SGO

maart 2026

In deze editie

- **Toegankelijkheid**
- **Nieuwe mensen SGO**
- **Speelplekken**
- **Studenten HAN**

Auto's belemmeren het pad, het voetpad, het trottoir, en zelfs de geleidelijnen voor slechtzienden. En de sneeuwruimers lijken te denken dat niemand die speciale parkeerplek nodig heeft als het gesneeuwd heeft.

NAHOVERBETUWE

In dit nummer

1. Foto voorkant: Eva Eikhout & Marco Verschoor in De Vereniging in Nijmegen
2. Belemmeringen in beeld gebracht
3. In dit nummer
4. Over SGO
5. Goede voornemens voor een toegankelijk en inclusief Overbetuwe
6. Beste praktijken en uitdagingen
7. Lieke Derksen is Overbetuwse vrijwilliger van het jaar 2025
8. Activiteiten en ervaringen van ons bestuurslid Willy
9. Gezondheid en bewegen
10. Peter en de kapotte rolstoel
11. Vervolg van de ellende met de rolstoel
12. EVA: Het Leven Is Kort, Net Als Ik
13. Scholenprojectkanjers op bezoek in Bemmel
14. Goed nieuws: bellenactie 10 december 2025
15. Netwerkbijeenkomst Overbetuwe van zorg naar welzijn
16. Handige planners, apps, en hersenspelletjes voor iedereen
17. Nog meer handige dingen en de trein naar Keulen
18. NAH-nieuws
19. Nog meer NAH-nieuws
20. Paralympische winterspelen
21. Toegankelijkheid gebouwen op OnsOverbetuwe
22. Zorg voor de toekomst in Herveld-Andelst
23. Op vakantie? Het kan
24. Toegankelijkheid stembureaus voor mensen met een beperking
25. Speciaal zwemuur & de Huiskamer in Heteren
26. Column Lidy: Een leven lang leren
27. Elst 1300 jaar
28. Sociaal inclusief centrum Elst
29. Agenda
30. Inclusieve speelplek Park Rietgraaf in Nieuw Oosterhout
31. Fotocollage Park Rietgraaf
32. Zaza in de sneeuw en dansend met Introdans

Advertenties SGO: pagina's 20, 22

Oud-SGO-bestuurslid Ton is ons ontvallen

Over SGO

Go Nieuws is een gratis uitgave van de SGO en verschijnt elk kwartaal. Dit is jaargang 28 nummer 3. 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.

Ons bereikte het droevige bericht dat oud-bestuurslid Ton is overleden.
Dit bericht heeft ons diep geraakt.

Ton Overkamp

In de periode 2009 tot en met 2024 was hij als voorzitter en secretaris van onze stichting altijd bereid om iedereen met raad en daad terzijde te staan. Wij wensen echtgenote, kinderen, kleinkinderen, familie en vrienden veel sterkte toe in deze moeilijke tijd.

Bestuur Stichting Gehandicaptenplatform Overbetuwe

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

Secretariaat SGO
Ineke Nab T: 06 4339 2730
De Helster 21 E: secretaris@sgo-overbetuwe.nl
6661 AH Elst I: sgo-overbetuwe.nl

Bestuur SGO

Functie	Naam verantwoordelijke	Telefoonnummer
Voorzitter	Rachida Stroet	06 1777 3152
Penningmeester	Marco Verschoor	06 3079 7927
Secretaris	Ineke Nab	06 4339 2730
Nieuwsblad, website, NAH	Jeanne Verdijk	06 3372 6667
Bestuurslid	Jan Spek	06 4894 3056
Bestuurslid	Hetty Wieringa	06 8396 7466
Bestuurslid/toegankelijkheid	Peter te Dorsthorst	06 2346 8887
Bestuurslid	Martine Berkhout	06 2809 7020
Contactpersoon	Willy vd Hoeven	06 2537 6243
Contactpersoon Herveld/Andelst, scholenproject	Ans Selman	06 5164 7349
Contactpersoon Zetten, Hemmen	vacant	
Contactpersoon Driel	Andreas Ladestein	06 5384 5306
Contactpersoon Heteren	vacant	
Contactpersoon Oosterhout	vacant	
Contactpersoon Randwijk	Yoeke Nagel, voorlopig	06 2907 3173
Contactpersoon Valburg	vacant	

Goede voornemens

Goede voornemens voor een toegankelijk en inclusief Overbetuwe

Rachida Stroet
Voorzitter SGO

Een nieuw jaar begint vaak met goede voornemens. We nemen ons voor gezonder te leven, meer aandacht te hebben voor elkaar en bewuster keuzes te maken. Voor Stichting Gehandicapten-platform Overbetuwe staat één voornemen centraal: blijven werken aan een gemeente waarin iedereen kan meedoen.

Een toegankelijke gemeente maakt het verschil tussen meedoen of buitenspel staan

Toegankelijkheid is daarbij geen luxe, maar een basisvoorwaarde. Of het nu gaat om veilige stoepen, toegankelijke openbare gebouwen, begrijpelijke communicatie of passend vervoer – een toegankelijke gemeente maakt het verschil tussen meedoen of buitenspel staan. Ook in het nieuwe jaar blijven wij ons inzetten om knelpunten te signaleren en samen met de gemeente te zoeken naar oplossingen.

Daarnaast blijft verbinding een belangrijk thema. Verbinding tussen inwoners, tussen organisaties en tussen beleid en praktijk. Mensen met een beperking weten als geen ander waar zij in het dagelijks leven tegenaan lopen. Door naar elkaar te luisteren en ervaringen te delen, ontstaat begrip en kunnen stappen worden gezet richting echte inclusie.
Inclusie betekent dat iedereen meetelt, ongeacht beperking, leeftijd of achtergrond. Dat vraagt om blijvende aandacht, niet alleen in woorden maar vooral in daden. Een inclusieve samenleving is een samenleving waarin verschillen worden gezien én gewaardeerd.

Ons goede voornemen: blijven bouwen aan een toegankelijk, verbonden en inclusief Overbetuwe

Met de gemeenteraadsverkiezingen in Overbetuwe in zicht, is dit hét moment om toegankelijkheid en inclusie hoog op de agenda te zetten. Wij roepen politieke partijen op om deze thema's serieus te nemen in hun plannen en keuzes. En we moedigen inwoners aan om hun stem te laten horen – want samen bepalen we hoe onze gemeente eruitziet.
Ons goede voornemen voor dit jaar is helder: blijven bouwen aan een toegankelijk, verbonden en inclusief Overbetuwe. Voor nu, en voor de toekomst.

Beste praktijken en uitdagingen: samen maken we de volgende stap mogelijk!

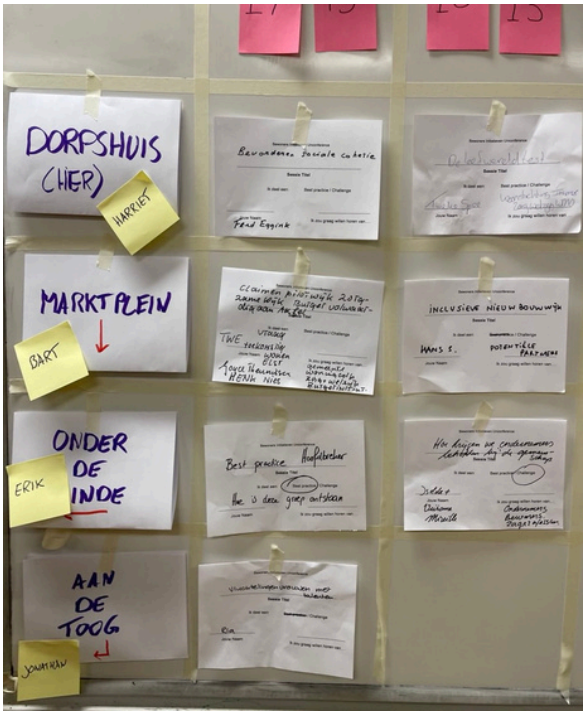
Bewonersinitiatieven houden onze dorpen en buurten levendig. Op 26 november vond er een unconference plaats in het Hendrik Pierson College in Zetten. Een unconference (goed Nederlands: onconferentie) is geen congres met een vast programma, de deelnemers bepalen zélf de agenda. Hiermee werden veel doeners, organisatoren van initiatieven en ondersteunende partijen in Overbetuwe & Lingewaard samengebracht. Om elkaar praktisch verder te helpen en op te halen wat werkt: waar loop je tegenaan, welke slimme werkwijzen en oplossingen kun je delen, en wat kunnen we daarvan breder leren voor beleid en praktijk? De SGO was er met maar liefst vier mensen bij. We sloten ons aan bij enkele van de dertien sessies. Het was een energieke en productieve avond, met open gesprekken en veel praktische perspectieven.

