



Gehandicaptenplatform Overbetuwe



Rostoeltoiletten 4daagse eerste dag | Speerpunten SGO | Columns

Juni | 2019

Inhoud

1	Foto Inclusie “gewoon erbij horen, samen zijn”	13	Op de grond naar het toilet
2	Inhoud en over SGO	13	Rolstoeltoilet gesloopt
3	Rolstoeltoiletten op Dag van Elst	14	Een kijkje in de keuken op Spierziekten.nl
4-5	Speerpunten SGO: Wonen en Bouwen, Mobiliteit, PR, Gelijkheid Toegankelijkheid, Straten, Spelen, Wombat	15	Bedankt, Eline en Bep
6	Handige Hulpmiddelen	15	Nieuwe bezorgers en beheerder website
6	Stemlokalen Overbetuwe	15	Geen vrijetijdsmarkt 2019
7	Column Lidy: Mopper!	16	Vrijstelling gemeentelijke milieuzones
8	Sportief Bezig	17	Wmo abonnementstarief
9	Arriva, werk aan het spoor	18	Handige Apps
10	Website SGO met hulp van IFRA	18	Agenda
10	De Verteller met Windows	19	Scootmobiel/ rolstoel/aangepaste fiets, de Fotopuzzeltocht SGO 2019
10	“Rampe d'accès”	19	Week van Toegankelijkheid, Vrije Tijd
11	Column Margrethe: Als je zelf ziek bent	19	Uitjes
12	Rolstoeltoegankelijk Arnhem	20	Hulp bij Scholenproject gevraagd
12	Rolstoelwandeling door Sonsbeekpark	20	Kom Zwemmen!

Over SGO

Go Nieuws is een gratis uitgave van de SGO en verschijnt elk kwartaal. Dit is **jaargang 21 nummer 4**. De SGO (Stichting Gehandicapten Overbetuwe) is een gespreks- en overlegpartner voor mensen met een handicap in de gemeente Overbetuwe, een gemeente met 11 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

Ton Overkamp
Zülpichhof 6
6662 CC Elst (Gld)

T: 0481-37 60 40
E: secretaris@sgo-overbetuwe.nl
I: sgo-overbetuwe.nl

Bestuur SGO

Functie

Voorzitter
Secretaris
Penningmeester
Zwemmen- en scholenproject
Nieuwsblad, websites en toegankelijkheid
Bestuurslid
Bestuurslid
Bestuurslid
Contactpersoon Herveld/
Andelst en scholenproject
Contactpersoon Zetten
Contactpersoon Driel
Contactpersoon Heteren
Contactpersoon Oosterhout
Contactpersoon Randwijk
Contactpersoon Valburg

Naam verantwoordelijke

Theo Bus
Ton Overkamp
Marco Verschoor
Dickie Heij
Jeanne Verdijk
Willeke Franken
John Brugman
Corrie Roelofsen

Telefoonnummer

06-57802102
0481-37 60 40
0481-37 17 80
0481-37 26 17
0481-37 65 95
0488-45 48 83
026-381 00 58
0481-35 21 22

0488-45 42 84
0488-45 14 98
06-53 84 53 06
06-28 42 35 83

vacant
vacant
vacant

Rolstoeltoiletten Dag Van Elst, Vierdaagse 2019



De SGO heeft, naar aanleiding van een artikel in de Gelderlander vorig jaar, dit jaar een actuele lijst van rolstoeltoiletten samengesteld. Er werd gesteld dat er onderweg niet voldoende rolstoeltoiletten zouden zijn. Dat blijkt dus op dinsdag wel mee te vallen, **ruim 25 stuks** voor de circa 30 rollende deelnemers... De SGO hoopte dat er voor de andere 3 wandeldagen ook dergelijke overzichten zouden worden gemaakt. We hebben hiervoor contact gezocht met de plaatselijke belangenorganisaties, maar helaas niets van hen gehoord. Hieronder zie je het overzicht met de rolstoeltoiletten die tijdens de eerste dag van de vierdaagse open zijn! Pluim voor de gemeente voor het meedenken en het plaatsen van een dixie voor rolstoelers in Oosterhout!

