten verder op www.iederin.nl

Nibud: Wmo-hervorming zet mensen met beperking verder op achterstand

Een nieuw wetsvoorstel van het kabinet dreigt de zorg en ondersteuning voor mensen met een beperking fors duurder te maken. Het plan vervangt het huidige abonnementstarief in de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning) door een inkomensafhankelijke eigen bijdrage. Het Nibud berekende op verzoek van Ieder(in) wat het nieuwe wetsvoorstel betekent voor deze groep. De uitkomst is zorgwekkend: de eigen bijdrage kan oplopen tot duizenden euro's per jaar, waardoor zorgmijding dreigt.

Wonen: Zorgen over invloed woningtekort op toegankelijkheid van woningen



Ieder(in) is bezorgd over de gevolgen van het woningtekort in Nederland. Bij de noodzaak om meer huizen te bouwen sneuvelen toegankelijkheidsregels en plannen voor toegankelijke woningen. Terwijl het voor mensen met een beperking al moeilijk genoeg is om een huis te vinden. Wij pleiten voor specifiek budget voor toegankelijke woningen en het handhaven van toegankelijkheidseisen.

WoonAlliantie: Ieder(in) werkt met haar leden, achterban en netwerk samen om de problemen rondom toegankelijke woningen aan te pakken. In de WoonAlliantie werkt Ieder(in) samen met Wij Staan Op!, Per Saldo, de Coalitie voor Inclusie, JongPit, BVKM, LSB, LFB en Spierziekten.

Bezuiniging op OV treft mensen met een beperking onevenredig hard

Het kabinet gaat onderzoeken of minima (bijna) gratis met het OV kunnen reizen buiten de spits. Dat zou voor een deel van onze achterban goed nieuws zijn. Maar: het is nog lang niet zeker dat dit doorgaat. Het is wel zeker dat het kabinet de al eerder aangekondigde bezuiniging van 335 miljoen euro per jaar op het OV wil doorzetten. Deze bezuiniging zal mensen met een beperking juist extra hard treffen.



Wetswijziging Participatiewet aangenomen, maar echte verbetering blijft uit

Op dinsdag 22 april heeft de Tweede Kamer ingestemd met het wetsvoorstel Participatiewet in balans – Spoor 1. Deze wijziging is een kleine stap richting een menselijker bijstandssysteem, maar echte fundamentele verbeteringen blijven helaas uit. Ieder(in) is teleurgesteld: er was in de Kamer brede erkenning dat de wet niet goed werkt voor mensen met een beperking.

Doe dat niet! Eigen bijdrage Jeugdzorg

In de Voorjaarsnota 2025 is afgesproken dat de gemeenten 3 miljard euro extra krijgen om hun wettelijke taken uit te voeren, waaronder de jeugdzorg. Dat is goed nieuws. Maar er zit wel een vervelende adder onder het gras. Vanaf 2028 wil het kabinet een eigen bijdrage voor de jeugdzorg invoeren. Dit is een slecht plan dat ten koste gaat van kinderen met een beperking.

Hulpmiddelen

De Wheeleo

Wheeleo is een loophulpmiddel voor mensen die moeite hebben met het gebruik van een gewone wandelstok of een rollator. Als je hem loslaat valt hij niet om en je hoeft hem niet op te tillen. Daardoor heb je sneller een hand vrij om bijvoorbeeld iets te pakken of een deur te openen. Voor een grote doelgroep geschikt zoals voor mensen die een beroerte hebben gehad, lijden aan neurologische aandoeningen zoals parkinson, of voor ouderen die extra stabiliteit nodig hebben bij het lopen. In Nederland verkrijgbaar bij verschillende thuiszorgwinkels en webwinkels.



Op Spierziekten.nl staan tal van handige hulpmiddelen zoals het wegwerpurinaal TravelJohn



TravelJohn is een wegwerp unisex plaszak voor elke gelegenheid, wanneer er geen (schoon) toilet beschikbaar is. Voor rolstoelgebruikers met hoge nood is het een uitkomst. Het bestaat uit een stootvast plastic omhulsel, met daarin een zakje met absorberende korrels. Komen de korrels in contact met vloeistof dan veranderen ze binnen tien seconden in een lekvrije gel. TravelJohn is compact en meerdere malen te gebruiken (800cc). Het urinaal is biologisch volledig afbreekbaar en kan na gebruik in de afvalbak.

Een van onze bestuursleden zocht een hulpmiddel om zijn pillen te vergruizen. Al zoekende vond hij er een op een (bekende Chinese) webwinkel. En zag en passant nog meer hulpjes zoals een lipjes/deksel opener en waterdichte schoenhoesjes.



3D-printbare deurhendel

Het vastpakken en bedienen van een deurhendel kan een probleem zijn. Het bedrijf Materialise maakt 3D-ontwerpen. De ontwerpen, zeker geschikt bij spieraandoeningen, kunnen worden gedownload om 3D te printen. Let wel op de materiaalsterkte, neem bijvoorbeeld polypropyleen of laat je hierover adviseren.



Wasmachineverhoger

Een sokkel met een opberglade waarop de wasmachine en droger op hoogte kunnen staan is een handig en universeel hulpmiddel.



OPROEP

Voor het werk van het bestuur van de SGO is het van belang goed contact te houden met de dorpskernen in de Overbetuwe.

Hierom zoeken we vertegenwoordigers vanuit de dorpskernen.

Spreekt het je aan?