Lars en Rachida waren aanwezig bij:
Hoofdbrekers: zelfsturing voor mensen met NAH door Saskia Cornelisse (Sante Partners). Saskia en enkele leden van de deelnemersgroep en een vrijwilligster vertelden hoe de Hoofdbrekers ontstonden: een zelforganiserende groep mensen met NAH die dankzij een goede mix van eigen initiatief, begeleiding en structuur hun eigen dagbesteding vormgeven. De groep ontwikkelde een eigen ritme, manieren van organiseren en een balans tussen vrijheid en randvoorwaarden. Iets om mee te nemen: zelfsturing werkt wanneer begeleiding nabij is maar niet overneemt en als de groep zelf bepaalt wat er nodig is.

Er zijn vluchtelingen met talenten, betrek die bij de buurt. dat werkt twee kanten op.

Activiteiten in de buurt bevorderen de sociale cohesie

Peter en Jeanne sloten zich aan bij:
Integratie van een aandachtsgroep (Bij OnsThuis) in de nieuwe wijk de Pas door Hans Suurmond.
Hans vroeg advies over het creëren van een inclusieve gemeenschap in een (nog te realiseren) nieuwbouwwijk waar nog geen sociale structuur bestaat. Deelnemers gaven tips over het bouwen van een kernteam, vroegtijdige communicatie met toekomstige bewoners en het creëren van eerste ankerpunten (activiteiten, ontmoetingen, plekjes om te landen). Iets om mee te nemen: Een gemeenschap ontstaat niet vanzelf. Begin met kleine rituelen en zichtbare ontmoetingsplekken waar mensen zich aan kunnen verbinden.



Lieke Derksen is Overbetuwse vrijwilliger van het jaar 2025

Tijdens de nieuwjaarsontmoeting van de gemeente Overbetuwe is Lieke Derksen uit Elst uitgeroepen tot vrijwilliger van 2025. Uit handen van burgemeester Patricia Hoytink-Roubos en kinderburgemeester Benthe Riemsdijk ontving zij 'Het Toonbeeld'. Lieke zet zich al jaren met grote betrokkenheid in voor inclusie en begrijpelijke communicatie, zodat iedereen kan meedoen.

Patricia Hoytink-Roubos: "Het Toonbeeld 2025 gaat naar iemand die laat zien dat meedoen geen uitzondering is, maar een recht".

Jarenlange inzet voor begrip en begrijpelijke taal
Lieke heeft een licht verstandelijke beperking en autisme en zet zich al tien jaar in voor mensen met een verstandelijke beperking. Via ABCDate.nl (een website en app voor mensen met een verstandelijke beperking) en Steffie.nl (een website die moeilijke dingen op een makkelijke manier uitlegt) helpt ze mensen op het gebied van vriendschap, liefde, zelfvertrouwen en inclusie.

Met ervaring en overtuiging bouwen aan inclusie
Ook zet Lieke zich actief in voor begrijpelijke taal bij de overheid. Hierdoor kunnen meer mensen actief meedoen. Ze maakt inclusieve hulpmiddelen, samen met de doelgroep en deelt haar kennis via gastlessen, presentaties en advies voor meer inclusie. Daarnaast is zij bij veel organisaties betrokken. Denk daarbij aan het Gehandicaptenplatform Overbetuwe en 'Geef me de Vijf', gericht op autisme-methodiek. Ze helpt de gemeente door stembureaus beter toegankelijk te maken en helpt de politie bij de bijeenkomsten voor digitale weerbaarheid. Met haar jarenlange inzet en betrokkenheid laat Lieke zien hoe één persoon een groot verschil kan maken voor inclusie en begrip in de samenleving.
Mensen die het verschil maken, precies dáár draait het om in een samenleving. De kracht van mensen die elkaar weten te vinden, naar elkaar luisteren en verantwoordelijkheid nemen voor hun omgeving.

Waardering voor vrijwilligers 'Het Toonbeeld' verwijst naar Toon Driessen uit Heteren, een vrijwilliger in hart en nieren. Deze vrijwilligersprijs wordt sinds 1992 uitgereikt, dit jaar voor het vijfentwintigste jaar. Daarmee spreekt de gemeente ook dank en waardering uit voor de bijdrage van alle Overbetuwse vrijwilligers.

Activiteiten en ervaringen van ons bestuurslid SGO, Willy

Willy heeft Dunne Vezel Neuropathie (DVN). Dat betekent onder andere dat ze geregeld gebruik maakt van een elektrische rolstoel. Ze heeft last van wisselende temperaturen, is vermoeid en heeft pijn.

Half december kwam mijn nieuwe Elro: Elektrische Rolstoel.
Joepie! De Quicky 500M met een beter zitkussen, een opblaasbaar lendekussen, handvatten achter de stoel en vooral betere vering. Zes weken levertijd. Da's mooi toch?

Liften die het niet doen
Willy is actief, laat zich horen bij de Adviesraad Sociaal Domein en veel inclusieprojecten. Zo ook bij het HittePlan van de gemeenten. Het was moeilijk er te komen, bij de bijeenkomst op het gemeentehuis. De lift bleek een opslagplaats….
De bijeenkomst met het Thema 'Eenzaamheid en Verlies' voor 70-plussers vond plaats op de verdieping in het Ambtshuis. **Niemand had eraan gedacht dat die verdieping per lift niet bereikbaar is**.

Boek van Eva Eikhout
Naast mij ligt het boek van Eva Eikhout. Ik heb het eindelijk uitgelezen. Na veel over haar gezien en gehoord te hebben was ik wel benieuwd naar dit boek. Met DVN heb je onder andere last van verminderde focus, ook heb je vaak een waas voor je ogen. Ik las het boek daarom in de ochtend.
Het is mooi, ontroerend, eerlijk en soms een beetje confronterend. Het is avontuurlijk en er zit vooral humor in. Haar humor, ik houd daar wel van. Wat mij betreft is het een aanrader.

Obstakels in de Dorpsstraat van Elst, ik kom ze voortdurend tegen: auto 's en fietsen die dwars op de geleidelijnen staan.

De meeste winkels zijn toegankelijk. Het is een stuk beter nu er deurbellen op zithoogte aangebracht zijn. In sommige winkels staat er nog wel eens wat in de weg. Als het obstakel niet te zwaar is dan moet ik me soms inhouden om dat niet met de rolstoel weg te duwen.
Ik ervaar veel vriendelijkheid en behulpzaamheid.

Op 25 december was er een lunch in de tent van het Winterfestijn Elst
Er waren wel wat hobbels. De leidingen waren bevroren dus er moest koffie gezet worden op het gemeentehuis. En het was binnen behoorlijk koud.
De toegankelijkheid liet te wensen over. Er was gelukkig wel volop hulp aanwezig. Met mijn midwheel Elro moest ik achterwaarts naar binnen. De drempel van de tent was ook hoog. Dat was flink stuiteren dus. Gelukkig heeft mijn nieuwe Quicky rolstoel een betere zitting plus vering.
De lunch was smakelijk, van snert tot ijs met warme kersen.

Dunnevezelneuropathie (DVN) is een aandoening waarbij mensen last hebben van pijn en gevoelsstoornissen. Doordat de dunne zenuwvezels slecht functioneren, beleven patiënten pijnklachten, maar ook bijvoorbeeld schommelingen in de bloeddruk. De ziekte is erfelijk in ongeveer 20-30% van de gevallen, maar kan ook door een onderliggende ziekte veroorzaakt worden. DVN is een polyneuropathie, een aandoening waarbij de zenuwen worden aangetast. Mensen met DVN hebben last van brandende, prikkelende of schietende pijn. Vaak is er ook sprake van gevoelsstoornissen, zoals verminderd gevoel voor pijnprikkels. Verder treden hartkloppingen en maag- en darmklachten op.
Bron: Spierfonds.nl

Gezondheid

Naast gezonde voeding en afleiding ga ik een keer per week naar fysio. Krachttraining en cardio. Een keer per week hydrotherapie in de Grote Koppel in Arnhem-Zuid, fijne balans en krachttraining. Dit in een prima sfeer, met goede begeleiding. Thuis doe ik een paar keer per dag oefeningen. Dit alles om stijfheid (DVN) en artrose te verminderen.
Na een paar maanden merk ik duidelijk resultaat. Ik sta steviger op mijn benen, trap op en af gaat beter. Op de hometrainer kan ik verder doortrappen zodat vocht in mijn knie minder wordt. Door het sporten word ik ook nog een stuk blijer en energieker. Het gebouw en het zwembad is voor mij (per elektrische rolstoel) goed toegankelijk.

Ik betaal hiervoor zelf mijn zwemkaartjes en het vervoer.

Aangepast zwemmen

Revalideren in het water onder begeleiding met aangepast zwemmen of hart in beweging

De Grote Koppel in Arnhem biedt op dinsdag en vrijdag twee uren aangepast zwemmen. Kijk op www.sportbedrijfarnhem.nl/zwembaden/de-grote-koppel/aangepast-zwemmen-de-grote-koppel/

Hydrotherapie wordt niet vergoed vanuit de basisverzekering. Wel bieden sommige verzekeraars vergoeding in de aanvullende verzekering.