Plaats	Naam	Adres	Bijzonderheden
Oosterhout	Dixi's bij terrein café Merkus	Dorpsstraat 12	Mindervalidendixi
Slijk Ewijk	Pannenkoekenbakker	Valburgsestraat 22	Erg druk!
	Dorpshuis Beatrix	Dorpsstraat 15	
Valburg	Wapen Steakhouse	Tielsestraat 69	Ingang zijkant naar zaal. Toilet heeft geen alarm
Elst buiten/ binnen centrum	Gemeentehuis	't Fort	Vw verbouwing dit jaar aan de achterzijde van t gemeentehuis: lastig bereikbaar
	Albert Hein	Valburgseweg 20	Via personeel toegang, loopt mee
	Dries en Co	Valburgseweg 18c	Geen alarm, één beugel, wel verschoontafel
	De Wieken, Forte	Pr Irenestraat 49	50 meter vanaf de route
	Linge Hotel	Dorpstraat	Omlopen via paadje links langs de Vereniging
	Het Wapen	Dorpstraat	Vw drukte is er geen doorkomen aan op dinsdag, wordt afgeraden. Toiletdeur draait naar binnen en sleutel nodig
	Jumbo	Europaplein	Afstand tot route ca 100 meter via doorsteek voetpad. Via personeel toegang
	De Ruimte	St Maartensstr 32b	0,50 ct gebruik van toilet voor een goed doel. Koffie en verzorging
	Grote Kerk	Grote Molenstraat 2	Achterin de kerk, geen obstakels
	Rabobank Maas en Waal Oost	Industrieweg Oost 16	Medewerker vragen om binnendeur te openen
	Driestroom	Industrieweg Oost 27	
	Intratuin	Nieuwe Aamsestr 94	Op ca 400 m vanaf Breedlersestr.
Richting Arnhem/Huissen	Restaurant De Klomp	Rijksweg Noord 129	
	Huisartspraktijk	Randweg 1, 6845 AC Arnhem	via lift naar beneden
	Elden/Arnhem Ons Dorpshuis	Rijksweg West 50 6842 BD Elden	
Bemmel	Brasserie Bloem, Bemmel	Markt 34	
	Gemeentehuis Lingewaard	Kinkelenburglaan 6	
	Rest De Burenvan	Kinkelenburglaan 4	Ca 120 m van de route
	Theaterkerk	Markt 5	
Lent/ Nijmegen	Vd Valk Hotel	Hertog Eduardplein 4	
	Café Rest. Stroom	Vossenpelsssestraat 16	
	Plaza Lent	Griftdijk Zuid 125	
	Nijmegen	Website: toegankelijknijmegen.nl	filter op symbool invaliden toilet

Speerpunten aandachtsgebieden SGO

Dit jaar is een begin gemaakt met het uitwerken van vier aandachtsgebieden: Wonen, Mobiliteit, PR en Gelijkheid, om ervoor te zorgen dat er een betere invulling gegeven kan worden aan onze rol als gehandicaptenplatform. De **werkgroep wonen** is inmiddels voortvarend aan de slag en door de extra aandacht hiervoor heeft inmiddels de gemeente advies gevraagd over de multifunctionele centra in Valburg, Heteren en Randwijk.

De gemeente heeft kenbaar gemaakt in het vervolg bij alle gemeentelijk bouwplannen SGO in de ontwikkelingsfase in te schakelen.

De **werkgroep mobiliteit** heeft het vervoer opgepakt om de toegankelijkheid en informatie verzameld om daarmee de gebruikmaking te verbeteren. Hiervoor gaat binnenkort een voorstel naar de gemeente. Voorts is vanuit deze werkgroep de gemeente geadviseerd de uitgangspunten voor doelgroepenvervoer te handhaven bij de komende aanbesteding. Dit is inmiddels door de gemeenteraad overgenomen.

De **werkgroep PR** heeft inmiddels een voorlichtingsfilmpje gemaakt. Hiermee zal in de tweede helft van het jaar een ronde gestart worden langs de verschillende dorpsraden en buurtverenigingen.

Ook is de eigen website voor wat betreft toegankelijkheid en lay-out sterk verbeterd en is het gelukt iemand te vinden die ons bij het beheer gaat ondersteunen.

De **werkgroep gelijkheid** tenslotte, is van plan regelmatig over de toepassing/uitvoering van de WMO te gaan publiceren over actuele onderwerpen.