Neem contact op met

Ineke Nab

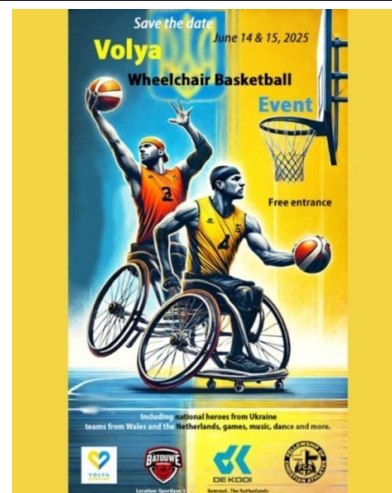
secretaris@sgo-overbetuwe.nl

06 4339 2730

Agenda

Muziekfestival in Nijmegen: Music Meeting Brakkenstein

Op 7, 8 en 9 juni vindt het Music Meeting Festival plaats in Park Brakkenstein. Mensen met een lichamelijke beperking of gevoeligheid voor prikkels mogen gratis een buddy meenemen, die je helpt en begeleidt. De podia hebben vaak een verharde vloer, er is ruimte gereserveerd voor mensen met een beperking en er is een rolstoeltoegankelijk toilet. Prikkelarme plekjes zijn er volop in het park. Voor meer informatie kijk op www.musicmeeting.nl



14 en 15 juni
Rolstoelbasketbal in de
Kooi, Bommel

ONTMOETINGS DAG 21 JUNI

Op zaterdag 21 juni voor mensen met CP en hun familie/partner de Ontmoetingsdag in het prachtige Ouwehands Dierenpark Rhenen..

[Meer informatie en aanmelden vind je hier.](#)



Bijzonder Mobiel 4Daagse

Editie 2025, 8 – 11 juli

De BM4D is bedoeld voor mensen die gebruik maken van een aangepast vervoermiddel. Iedereen kan meedoen, of dat nu is met een handbike, ligfiets, scootmobiel, aankoppelfiets, met of zonder elektrische trapondersteuning. Vier dagen lang mooie afwisselende routes van 15 tot 45 km. In Meijel, gelegen in hartje Peel.

www.bijzondermobiel4daagse.nl

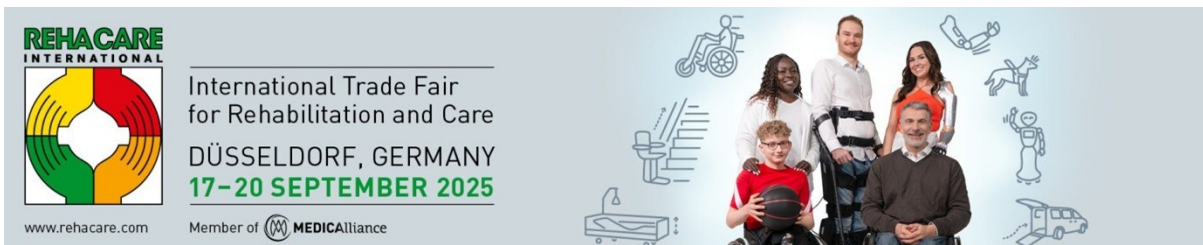
Twentse Rolstoel4daagse,
22 t/m 25 juli 2025
aanmelden op de website
rolstoel4daagse.nl



JaarCongres SamenSterkdag
2025 in Eindhoven op 31
oktober. Zet de datum alvast
in de agenda

DE REHACARE van 17 tot 20 september 2025

Grote vakbeurs in de Messe van Düsseldorf net over de grens bij Venlo, met een compleet aanbod voor mensen met een zorgvraag: mobiliteits- en dagelijkse hulpmiddelen, hulpmiddelen voor de ambulante of stationaire zorg, communicatietechniek, barrièrevrij wonen en ideeën voor vrije tijd, reizen en sport. Bijna 967 exposanten uit 42 landen en 50.600 bezoekers. Er staan veel bedrijven uit Nederland en Duitsland, maar ook wereldwijd uit bijvoorbeeld Taiwan en Korea.



Special Sports Event

Op zondag 21 september 2025 vindt het zesde Special Sports Event plaats, een sportdag speciaal voor alle mensen met een beperking in Gemeente Lingewaard.

Op Sportpark Ressen kun je tussen 11.00 en 14.00 uur weermeedoen aan allerlei leuke activiteiten van sportverenigingen. info@specialsportsevent.nl
bel: [088-4081325](tel:088-4081325)



Zaterdag 27 september vindt het Spierziektecongres plaats op een nieuwe, centralere locatie: Papendal in Arnhem

Het programma biedt verschillende mogelijkheden om zelf actief te bewegen en (aangepaste) sporten uit te proberen.

Houd voor het laatste nieuws over de Spierziektedag en de aanmelding hiervoor www.spierziekten.nl en de social media in de gaten.



Eropuit

Recreatiepark Stroombroek in Braamt

Tijdens een fietstocht door Montferland reden we langs dit park, vlakbij het Land van Jan Klaassen. Met op meerdere plekken rolstoelvriendelijke hekken.



ZONDAG 14 SEPTEMBER 2025

11E PUZZELTOCHT VOOR SCOOTMOBIEL, BIJZONDERE FIETS, HANDBIKE, ROLSTOEL



DOOR DE OVERBETUWE



We starten met koffie en
appeltaart vanaf
13 uur in de Ruimte, St
Maartenstr 32b in Elst.



WIN MOOIE PRIJZEN EN
EET GEZELLIG EEN
PANNENKOEK

Na afloop eindigen we
daar ook. Geen kosten
aan verbonden, wél
aankomsten

Opgeven: secretaris@sgo-overbetuwe.nl
of bel Ineke Nab 06 4339 2730



Begeleiders zijn welkom, we fietsen in kleine groepjes