Sluit je aan bij de 55+ Walking Football Groep in Randwijk

Bewegen, plezier en gezelligheid staan centraal bij 55+ walking football van Voetbalvereniging EMM Randwijk. Deze vorm van voetbal is speciaal bedoeld voor volwassenen die fit willen blijven zonder te rennen. Het spel is aangepast en laagdrempelig, waardoor iedereen op eigen tempo kan meedoen.

De groep traint elke zaterdag van 10.00 tot 11.00 uur. Bij goed weer wordt er gespeeld op Sportpark De Haar, en bij slecht weer wijkt men uit naar de gymzaal van de School met de Bijbel in Randwijk.

Nieuwsgierigen zijn van harte welkom om drie keer gratis en vrijblijvend mee te trainen. Daarna kun je blijven meedoen zonder verplichtingen richting de voetbalbond. Eerst een keer komen kijken mag natuurlijk ook.

Meer informatie of aanmelden kan via secretaris@emm-randwijk.nl of telefonisch via 06 8326 4048.

Beweegcentrum voor 50-plussers

Op het adres Dillenburg 8 is een nieuw beweegcentrum voor 50-plussers geopend: Fit 50 Plus! De eigenaresse vertelde graag mee te willen denken hoe ook mensen met een beperking daar gezellig en met hulpmiddelen mee kunnen doen. Er is al dagelijks een prikkelarm uurtje van 17 -18 uur. En een speciaal vrouwenuur van 12-13 uur. www.fit50plus.nl

Peter en de kapotte rolstoel

Een vertelling met conclusies en een waarschuwing

Het voorspel

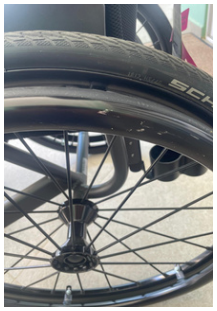
Peter G. vertrok in april van het vorige jaar voor een vakantie naar zijn dochter op Curaçao. De rolstoelgegevens, die je bij het gebruik van een KLM-lijnvlucht moet doorgeven, waren zorgvuldig ingevuld. In Willemstad aangekomen kwam de rolstoel in zwaar beschadigde staat uit het laadruim van het toestel en bleek total loss. Omdat de aankomst in de avond plaatsvond deed Peter de volgende dag aangifte van de beschadiging bij de KLM-vestiging op Curacao. Hij ging uit van een correcte schadevergoeding door de veroorzaker van de schade, zijnde de KLM. Peter werd door het niet kunnen gebruiken van zijn rolstoel gedwongen om de dingen die hij wilde doen tijdens zijn verblijf aan te passen aan de ontstane situatie.

Van het kastje naar de muur

Terug in Nederland nam Peter contact op met de servicedesk van de KLM. In het contact ging het de KLM vooral om het aankoopbewijs en het eigenaarschap van de rolstoel. Peter leverde de gevraagde documentatie in de vorm van foto's van de rolstoel, een rapport van de Wmo-leverancier (de verstrekker van de rolstoel) over de aard van de beschadiging en de dagwaarde van de nog bijna nieuwe ADL-stoel: een dagwaarde van € 6.000,--. Echter, één document kon Peter niet leveren: het aankoopbewijs.

En toen kwam Kafka in beeld. De servicedesk van de KLM wilde documentatie over de aankoop en het eigenaarschap van de rolstoel. Peter heeft zijn rolstoel namelijk in bruikleen van de gemeente waar hij woont. Peter maakte de servicedesk duidelijk hoe de verstrekking van een rolstoel door een gemeente meestal werkt. Je bent als rolstoelgebruiker dan immers geen eigenaar.
Ondertussen stuurde zijn Wmo-hulpmiddelenleverancier hem een factuur van € 6.000,-- voor de kapotte rolstoel. Peter werd door deze leverancier verantwoordelijk gesteld voor de schade aan de rolstoel. Peter bestrijdt dit, want hij vindt dat de KLM verantwoordelijk is.
De servicedesk van de KLM liet Peter uiteindelijk weten € 1.850,-- te zullen vergoeden mits Peter de rekening van de Wmo-leverancier zou betalen.

De grote foto laat zien dat de rolstoel helemaal verwrongen is. De kleine foto's tonen de beschadigingen van de stoel op verschillende plekken.



De vervolgstappen

Daarmee is de kous bepaald nog niet af. Peter heeft bezwaar aangetekend tegen de beslissing van KLM.
In de voorwaarden voor bruikleen van de Wmo-leverancier staat, dat schade die tijdens het reizen met je hulpmiddel is ontstaan, voor rekening komt van de gebruiker. In feite houdt dat in, dat het op reis gaan met een door een gemeente ter beschikking gestelde rolstoel nogal wat risico's met zich meebrengt. **In de contacten met de Wmo-consulent en adviseur benadrukten zij, dat je beter niet op reis kunt gaan met via de gemeente verstrekte hulpmiddelen.**

De reisverzekering van de ANWB

Peter deed eveneens een beroep op de ANWB waar hij een doorlopende reisverzekering heeft. Ook de ANWB heeft echter voorwaarden die een dagwaarde-vergoeding bij beschadiging van bijvoorbeeld een rolstoel voor een groot deel uitsluiten. De ANWB betaalt maximaal € 2.600,--.

Peter heeft zich bij zijn gemeente, de Wmo-leverancier en een advocaat gemeld. Er is duidelijk geworden, dat de KLM in haar recht staat als het gaat om hun standpunt met betrekking tot de schadevergoeding. Dat staat zo in hun reisvoorwaarden (hoewel min of meer verstopt in kleine lettertjes). Je wordt geacht die reisvoorwaarden te kennen. Iets anders betreft het handelen van de Wmo-leverancier in deze situatie. Het zou immers te gek zijn als reizen als oneigenlijk gebruik wordt gezien en het gebruik van een hulpmiddel om te kunnen reizen ten zeerste wordt afgeraden.

Peter: ***"Het is onbegrijpelijk dat je voor schade opdraait waar jijzelf niets aan kunt doen!"***

"En het is schandalig dat er nu, na al deze maanden, nog steeds geen andere rolstoel geleverd is!"

KASSA

Peter in zak en as? Nee, want de medewerker van de ANWB maakte Peter wel attent op een vergelijkbare situatie die eerder, op 15 januari 2025, aan de orde is geweest in het consumentenprogramma KASSA. In dat programma bleek dat verstrekkers van hulpmiddelen als Medipoint, alsook andere leveranciers, in de Wmo de hulpmiddelen voldoende verzekerd hebben en het risico van schade aan de Wmo-hulpmiddelen op zich nemen. Alleen bij oneigenlijk gebruik of opzettelijke schade bestaat de mogelijkheid dat de schade op de gebruiker wordt verhaald.
Kan het zijn dat in Peters situatie de Wmo-leverancier Peter een rekening heeft gestuurd **omdat reizen als oneigenlijk gebruik wordt gezien?**

Conclusies

- Het kan klaarblijkelijk zo zijn dat je, als je part nog deel hebt aan een beschadiging en wel aan alle gestelde voorwaarden hebt voldaan, toch verantwoordelijk wordt gesteld voor schade terwijl de eigenaar, jouw Wmo-leverancier verenigd in een branchevereniging, voor schade is verzekerd.
- Laat de Wmo-leverancier in dit geval haar verantwoordelijkheid nemen en de schade bij haar eigen verzekering regelen.
- Wmo-consulenten en adviseurs vinden het klaarblijkelijk nodig te adviseren om *achter de geraniums te blijven zitten. Ga je toch op reis, gebruik dan vooral* ***niet*** *je hulpmiddel (sic!).*
- Vervoerders als de KLM geven in hun reisvoorwaarden niet duidelijk aan, dat je bij schade een beperkte vergoeding krijgt die in veel gevallen de schade niet dekt.

De waarschuwing

1. *Lees voordat je met je hulpmiddel op reis gaat goed de voorwaarden voor bruikleen van de leverancier van Wmo-hulpmiddelen (in Overbetuwe is dat Kersten)*
2. *Zorg dat je goed op de hoogte bent van de regels die een vervoerder als bijvoorbeeld de KLM hanteert in geval van schade. Lees dus alle kleine lettertjes.*
3. *Verzeker je eventueel extra bij een verzekeraar die betere voorwaarden kent voor gebruikers van hulpmiddelen als een rolstoel.*
4. *Maak voordat je vertrekt foto's van je rolstoel.*

Naschrift

Betekent de gang van zaken nu dat Peter het kopje laat hangen? Nee, allerminst. Peter bereidt dus verdere stappen voor.
Ondertussen wacht hij inmiddels al maanden op een nieuwe aangepaste rolstoel, is hij aangewezen op een tijdelijke niet-passende vervanger en kan hij zijn handbike niet gebruiken. Zijn Wmo-leverancier geeft hem geen zicht op snelle levering van een nieuwe aangepaste rolstoel…….