Theo Bus

Aanbesteding doelgroepenvervoer in de regio Arnhem-Nijmegen 2020

De gemeente is voornemens per 2020 na een aanbesteding een contract met vervoerders af te sluiten voor een langere tijd. Aangezien de huidige regeling voor doelgroepen prima functioneert en daarnaast de kortingsregeling medereizigers (vergoeding van 50% van de reiskosten) in de regio wordt afgeschaft heeft Andreas Ladestein namens SGO gebruik gemaakt van de inspraakronde voor de raadsvergadering van 2 april jl. Hij heeft hier een vurig pleidooi gehouden voor het behoud van de huidige doelgroepenregeling en het zoeken van een alternatief voor de af te schaffen begeleidersregeling.

Wethouder Engels heeft hierna in de raadsvergadering van 2 april jl. aangegeven dat de kwaliteit van het huidige leerlingenvervoer het college ook veel waard is en dat zij er dus alles aan zullen doen om dit zo te kunnen laten voortzetten.

De kwaliteitseisen van uit het verleden zullen ook voor de toekomst gelden, aldus wethouder Engels.

Bij de nieuwe aanbesteding zal hier rekening mee gehouden worden. De raad heeft dit voorstel inmiddels geaccepteerd.

Wonen en Bouwen

Als één van de beleidspunten heeft de SGO het onderwerp 'wonen'. Dit onderwerp bevat vele facetten binnen de leefomgeving van de inwoners van de gemeente Overbetuwe.

Zo ook de aanpassingen/nieuwbouw van een aantal Multi Functionele Centra in Valburg, Herveld en Randwijk. Aan ons is gevraagd om mee te kijken en de eerste ontwerptekeningen van deze centra te beoordelen of deze voldoen aan eisen welke zijn vastgelegd.

Naar aanleiding hiervan heeft onlangs een gesprek tussen ons en een architect plaatsgevonden. Hij was zeer verbaasd dat wij als stichting er zo bovenop zitten. Ik heb hem diverse handreikingen gedaan waar hij in het ontwerp aan moet denken.



Eerder was er ook contact met ons en de architect in Herveld over het ontbreken van een ringleiding in de plannen. Zodra de plannen definitief worden gepubliceerd, zullen wij nogmaals de nieuwe uitgangspunten beoordelen.

Zijn er nog tips? Wij horen het graag van U.

Speerpunten aandachtsgebieden SGO, vervolg

Toegankelijkheid stoepen en straten

Helaas zijn over de toegankelijkheid van de nieuwe straten in Westeraam nogal wat mankementen te melden. Er ontbreken veel af- en oprijtjes, er zijn hoge stoepen en diepe goten.

Ongeluk

We kregen een melding van een bewoner die daar helaas uit de rolstoel is gevallen en een dubbele beenbreuk opliep.



Op de foto (straat Buurtmeester) is duidelijk te zien dat het afritje eindigt tegen een rand van ca. 1,5 cm hoogte waardoor de voorwieltjes bleven hangen en de rolstoeler gelanceerd werd. Dit is bij de gemeente gemeld maar wie is hier verantwoordelijk voor? Het wordt tijd voor een schouw, we gaan samen met ambtenaren en uitvoerders in een rolstoel alle gevaarlijke plekken in Westeraam in kaart brengen.

Herveld/Andelst

In Herveld/Andelst zouden we samen met een ambtenaar van de gemeente een schouw houden, er is in 2018 al een flinke lijst samengesteld met obstakels, maar helaas we krijgen geen enkele respons op onze e-mails wanneer dit gaat gebeuren....

Heteren, dorpshart en Randwijkse waarden

Lia van de Kaa is met beide onderwerpen aan de slag om de toegankelijkheidsaspecten onder de aandacht te brengen en te houden. Zij doet dit in goede samenwerking met de Dorpsraad van Heteren.

Speeltuintjes voor Iedereen



De SGO is druk aan de slag om verschillende fondsen aan te schrijven. Hier hopen we subsidie te krijgen om extra speeltoestellen in Driel en Zetten te kunnen financieren voor kinderen met een beperking. We krijgen hierbij ondersteuning van het InterGemeentelijk Subsidiebureau. In de renovatieplannen van dit jaar voor de speeltuintjes in Randwijk, Driel en Zetten is al een flink aantal opties voor toegankelijkheid en aanpassingen opgenomen. Een positieve ontwikkeling! Op onze site staat een filmpje over Pippi en Zaza in de speeltuin van Driel, dit werd landelijk 15.000 maal bekeken!