Han de Vries

EVA: Het Leven Is Kort, Net Als Ik!

Begin december trad Eva Eikhout op met haar geweldige theatershow, met veel humor en zelfspot, in de Vereniging in Nijmegen. En wij waren erbij!

Jaarlijks organiseren we als SGO een bindingsactiviteit voor al onze vrijwilligers. Met dank aan penningmeester Marco die dit elk jaar doet. Dit jaar gingen we met een 40-tal mensen naar Nijmegen. Eva is een bekende verschijning in de mediawereld, je ziet haar in reclames (VGZ en Bever Auto Aanpassingen), ze bracht al een boek uit en is bepaald niet op haar mondje gevallen. Ze is geboren en getogen in Groesbeek, en studeerde in Nijmegen. De zaal puilde dan ook uit, half Groesbeek (familie) zat er en vele Nijmegenaren, waaronder zo'n veertig rolstoelers. Dat veroorzaakte een logistieke chaos, en de hele Nijmeegse EHBO-vereniging was paraat én streng. Rolstoelers werden met zijn allen in een apart zaaltje gezet waar ze niet uit mochten en wij niet in… En ze werden wel héél goed door de menigte geloodst. Gelukkig wél de goede kant op. Daar waar Eva overal schijt aan heeft (regels, extra toestanden) bleek dit voor de Vereniging juist tot extra regels te leiden. Maar we hebben vreselijke genoten en gelachen.

Natuurlijk schaften we haar boek aan. Net als de show zit dit boek vol met persoonlijke ervaringen en observaties, ontwapenend, eerlijk, scherpzinnig en grappig. Het is een heerlijk boek.

Mila is haar persoonlijke PGB-assistent, ook in de show. Vips zijn bij Eva Very Inclusive Persons.

EVA'S BINGO
Eva krijgt regelmatig opmerkingen te horen. Een aantal veelvoorkomende staan op haar eigen bingokaart. Op een avondje uit kan het zomaar zijn dat ze “bingo!” kan roepen.

Eva Eikhout: “Door zelf aan het stuur te zitten voelt mijn leven comfortabel".

ONZE SCHOLENPROJECTKANJERS OP BEZOEK IN BEMMEL

Vanuit een basisschool in Bemmel kwam er een verzoek om het scholenproject Wat is gewoon daar ook een keer te “draaien”. Weliswaar bij de wat jongere kinderen daar, maar met wat aanpassingen aan het programma lukte dat. Dat betekent dus dat men extra vroeg op moest staan om op tijd daar te zijn. Het was nog donker… Omdat we steeds met een tekort aan mensen kampen, gingen deze keer ook Martine en Rachida beurtelings mee.

Superleuk dat dan zo’n klein 6-jarig meisje na alle uitleg van Rachida heel oprecht zegt: “JE BENT OOK LIEF….”

We zoeken met smart extra mensen die mee willen gaan doen bij dit project. Af en toe een woensdagochtend van 8.30-12.30 uur op een basisschool in de Overbetuwe kinderen laten ervaren en horen hoe het is om met een beperking te leven. Op onze website staat meer info.
Bel Ans Selman 06 5164 7349

Goed Nieuws: Bellenactie 10 december 2025

Als actie hebben we drie jaar terug bij zoveel mogelijk winkeliers bellen gepromoot die ervoor zorgen dat bij dichte (en vooral zware) winkeldeuren mensen voortaan kunnen aanbellen, zodat er iemand de deur open komt doen.

Doel van de actie in december was om te kijken of de bellen die we afgelopen jaren uitdeelden het nog deden en zo ja, of er dan ook iemand kwam om de deur te openen. En we gingen nieuwe bellen promoten bij nieuwe winkels.
We liepen op 10 december van de Etos in de Dorpsstraat naar de stoplichten Rijksweg Noord en terug langs de andere kant. Kappers en kleine winkels zien altijd mensen voor de deur staan, die hebben we overgeslagen. De winkels met automatische schuifdeuren hebben uiteraard geen bel nodig. De landelijke ketens zijn van een andere orde, het personeel mag niet zomaar een bel ophangen.

Goed nieuws, want alle eerdere bellen bleken het nog te doen en overal kwam het personeel in actie, ze herkenden en reageerden op de bel. Bij het Sociaal Loket/Ambtshuis belden we om de lift te kunnen gebruiken, kwam er vorig jaar niemand, deze keer wel. Het duurde maar even en er stond iemand met de liftsleutel! En bij de meeste winkels is men echt enthousiast, de bel wordt regelmatig gebruikt!

We hingen deze ronde een nieuwe bel op bij de kinderkledingwinkel ‘Bende van Geluk’.
Eveneens een bel bij Patisserie Papillon.

Toegankelijkheid

Bij brillenwinkel Pearl werd er in december een landelijke inventarisatie toegankelijkheid onder alle Pearl winkels gehouden. Al doorpratend blijkt er voor iemand die niet kan overstappen vanuit zijn rolstoel naar de stoel voor de specifieke oogmetingsapparatuur (een zgn folopter) geen alternatieve mogelijkheid te zijn. Er zijn gelukkig tal van brillenwinkels waar dit wél kan.

Grand Café Restaurant 'De Vereniging’ in Elst is toegankelijk, helaas is er geen invalidentoilet.

Zelfs het Kruidvat Elst was dit keer redelijk goed te doen, niet álle paden waren geblokkeerd met spullen, maar het vereist wel wat stuurmanskunst om overal langs te slalommen. Overigens staat de deur hier altijd open.

Netwerkbijeenkomst Overbetuwe van zorg naar welzijn

Thema van Zorg naar Welzijn – de kracht van verbinden
Op 24 november in MFC ‘t Knooppunt, Molenhoekplein 2 in Valburg.

Er hadden zich 50 professionals opgegeven zoals huisartsondersteuners, een woningcorporatie, Saar aan huis, medewerkers van Forte Welzijn, ambtenaren van Overbetuwe, organisaties aangesloten bij het netwerk dementie, thuiszorg en andere betrokkenen. De bedoeling was de professionals kennis te laten maken met elkaar en met het aanbod van bestaande organisaties zoals de SGO.

Alle bezoekers kwamen in groepjes per ronde langs onze SGO-tafel. We vertelden zes keer het verhaal wat we als SGO-organisatie bieden ten behoeve van de inwoners met een beperking in de Overbetuwe. Het was zeer zinvol en we hebben veel, oprecht geïnteresseerde mensen informatie kunnen geven.

Daarnaast kregen we zelf veel info vooral van Forte Welzijn zoals een box ”Financieel veilig ouder worden”, en info van woonadviseurs, Forte Fit beweeg- en sportactiviteiten, Welzijn op Recept, activiteitenoverzicht per dorp. Goed om met veel mensen van Forte kennis te kunnen maken!

In maart start een gratis ontmoetingsgroep 70-plussers in het gemeentehuis, voor mensen die meer contact met anderen willen hebben. Meer informatie via het Sociaal Team Overbetuwe. Bel 14 0481 of mail b.debever@overbetuwe.nl Alle activiteiten kun je vinden op Onsoverbetuwe.nl (Sociale Kaart). Marike Hafkamp is de Netwerkcoördinator dementie Arnhem en omstreken.
www.netwerkdementiearnhemeo.nl

Handige planners, apps, en hersenspelletjes voor iedereen

Plan je week

Er is een groot aanbod aan specifieke prikkelarme planners die voor mensen met problemen op het gebied van ADD, ADHD, autisme, burn-out, NAH, long covid en dergelijke heel ondersteunend kunnen zijn in het dagelijks leven.
Zo'n planner geeft:

- Overzicht: per dag en per week en wat er allemaal gaat gebeuren
- Hulp: het helpt je om energie te verdelen
- Flexibiliteit: je kunt je planning altijd aanpassen als jij dat wilt
- Rust in je hoofd: niet steeds het gevoel hebben dat er nog zoveel andere dingen moeten
- Inzicht in patronen: je leert jezelf en je valkuilen wat beter kennen.

Website: planjeweek.nl

Apps

Niks vergeten

De gratis app Remember the Milk helpt je om je taken te onthouden en om gedane taken van je checklist af te strepen. De app is te herkennen aan de mascotte, de koe.

Energie monitoren

De app Structured heeft een ingebouwde energiemonitor. Hiermee kun je bijhouden hoeveel energie activiteiten kosten. Zo kun je tijdens je dag zien hoe het staat met je energie en inzicht krijgen in hoe deze verandert over de dag. Gaat je energie sneller omlaag dan gedacht? Dan kun je op tijd bijsturen.

Lumosity

Deze app bevat spelletjes om geheugen, aandacht, overzicht en dergelijke te oefenen. De spelletjes passen zich aan op basis van je prestaties, zodat je telkens opnieuw wordt uitgedaagd in een breed scala aan cognitieve opdrachten. De app is gratis, maar als je de volledige functionaliteit wilt gebruiken (meer spelletjes, grafieken over functioneren, vergelijkingen maken met anderen), dan schaf je een abonnement aan.

Het weer

Als slechtziende het weer checken voordat je de deur uitgaat? Met de juiste app blijf je altijd voorbereid. Visio testte vier toegankelijke weer apps voor iOS of Android: Apple Weer, Buienradar, Samsung Weather en WeatherPro. Ze letten daarbij op drie punten: de kosten, de toegankelijkheid met VoiceOver, TalkBack of vergroting en de overzichtelijkheid van de app.

Met kompas altijd je huis terugvinden

Er is een kompas op komst voor mensen met dementie: de naald wijst altijd naar huis. Je gaat een eind lopen, gewoon lekker wandelen. Of een eind fietsen. En als je weer terug wilt dan kijk je op je kompas en de naald wijst de weg.
Een dertigtal mensen mocht het kompas de afgelopen zomer uitproberen. Het gaat om een rond instrument, acht centimeter in diameter, met een roze naald op een witte wijzerplaat.

De bedenker is Rens Brankaert (37), een wetenschapper die zich bezighoudt met technologische vernieuwingen in de zorg, vooral op het gebied van dementie. Dit dankzij zijn opa. Die kreeg dementie en verdwaalde steeds vaker tijdens zijn lange fietstochten, vooral op de weg terug als hij moe werd.
Het kompas is een rond instrument, acht centimeter in diameter, met een roze naald op een witte wijzerplaat. Verstopt eronder: een chip met gps. Het ziet er eenvoudig uit, maar er is jaren aan gewerkt; de ontwikkelaars kregen steeds feedback: “Maak het simpeler”. En dat hebben ze gedaan. Het kompas is heel gemakkelijk te gebruiken.

Het kompas is ontwikkeld vanuit de behoeften van mensen met dementie. Maar het is natuurlijk bruikbaar voor alle mensen die moeite hebben de weg terug naar huis te vinden.

Keramiek geeft een lekkerder drinkgevoel

Toms neusbeker is een beker van keramiek die Tom speciaal ontwikkelde voor mensen die ernstige slikproblemen (dysfagie) hebben door een ziekte of aandoening, zoals bijvoorbeeld parkinson of parkinsonisme, huntington, MS, ALS of nekhernia.
Toms neusbeker heeft een uitsparing voor de neus, waardoor de beker leeggedronken kan worden, met het hoofd licht naar voren gebogen. De beker kost € 15,00. Er worden geen verzendkosten gerekend. Ze zijn er in allerlei kleuren en er is ook een normale uitvoering. Info: https://tomsneusbekers.nl/

Tom van den Belt:
“Het drinken van koffie, thee en wijn is met zo'n neusbeker weer lekker".

Trein naar Keulen

Andreas en zijn vrouw kregen een reisje van hun kinderen: per trein naar de kerstmarkt in Keulen. Het goede nieuws was: de ICE-treinen zijn rolstoeltoegankelijk. Het slechte nieuws: het merendeel van de treinen rijdt in Duitsland niet en al helemaal niet volgens het spoorboekje. Kortom het werd een lange kerstpuzzelreis…

Data NAH-cafés
Lotgenotencontact, ook voor mantelzorgers

Dinsdagochtend 10.30 - 12.00 uur, Elst	Dinsdagochtend Herveld / Andelst	Woensdagochtend Heteren
17 mrt 2026 12 mei 2026 14 jul 2026 15 sept 2026 17 nov 2026	24 mrt 2026 19 mei 2026 28 jul 2026 22 sept 2026 24 nov 2026	25 mrt 2026 13 mei 2026 29 jul 2026 23 sept 2026 25 nov 2026
De Ruimte St Maartenstraat 32b, Elst Tijd: 10.30 - 12.00 uur	De Hoendrik, Herveld/Andelst Het Dorpsplein 22 Tijd: 10.30 - 12.00 uur	De Huiskamer Kwadrant 2, Heteren Tijd: 10.30 - 12.00 uur

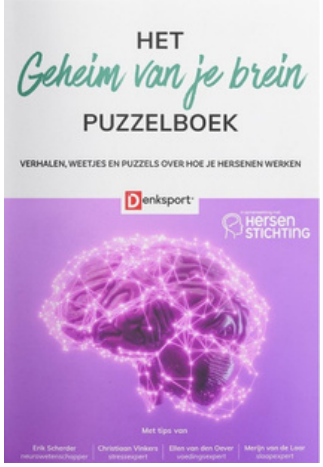
Stichting Gehandicaptenplatform Overbetuwe:
Jeanne Verdijk (Elst) 06 3372 6667 sgo.overbetuwe@gmail.com
Marja de Leeuwerk (Elst) 06 2166 0130
Ans Selman (Andelst/Herveld) 06 5164 7349
Carmen Jansen (Heteren) 06 3428 8677
Iedereen uit de Overbetuwe is bij elk NAH-café welkom.
Meer informatie: https://sgo-overbetuwe.nl/niet-aangeboren-hersenletsel-overbetuwe/

NAH-informatie

Steunpunt voor naasten en mantelzorgers

Anna-Katharina Burrack heeft 20 jaar in revalidatiecentra gewerkt. Dit als klinisch neuro-psycholoog met mensen met NAH en hun naasten. Op basis van deze kennis en ervaring biedt ze ondersteuning en hulp. Zoals het delen van kennis over het functioneren van het gezonde en het beschadigde brein tot mogelijkheden om zelfzorg te verbeteren, ontspanningstechnieken, mindfulness en natuurlijk ook rouw en verlies.
Website: neuro-atarassie.nl
Mobiel 06-53409745 of ak.burrack@posteo.nl.

Het geheim van je brein



Het geheim van je brein is een puzzelboek. Het licht met verhalen, weetjes en informatie een tipje van de sluier over de werking van de hersenen en het gezond houden ervan. Het boek bevat meer dan zestig puzzels om op te lossen. Het is een puzzelboek voor iedereen die benieuwd is naar wat er precies in je bovenkamer speelt en hoe je deze fit houdt.

De opbrengst van dit puzzelboek gaat naar de Hersenstichting.

Wat als je iets met je meedraagt dat niemand ziet, maar dat alles bepaalt?

InNAHvisible is een reizende portrettententoonstelling. Op indringende, kunstzinnige wijze wordt aandacht gevraagd voor de onzichtbare gevolgen van niet-aangeboren hersenletsel (NAH). Portretkunstenares Bianca van Duyn wil bewustwording creëren, gesprekken op gang brengen en fondsen werven voor onderzoek, betere zorg en meer begrip.
Dubbelzijdige portretten tonen aan de voorkant een verfijnd, indringend gezicht, aan de achterkant een rauw, beschadigd beeld dat symbool staat voor de innerlijke en onzichtbare strijd.

Ga aan de slag met jouw overprikkeling
Het PrikkelPlan (van de Hersenstichting) is een online tool voor mensen met overprikkeling door een hersenaandoening. Het bevat oefeningen, tips, en ervaringsverhalen.
www.hersenstichting.nl/prikkelplan

PLATFORM NAH voor en door hersenletselhelden

Op Platform NAH vind je bijna wekelijks een nieuw persoonlijk ervaringsverhaal van mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH). De verhalen zijn allemaal uniek, eerlijk en herkenbaar geschreven of verteld door mensen die zelf leven met de gevolgen van hersenletsel.
Je kunt deze ervaringsverhalen lezen hier op onze website én beluisteren via de podcast van het platform.

Onderwerpen:

NAH & Acceptatie
NAH & Bewegen & sporten
NAH & Cognitief
NAH & Energieniveau
NAH & Gezin & ouderschap
NAH & Lijf
NAH & Mindset
NAH & Reis-en vakantieverhalen
NAH & Therapie
NAH & Vriendschap & relatie

Paralympische Winterspelen

Van 6 tot en met 15 maart 2026 vinden de Paralympische Winterspelen van Milaan Cortina d'Ampezzo plaats. Nederland doet mee met para-alpineskiën en parasnowboarden en mogelijk ook voor het eerst met langlaufen. De Paralympische Spelen beginnen op 6 maart met de openingsceremonie in de Verona Arena.
Para-alpineskiën: Niels de Langen (26), zitskiër, die in Heteren opgroeide, maakt zich op voor zijn derde deelname aan de Spelen. De Arnhemmer werd in 2018 achtste in PyeongChang en won in Beijing 2022 zilver op de slalom en brons op de supercombinatie.

Het regeerakkoord is volop in het nieuws.
De laatste ontwikkelingen wat betreft de zorg zijn te volgen op www.iederin.nl
Per Saldo reageert met gemengde gevoelens.

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

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:
Zetten, Hemmen, Driel, Valburg, Oosterhout

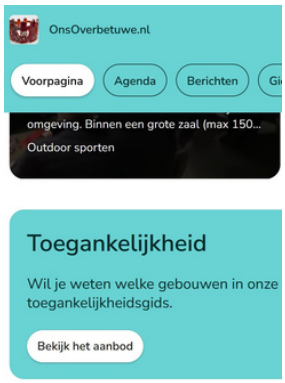
Spreekt het je aan?