Wombat?

Wachten.....waarop? Er staat een Wombat struinrolstoel voor ons klaar. We hebben een toezegging voor financiering, de verzekering en de locatie zijn geregeld. Maar ja, ondanks vele mailtjes zit er geen schot in. Hoe dat nu kan??



Mengkraan of douchekop met warm- en koudindicatie

Een mengkraan met ledverlichting of een opzetstuk voor de mengkraan is een oplossing voor personen die gevoelsstoornissen hebben of het verschil niet weten tussen de warme en koude kraan. Doordat het water rood=heet, of blauw=lauw of groen=koud kleurt, zullen ze zich niet zo snel verbranden.



Momenteel via internet voor € 7,95 onder andere te koop bij www.megatopper.nl/Lichtgevende-kraan-Led

Bron: website Dichterbij.nl

Google Home, praat tegen je huis

Google Home werkt met een serie slimme speakers voor thuis. Door het commando 'Hey Google' of 'OK Google' uit te spreken laat je het systeem opdrachten uitvoeren.



Google Home kan communiceren met meerdere slimme apparaten in huis, zoals de verlichting, thermostaten en beveiligingscamera's. Je kunt bijvoorbeeld vanuit je bed alvast het koffiezetapparaat laten opwarmen. De slimme speakers zijn voor circa € 150 overal te koop.

Stemlokalen Overbetuwe

Op 26 maart en op 23 mei vonden er verkiezingen plaats. Sinds dit jaar moeten alle stemlokalen toegankelijk zijn voor kiezers met lichamelijke beperkingen. In februari was hierover al contact met de SGO om te kijken waar er nog verbeterpunten waren die zoveel mogelijk vóór 26 maart uitgevoerd zouden worden:

- In Valburg werd een extra drempeloprit aangelegd, deze voldeed prima!
- Er werden extra instructies aan de medewerkers van het stembureau gegeven.
- De deurdrangers zouden eraf gehaald zijn, of deuren zouden open staan.
- Aanwezige drempelopritjes zouden op de juiste plek liggen.
- Iedereen kon of mocht om hulp vragen.
- Elk stemlokaal kreeg een loop en een verlaagd stemhokje.
- Zo nodig kon men bij de gemeente een grootletter kiesoverzicht aanvragen.

Daarnaast kwam er extra informatie in de pers, alle stemlokalen zouden toegankelijk zijn.

Na de eerste verkiezingen in maart hebben we een aantal mensen gevraagd wat hun ervaringen waren. Meerdere locaties waren prima in orde. Maar het grootste euvel waren de deurdrangers die op meerdere locaties verhinderden dat mensen überhaupt naar binnen konden.

"Ik weet niet hoe de dranger eraf kan".

Dat kwam omdat de stembureau medewerkers niet wisten hoe ze de dranger eraf konden halen en/of dat ze het te koud vonden om de deur open te laten staan. Daardoor lagen er soms ook de drempelopritjes naast de deur omdat deze anders niet dicht kon. En hoe kom je een gebouw binnen als er zware dranger en geen toegankelijke bel is? Of als er een groot rooster voor de deur ligt. Niet overal waren verlaagde stemtafels. En soms werd het echt niet op prijs gesteld dat je er iets van zei. Kortom er mankeerde nog wel het een en ander...



De column van Lidy: Mopper!

Lidy (53) woont samen met haar man, Gerrit Jan en hun zoon (19) en dochter Yasmine (17). Twee andere zonen (21 en 23) wonen buitenshuis. Yasmine is bekend met het syndroom van Albright. Voor haar betekent dit dat ze, onder andere, een verstandelijke beperking heeft. Lidy vertelt in haar column hoe het dagelijkse leven eruit ziet van een kleurrijk gezin.