Neem contact op met
Ineke Nab
secretaris@sgo-overbetuwe.nl
06 4339 2730

Vrijwilligers!!

We zijn altijd blij met vrijwilligers die zich voor een of meerdere onderwerpen willen inzetten. Daarvoor hoef je geen bestuurslid te worden; je kunt het ook zien als een klus waar je naar eigen inzicht invulling aan kunt geven in samenspraak met anderen.

Toegankelijkheid gebouwen op OnsOverbetuwe.nl



Iedereen kan zelf op deze website de complete (on)toegankelijkheid van zijn gebouw vermelden en inzien. Van parkeerplaats tot de toiletten in het gebouw. Als SGO kijken we mee, wij zijn eigenaar van de toegankelijkheidspagina op OnsOverbetuwe. Pas als wij akkoord zijn met de ingevoerde informatie wordt deze vrijgegeven.
We gaan regelmatig op pad om Overbetuwse gebouwen in de praktijk op toegankelijkheid te toetsen en tips achter te laten. Dat levert behalve veel extra informatie ook leuke gesprekken op.

Randwijk

Zo spraken we deze keer met Yoeke Nagel (foto) in Randwijk, in MFA De Haar, door Yoeke 'Randwijks Dorpshart' genoemd. We liepen met haar door het zeer toegankelijke gebouw. Een rollator en een rolstoel staan klaar voor gebruik. Binnen zijn er geen drempels, er is veel ruimte om overal gebruik van te kunnen maken. Met in de kelder schietvereniging De Treffers waar mensen met een beperking welkom zijn. Verder veel Randwijk Zoemt activiteiten, die druk bezocht worden. Binnenkort start er ook een groepje met Walking Football. Op vrijdagen zijn er de Huiskamerontmoetingen.

https://onsoverbetuwe.nl/pagina/de-haar
www.facebook.com/Randwijker/

Er zijn wel wat minpuntjes. De ruimte rond het invalidentoilet is krap. De lift is lastig te bedienen met zware deuren en een knop die je ingedrukt moet houden. De vaste noodtelefoon in de lift werkt niet. Tips van ons, maak een extra koord aan de binnenzijde van de deur en plak markeringen op de traptreden voor mensen met een visuele beperking.

En hartstikke goed nieuws is dat Yoeke Nagel bereid is om voorlopig voor SGO te fungeren als contactpersoon voor Randwijk. Fijn om zo elkaars belangen te kunnen versterken.

De Kloek, Andelst

Hier wonen 26 mensen met dementie, verdeeld over twee gezellige woongroepen op twee etages. Iedere bewoner heeft een kamer die naar eigen smaak kan worden ingericht. We mochten zelf even het gebouw in Andelst bekijken. Alle voorzieningen zijn prima toegankelijk. Open, gezellige ruimtes en sfeervol, veilig ingericht.

Informatie op www.Kloek.nu
https://onsoverbetuwe.nl/pagina/kloek-andelst

KLOEK
Wonen met zorg

Zorg voor de Toekomst
Herveld-Andelst bouwt aan een zorgzame gemeenschap

We herkennen allemaal de ontwikkelingen in Nederland: meer ouderen, minder zorgprofessionals, toenemende zorgkosten en meer eenzaamheid. Dat speelt niet alleen landelijk, maar ook bij ons in de straat. Daarom bouwen we in Herveld-Andelst aan een andere manier van zorgen: dichtbij, menselijk en samen. We willen voorkomen dat mensen pas in beeld komen als het mis gaat. Niet vanuit formulieren, maar vanuit het dagelijks leven van inwoners.

Drie pijlers waar we aan werken
De provincie en gemeente hebben afgelopen jaar groen licht gegeven voor ons Dorpsontwikkelplan Welzijn, Wonen & Zorg.
De komende twee jaar bouwen we verder aan drie pijlers.

1. Omzien naar elkaar
2. Jong & Oud
3. Ondersteuning Thuis

Het doel is dat niemand tussen wal en schip raakt. In ons dorp willen we juist aan de voorkant werken:
tijdig signaleren-verbinden-voorkomen. Dat maakt het verschil.
Wat kun jij zelf doen?

- Zoek je gezelschap of steun? Er zijn ontmoetingsmomenten.
- Wil je helpen? Groot of klein, het is welkom.
- Maak je je zorgen om iemand? Laat het weten.
- Werk je bij zorg, welzijn of woonstichting? Sluit aan.

Dit initiatief is van ons allemaal.
Tineke Spee, bestuurslid Dorpsbelangen Herveld-Andelst
Werkgroep Welzijn, Wonen & Zorg, tinekespee@outlook.com | 06 5063 6520
Ans Selman (bestuurslid SGO) is een van de werkgroepleden

Vacature

Dorpsverbinder (4–16 uur per week)
Herveld-Andelst | Werkgroep Welzijn, Wonen & Zorg
Wij bouwen in Herveld-Andelst aan dorpen waar mensen elkaar kennen, helpen en dragen.
Geen nieuwe bureaucratie, maar nabijheid, verbinding en doen wat werkt.
Daarom zoeken we een dorpsverbinder: een sociaal sterke aanjager die de gemeenschap helpt om beter voor elkaar te zorgen — samen met inwoners, vrijwilligers, zorg en gemeente. Voor meer informatie kun je met Tineke Spee contact opnemen tinekespee@outlook.com | 06 5063 6520

WE ZOEKEN ENTHOUSIASTE MENSEN VOOR HET SCHOLENPROJECT 'WAT IS GEWOON'

We zoeken mensen die samen met anderen het scholenproject **Wat is gewoon** in goede banen leiden.
Iedereen die wil helpen is welkom.

Wil je jouw eigen ervaringen vertellen over jouw handicap, rolstoel, manier van communiceren, beperkingen, leven met hulpmiddelen?
Kom de groep versterken!

Neem contact op met Ans Selman,
haar telefoonnummer is 0488 454 284

Op vakantie? Het kan

Gewoon op vaarvakantie

Met een rolstoel en ernstige handicap een intieme vaarvakantie met familie of vrienden? Het is mogelijk op het motorjacht Quincy van Stichting Varen met Wielen! Een geheel aangepast schip, voorzien van alle benodigdheden voor maximaal zes personen.

Het schip is van 1 april tot 1 november in de vaart. U kunt het schip voor 1 of 2 weken huren van woensdag tot dinsdag. Voor beschikbaarheid en prijzen, zie varenmetwielen.nl

Stichting Wielewaal

Stichting Wielewaal organiseert vakantie-activiteiten voor kinderen en jongeren (4 tot 35 jaar) met een beperking. Het gaat om groepsvakanties in binnen- en buitenland. Van Dongen tot de Dordogne en van de Sneekweek tot de Spaanse Costa, alles is mogelijk.

De groepsgrootte varieert van 6 tot 16 deelnemers en even zoveel vrijwilligers. Voor meer informatie, zie vakantie-met-kinderen.com

En er zijn nog veel meer mogelijkheden, internet biedt veel informatie:

Mundo

Tendens

SailWise

Adios

SRG

HetVakantiebureau

BioVakantieoord

MetSchik

Stavast

ANVR

Vakantiegids

Toegankelijkheid stembureaus voor mensen met een beperking

Gemeenteraadsverkiezingen op woensdag 18 maart 2026

De locaties om te stemmen
Op www.WaarIsMijnStemlokaal.nl vind je alle locaties van de 28 stembureaus in Overbetuwe. Ook kun je hier zien of er extra voorzieningen zijn zoals een toegankelijk toilet.
Soms zijn er in een stemlokaal meerdere stembureaus, zoals in de Kruisakkers, de Hoendrik en Het Westeraam. In alle stembureaus staat minstens 1 stemhokje met een lage tafel voor mensen in een rolstoel. Daarnaast is op alle stembureaus standaard een loep met verlichting aanwezig.
Ook dit jaar kan er op verzoek een gebarentolk op afstand ingeschakeld worden.

Hulp in de stemlokalen met Prokkel
Lieke, Yasmine en Peter K. zijn dit jaar ook weer van de partij in hun stemlokalen: het OBC in Elst en de Hoendrik in Herveld.

Prokkel

Mensen met een verstandelijke beperking willen meedoen, een bijdrage leveren en betrokken zijn bij de samenleving. Hun deelname laat zien dat iedereen waardevol is en versterkt een positief beeld van mensen met een beperking in de maatschappij.

Met duo's zorgen ze voor inclusieve stembureaus. Ze bevorderen dat stemmen toegankelijk is en dat iedereen actief kan meedoen aan het democratische proces.

Websites Begrijpelijke Taal
Op Stemjijook.nl en Steffie (Kieskompas) staat informatie hoe stemmen werkt en waar politiek over gaat. Speciaal voor mensen met lees- en schrijfproblemen, mensen met een beperking, of iedereen die het helderder wil. Met de uitleg om makkelijk te kunnen stemmen. In het gemeentehuis kun je een gratis verkiezingskrant in gewone taal ophalen, van onder andere Stichting Lezen en Schrijven en ProDemos.

Toegankelijkheid als je een visusbeperking hebt
Op de oproep na de vorige verkiezingen voor ideeën voor hulpmiddelen is helaas niet gereageerd.
We hebben wel een melding van een kiezer op de dag zelf gekregen. Zij heeft aangegeven dat het heel fijn zou zijn als er een vergroting van de kandidatenlijst (in boekvorm) zou zijn. Die hebben we dus aangeschaft en deze ligt op 18 maart in het stemlokaal De Wieken, Prinses Irenestraat 49 In Elst.

Heb je nog vragen, mail dan naar verkiezingen@overbetuwe.nl of bel met de gemeente op 14 0481 en vraag naar Babs Wiebe, projectleider verkiezingen.

Zwemuur startte het nieuwe jaar gezellig met een gezamenlijke lunch

Speciaal zwemuur ook in het nieuwe jaar

EZ&PC heeft een speciaal zwemuur gereserveerd voor leden met een fysieke beperking. Elke maandagmorgen van 11-12 uur in de Helster in Elst. Nieuwe zwemmers zijn van harte welkom.

Onder mensen met een fysieke beperking wordt niet uitsluitend zichtbare handicaps verstaan. De begeleiding en de oefeningen in dit uur zijn hierop gericht. Het zwemuur wordt begeleid door meerdere kaderleden op de kant en in het water. Het bad en de vereniging beschikken over de voorzieningen zoals een lift en badrolstoel, invalidenkleedkamer en oefenmateriaal. Indien leden een intensieve begeleiding nodig hebben (één op één) dan kan dat, meer informatie vindt u op de website.

ez-pc.nl/zwemmen-met-fysieke-beperking of mail: zmfb@ez-pc.nl

---

NIEUWS VAN DE HUISKAMER IN HETEREN

De Huiskamer is steeds in beweging. Het blijft een komen en gaan van bezoekers, activiteiten en ontwikkelingen. Zo is er elke maandagochtend een 'Huiskamer plus inloop'. Een bewust gekozen moment omdat het dan rustig is en omdat er op maandag veel gesloten is.

Huiskamer plus

Huiskamer plus is speciaal **voor mensen die moeilijk de deur uitkomen**. Omdat ze fysieke of mentale beperkingen hebben, omdat ze weinig netwerk om zich heen hebben of gewoon omdat ze er moeilijk toe komen. Huiskamer plus wordt begeleidt door vrijwilligers en een zorg-professional en wil er graag alles aan doen om iemand mee te laten doen. Met elke week koffie (en vaak wat lekkers) en een activiteit (als men dat wil) is het vooral gezelligheid en elkaar ontmoeten.
Kent / bent u iemand waar bovenstaande bij zou kunnen passen?
Mail dan naar mvanderspekhaan@gmail.com of loop even binnen bij de Huiskamer die bijna iedere dag open is.

Bron: Nieuwsbrief Heteren Sociaal

Column Lidy: Een leven lang leren.....

Lidy (59) woont samen met haar man in Elst. Hun drie zonen (30, 28 en 25) en hun dochter (24) 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 eruitziet met een kleurrijk gezin.

"Mama, hoe schrijf je zuurkool?", vraagt Yasmine mij als we samen aan het ontbijt zitten. Eerst vraag ik haar om haar iPad aan de kant te leggen, omdat ik vind dat er tijdens het eten geen apparaten op de tafel mogen. Ze legt het ding weg en na het eten komt ze op haar vraag terug.
Ik vraag hoe ze wil dat ik haar het woord leer, door het voor haar te spellen, of door het op te schrijven? Ze kiest voor het laatste, pakt het briefje en typt de eerste vier letters op haar iPad. Dan verschijnt vanzelf het woord 'zuurkool', waarop ze klikt en bij allerlei recepten komt waar plaatjes bij staan op basis waarvan ze haar keuze kan maken.

Ze gebruikt haar eigen creativiteit

Het is zo mooi om te zien hoe zij gebruik maakt van haar eigen creativiteit. Destijds, toen ze nog op school zat, is met van alles en nog wat geprobeerd om haar aan het lezen en rekenen te krijgen. Ondanks alle inspanning is het toen niet gelukt en bleef het bij 'lezen' met behulp van picto's.

Wel vond ik het belangrijk dat ze in ieder geval leerde om haar eigen naam te schrijven en daar hebben we toen op ingezet. Dat zijn een behapbare zeven letters en een afgebakend geheel, en dat lukte haar wel met heel veel oefenen, zowel thuis als op school.
Hoe trots was ze toen ze haar eigen naam op haar paspoortdocument kon schrijven! Een naam is zoiets wat bij haar persoonlijkheid hoort. Een naam heb je ook vaak nodig om zaken te ondertekenen, om op verjaardagskaarten te zetten of zomaar om in het zand te schrijven tijdens een strandwandeling.

Naarmate Yasmine ouder werd hebben we steeds wel geprobeerd om haar lezen te stimuleren, op speelse wijze, bijvoorbeeld als we Elst binnenreden en dan het naambord voorlezen, of bij aankomst bij de supermarkt, Yasmine op het woord JUMBO te attenderen. Op de eenof andere manier merkten we dat ze woorden wel kon herkennen, de losse letters ook, maar ze aan elkaar plakken als je moet lezen, blijft lastig.

Het is belangrijk om zoveel mogelijk zelfstandig te doen

Omdat we het belangrijk vonden dat ze zoveel mogelijk zelfstandig kan doen, hebben we haar ook wel eens met een lijstje met picto's naar de winkel laten gaan. Dan weet ze wel wat er op het lijstje staat, maar de hoeveelheid aan spullen en waar het staat vindt ze dan lastig te combineren. Dan is het makkelijker om haar te vragen bijvoorbeeld de melk te pakken, daarvan weet ze precies waar het staat.

Maar verstandelijke beperking of niet, toch vindt ze steeds weer manieren om dingen voor elkaar te krijgen. Op een dag wilde Yasmine met haar vader boodschappen gaan doen. Er was iets wat ze graag wilde dat er op het lijstje zou komen, maar het was volgens mij iets van snoep. Ze weet dat ik dat niet op het lijstje zet en ze weet ook dat wat er op het lijstje staat altijd keurig door haar vader gekocht wordt. Dus ze had de lege verpakking uit de prullenbak gehaald en was het woord, volgens mij was het 'chocolade', op het boodschappenbriefje aan het schrijven. Zo doet ze het nu steeds vaker en zo probeert ze steeds meer te lezen van internet.

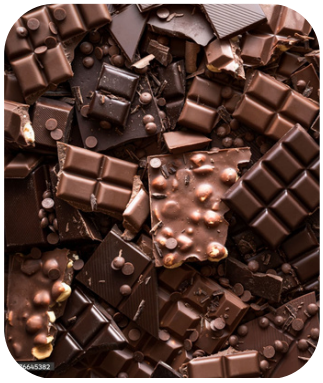
Ze weet digitaal dingen sneller te vinden dan ik

Ze weet digitaal overigens vaak sneller de dingen te vinden dan ik; ik had een nieuwe iPhone en wilde haar een foto sturen. Ik was ermee aan het klooien. Zij vraagt of zij het mag doen en hop-hop, de foto zit bij haar in Messenger. Hoe dat brein werkt weet ik nog steeds niet, maar ik merk ontwikkeling bij haar. Niet alleen bij het lezen, ook in gedrag. Laatst wilde ze beneden in de

kamer een stoel terugzetten. Daarbij stootte ze een plant om waarvan de pot kapotsloeg op de grond. Haar eerste reactie is om heel boos te worden, stampen op de grond, schreeuwen. Ik vermoed dat ze dan boos is op zichzelf, maar dat weet ik niet zeker. Zelf maak ik er niet zo'n punt van dat er iets kapot is, dus dat zei ik ook rustig tegen haar. Voorheen zou ze langer in haar boosheid blijven hangen, maar nu merkte ik dat dat bijna net zo snel verdwenen was als dat het kwam.

Wij leren ook

En met elke ontwikkeling die zij doormaakt leren wij ook weer, want we hebben ons ertoe te verhouden. We hebben nog wel eens de neiging (uhm, heel vaak eigenlijk) om in onze ouderrol te blijven zitten en voor haar te gaan zorgen. Hoe mooi is het dan als ze ons een spiegel voorhoudt door aan te geven: 'ik kan dat zelf echt wel'. Dan weten wij dat we weer in ons 'hok' mogen en haar het vertrouwen mogen geven het zelf te proberen.
En wat betreft die 'chocolade' op het boodschappenlijstje, die is er gekomen



Veel liefs en leerplezier,
Lidy

In het kader van het 1300-jarig bestaan wordt er een Feestweek in Elst georganiseerd van 6 t/m 14 juni 2026. Met veel (culturele) activiteiten voor een breed publiek en voor alle leeftijden.