Bepakt en bezakt komen we terug uit het dorp. Even zag het ernaar uit dat we niet zouden gaan, omdat Yasmine 'haar mopper' vanaf vanmorgen al aanhad. Meestal lukt het wel om 'haar mopper' met humor weer uit te zetten, maar vandaag was 'haar mopper' hardnekkig. Als ze 'haar mopper' aan heeft, is niets goed en is er geen land met haar te bezeilen. Meestal kunnen we wel herleiden waar 'haar mopper' vandaan komt. Vaak is dat een uiting van spanning over bijvoorbeeld een logeerpartij die op stapel staat. Maar vandaag tasten we in volledig in het duister. Zowel Gerrit Jan als ik zijn ermee bezig. Tevergeefs. Ze ligt boven in haar bed, kleren aan en haar iPad op een behoorlijk volume. Huilen en snot uit haar neus en boos roepend: "Ik wil niet!".

Ik bemerk bij mezelf dat ik hier echt geen zin in heb. En dan moet ik op gaan letten dat ik zelf niet boos ga worden,

want dat leidt al HELEMAAL nergens toe. Maar ja, ik ben ook maar een mens.

Vanmorgen heb ik me eerst heerlijk laten verwennen door de schoonheidsspecialiste en stond op standje 'zen' toen ik thuis kwam. Vrijwel meteen was die 'zen' stand over en moest ik schakelen naar de 'aan' stand, want Yasmine wilde, liefst acuut, het pictoverzicht van de logeerweek. Iets dat ik niet had en dat ik haar had beloofd om via de mail navraag naar te doen. Stom, nog niet gedaan, dus meteen maar een mailtje gestuurd..... Maar we waren bij Yasmine, die boos op haar slaapkamer zat en waar Gerrit Jan en ik voor haar dichte deur stonden. Ik probeer het tafereel van onszelf met z'n tweeën op de overloop te zien en realiseer me dat dit niet gaat helpen. Ik vraag Gerrit Jan om de tandem buiten te zetten. Ik ga de slaapkamer van Yasmine binnen en vraag rustig aan haar of ze met me mee wil op de fiets naar het dorp. Ik stel voor om een pyjama te gaan kopen, die ze mee kan nemen naar het logeerweekend. Mmmm..... dat lijkt te helpen. Dan krijgt ze niet snel genoeg haar sandalen aan en lijkt de mopper weer naar boven te komen. Zelf begin ik er ook genoeg van te krijgen, dus ik ben duidelijk naar Yasmine toe dat ik het gezellig vind om samen met haar een pyjama te gaan kopen,

maar alleen als ze rustig is en haar mopper thuis laat. Ze kiest eieren voor haar geld en na een paar minuten zitten we op de fiets op weg naar het dorp. Het is lekker fris buiten met een klein zonnetje. We fietsen naar de Livera en Yasmine zoekt een paar leuke pyjama's uit die ze gaat passen. We nemen er uiteindelijk twee mee. Nog even langs de drogist en naar de bakwinkel voor de gemberthee. Daar aangekomen zien we allerlei leuke cadeaupakketjes staan. Als ik door wil lopen richting de thee, zegt Yasmine dat we een cadeautje mee kunnen nemen voor Lisette, een van de begeleidsters bij het logeren, die afscheid neemt. We zoeken een leuk glazen potje met 'dank je wel thee' erin en een leuk thee-ei erop. Dan herinner ik me dat we binnenkort ook afscheid moeten nemen van onze eigen kinderarts. En ja, dat is een heel ander verhaal. Zij heeft ons bijna 16 jaar begeleid. Zij was het die ons 16 jaar geleden naar Nijmegen stuurde om een andere arts, waarmee zij samenwerkte en die veel verstand heeft van het Albright syndroom, te consulteren. Zij was het die ons de diagnose van Yasmine vertelde. Zij was het die meedacht, steeds goed de bloedwaardes liet onderzoeken, ons naar de kindercardioloog stuurde, ons naar de orthoptist stuurde. Zij was het die ook oog voor ons als ouders had. Zij was het ook die ons steeds bij naam noemde en zij was het die ons persoonlijke aandacht gaf. En zij is het ook die we enorm gaan missen. Want... binnenkort wordt Yasmine 18 en moet ze naar de volwassenenafdeling in het ziekenhuis.

Er onvoorwaardelijk voor ons te zijn, ons het vertrouwen geven dat haar handicap niet het einde van de wereld is

We kopen een witte theemok met daarop de tekst: 'Magic is something you make'. En dat is wat zij voor ons betekend heeft: er onvoorwaardelijk voor ons te zijn, ons het vertrouwen gegeven dat haar handicap niet het einde van de wereld is en een luisterend oor in tijden dat we het nodig hadden. Oh....wat gaan we haar missen.....