Inclusiviteit en verbinding is daarbij heel belangrijk. Er wordt onder andere aandacht besteed aan verbindende activiteiten voor alle inwoners dus **ook inwoners met een beperking**. Als SGO worden we betrokken; wat is er nodig om iedereen mee te laten doen.

Een toegankelijk evenement levert je tevreden bezoekers op, en ook méér bezoekers. Het gaat immers niet alleen om de bezoeker met een handicap, vaak kiezen complete vriendengroepen voor een goed toegankelijk evenement.

Op de MKB-checklist staan zeven thema's:
www.mkbtoegankelijk.nl/gastvrijheid/tips-voor-evenementen

KOMT HET ZIEN

Theater met audiodescriptie door blindentolken, al 11 jaar!
Met een visuele beperking naar het theater, festival of evenement? Dat kan!
Komt het Zien! maakt het mogelijk.
Met live audiodescriptie en een speciale meet & feel inleiding kun je alles volgen. Via oortjes hoor je live de beeldbeschrijving van de aanwezige blindentolk en mis je niets.

"Waar ik de laatste jaren steeds minder ga zien, gaan in het theater mijn ogen weer open"

info@komthetzien.nl
www.komthetzien.nl

KOMT HET ZIEN!

Eenzaamheid???

Voelt u zich alleen omdat u ergens mee zit, wat u met niemand lijkt te kunnen bespreken?
We geven u graag wat tips:
www.sociaalteamoverbetuwe.nl

SOCIAAL INCLUSIEF CENTRUM ELST

Vier HAN-bouwstudenten hebben op verzoek van het Centrum Management Elst de sociale inclusie en toegankelijkheid van het centrum Elst onderzocht. Eén 4e-jaars student is bezig geweest met een eigen project: betere communicatie tussen ondernemers onderling en gemeente, waarbij het belang van ondernemers centraal staat.

De interviews zijn afgenomen met een viertal ervaringsdeskundigen, bekenden van de SGO. Veel informatie is verzameld over de obstakels waar mensen met een visuele beperking mee te maken hebben. Zoals bijvoorbeeld de onduidelijkheid waarom het fietsen op stoepen wordt gedoogd (dit mag eigenlijk niet maar er wordt niet op gehandhaafd).
Dit leidde tot aanbevelingen en tips voor het CME en het gemeentelijk beleid, hun publicatie volgt.

Foto: Interview van studenten Tim en Zoë met Marianne

Aanbevelingen en tips in hoofdlijnen:

- Nieuwe verkeersborden /slogans om aan te geven dat je in het centrum rekening moet houden met elkaar.
- Meer aankleding op het gemeenteplein, groen, rollatorbanken, etc.
- Adviezen ten aanzien van verbetering van de communicatie tussen gemeente en CME.
- De geleidelijnen voor mensen met een visuele beperking verbeteren, eenduidig maken.
- Bevorderen van vriendelijke bejegening van alle doelgroepen.
- Zoek samenwerking tussen CME en SGO op het gebied van toegang. Toegankelijkheid bij evenementen waarborgen, op tijd SGO inschakelen.
- Autoknip plaatsen in de Dorpsstraat vanaf de apotheek tot aan de kaaswinkel zodat er een autovrij plein ontstaat.

Schema aandachtspunten voor de ondernemers (bron: MKB toegankelijk)

Jouw **Pand**	Jouw **Informatievoorziening**	Jouw **Gastvrijheid**
Ingangen en deuren	Toegankelijke PDF's	Hoe spreek je iemand aan
Drempelhulp	Drukwerk	Hulphonden welkom
Inrichting en meubilair	Borden/displays	Omgaan met dementie
Parkeren	Menukaart	Toegang tot het toilet
Toiletruimte	Prijskaartjes	Tips voor evenementen
Betaalsysteem	Productontwerp	
	Ontwerp verpakking	

Agenda

Gemeenteraadsverkiezingen op 18 maart. Alle stemlokalen zijn toegankelijk.
Lees het Manifest van Ieder(in): Gemeenteraadsverkiezingen 2026

Op zaterdag 21 maart 2026 wordt in Bunnik de Publieksdag Hersentumoren georganiseerd. Centraal staan het delen van actuele, betrouwbare kennis over hersentumoren én het bieden van ruimte voor ontmoeting, herkenning en uitwisseling van ervaringen.

Gratis toegang: VeineDAGEN én gelijktijdig de ZiezoBEURS op 16,17 en 18 april in de Jaarbeurs in Utrecht. www.Veinedagen.nl. De ZiezoBEURS is voor iedereen met een visuele beperking, voor hun familie, vrienden en zorgverleners. Wat zijn de (nieuwe) mogelijkheden en hulpmiddelen voor het leven en werken met een visuele beperking?

Universitair Kennisnetwerk Ouderenzorg Nijmegen (UKON) organiseert op 12 mei een symposium 'Zorg met lef! - Samen kleuren we de zorg van morgen' voor alle geïnteresseerden uit de bij UKON aangesloten zorgorganisaties zoals zorg- en welzijnsmedewerkers, behandelaren, naasten, vrijwilligers en nog veel meer!

Mega Wandel Marathon

Zaterdag 30 mei 2026 start de Mega Wandel Marathon vanuit Sportcentrum Papendal in Arnhem: het mooiste wandelfeest voor iedereen! Samen komen we in actie voor kinderen met een handicap. Doe mee en schrijf je in! De Mega Wandel Marathon is een initiatief van Stichting het Gehandicapte Kind

De 108e **Nijmeegse Vierdaagse** 2026 duurt van dinsdag 21 juli t/m vrijdag 24 juli in week 30.

Onze 12e keer!!

De enige echte **Overbetuwse Scootmobiel puzzeltocht** van de SGO vindt plaats op 13 september 2026. Inclusief gezellig pannenkoeken eten, mooie prijzen en appeltaart.

Inclusieve speelplek Park Rietgraaf in Nieuw Oosterhout

Deze prachtige speeltuin is ruim, overzichtelijk en voor iedereen bereikbaar. Kinderen kunnen er bewegen, klimmen, ontdekken, spelen met water. In Park Rietgraaf is er geen aparte zone gemaakt voor kinderen met een beperking. Integendeel, alles is zo ingericht dat alle kinderen, ook met een beperking, overal samen kunnen ontdekken en met elkaar kunnen spelen. Doordat alle plekken goed bereikbaar zijn, kunnen kinderen elkaar helpen en samen nieuwe dingen proberen.

Je vindt hier:

- een breed pad waarover je met een rolstoel of wandelwagen overal kunt komen
- ruime speelhuizen, waar je samen kunt spelen en gemakkelijk kunt draaien, of via een bankje van de glijbaan af kunt
- speelroutes en interactieve panelen langs het pad (neem je stoepkrijt mee!)
- een toegankelijke waterspeelplek, bereikbaar vanaf de zand- én waterkant
- verschillende soorten schommels
- klimrekken die ook met een rolstoel bereikbaar zijn
- rustplekken zoals stoelen en picknicktafels
- voor iedereen iets leuks en uitdagends om te doen

Goede schommels, huisjes die toegankelijk zijn en waar je van alles kunt doen, met de rolstoel naar de waterplek. Het is geweldig mooi.
Martine is vooral blij met de opstaande randjes op de plateaus, zodat je veilig kunt draaien met je rolstoel.

Deze inclusieve speelplek is top, voor iedereen.
Op deze manier kunnen alle kinderen samen spelen.

Martine is zeer bereid alles te testen.
Met haar rolstoel kan ze overal
komen. Zelfs onder de rekstok.

Het huisje is toegankelijk
voor iedereen in een
rolstoel. In het huisje
kun je op een glijbaan
klimmen, en dan mag je
naar beneden glijden.

Verschillende borden om van alles te voelen en met stoepkrijt te versieren.
En plekken om met water te spelen en te experimenteren.

Zaza

Een paar jaar terug (2021) maakte Régine in haar werkplaats voor Zaza een prachtige houten slee (links). Zaza kon er met haar elektrische rolstoel op rijden. Anno 2026 paste ook de grotere elektrische rolstoel er gelukkig nog net op (rechts)! Met twee man sterk werd de stevige slee geduwd. Superleuk!

Het T-shirt dat Zaza aan heeft werd in Tsjechië gevonden, de balletdanseres heeft één been. Het is gemaakt door een lokale kunstenaar die zelf ook in een rolstoel zit.

Dans Speciaal (Introdans) werkt samen met De Onderwijsspecialisten, een onderwijskoepel voor scholen in het speciaal onderwijs. Zaza is een van de deelnemers van Dans Speciaal. Ze traden op een studiedag van De Onderwijsspecialisten op voor een publiek van 2000 bezoekers. Eva Eijkhout sprak op die dag, en ze kwam kennismaken met Zaza. Het allermooiste was dat Eva in haar verhaal voor al die 2000 mensen zei dat ze het prachtig vond en zichzelf herkende in de dansers.