Sportief bezig

Alternatieve Zwemvierdaagse

Eind mei is de traditionele Alternatieve Zwemvierdaagse alweer gestart. Het is inmiddels al de 18e keer dat EZ&PC en sportcentrum De Helster dit evenement organiseren.



De zwemvierdaagse wordt verdeeld over 5 maandagen gezwommen, zodat men ook één keer kan overslaan. Een groep van circa 15 zwemmers zwemt baantjes. De één zwemt op de gewone manier, een ander zwemt alleen maar baantjes op de rug en een volgende 'loopt' met behulp van een wetbelt.

Iedere maandag moet men minstens 10 banen, dus 250 meter zwemmen. Er mag na iedere 50 meter indien nodig even gerust worden.

Supporters zijn welkom!

Op 1 juli is de uitreiking van de medailles door een gast, elk jaar weer een verrassing! Met koffie en gebak is dit ook meteen de afsluiting van het zwemseizoen. Op de foto van een paar jaar geleden speldt burgemeester mevrouw Tuinman de medaille op bij Elly Spaargaren.



Ook zwemmen?

Wilt u ook gaan zwemmen? Zowel zwemmers (met een lichamelijke beperking) als nieuwe vrijwilligers zijn van harte welkom. Kom gerust een keer kijken, op een maandag tussen 11 en 12 uur als supporter bij de zwemvierdaagse of in het nieuwe seizoen. Op maandag 19 augustus start het zwemmen weer!

Kijk op www.ez-pc.nl/afdelingen



Elster Zwem- & Poloclub

Let's Twirl in Elst

Ben je op zoek naar een unieke sport? Hou je van dansen en bewegen op muziek? Vind je het leuk om te trainen in een team, maar heb je een handicap? Dan is het twirling team Uniek iets voor jou! Niets moet, alles mag!



Twirlingambassadeur Amber in actie

Team uniek is bedoeld voor kinderen en jongeren met een lichamelijke handicap, verstandelijke handicap, meervoudige handicap en/of een niet-aangeboren hersenletsel. Iedereen is welkom en bij ons is iedereen gelijk! De trainingen vinden plaats op woensdag van 17.30 tot 18.30 uur bij 'De Kruisakkers', De Kruisakkers 5, 6662 DV Elst. De contributie bedraagt 15 euro per maand. De eerste drie trainingen zijn gratis.

Meer informatie? Neem contact op met Inge de Klein: lets_twirl@outlook.com of 06-53876747

Schietsport

Bij Schietsportvereniging 'Op de Korrel' uit Bemmelen is de mogelijkheid om kennis te maken met de schietsport. Ook voor mensen met een visuele of andere beperking zijn er mogelijkheden.



Wil je meer weten? Neem contact op met:

Renier Hasselman: 0481-464858

E-mail: secretariaat@svopdekorrel.nl

www.svopdekorrel.nl

Arriva werk aan het spoor.... wat je dan moet weten

Op een zondag met de trein vanuit Heteren naar de Dinxperlo.....

Lia gaat regelmatig naar haar vriendin in Dinxperlo. Ze reist dan per OV bus naar het station in Arnhem-Zuid. Daar stapt ze zonder problemen in de Arriva trein naar Doetinchem en vanuit daar weer in de bus. Trein en bus zijn toegankelijk, niemand nodig! Dat was ze ook deze keer van plan en ze keek ruim van tevoren, op dinsdag, welke trein ze zou moeten nemen.

Echter op zondag, op weg met de bus naar Arnhem-Zuid ziet ze plots dat er die dag werkzaamheden zijn en er vanaf Arnhem snelbussen richting Doetinchem rijden. En die blijken ter plekke dus niet rolstoeltoegankelijk te zijn. Wat nu? Volgens de twee aanwezige Arriva medewerkers had ze in dit geval tijdig (?) telefonisch moeten melden dat ze per rolstoel zou reizen. Tsja dat moet je dan wél weten.

En warempel in het algemeen staat dit keurig netjes op hun website (zie hiernaast) maar dit wordt helaas niet bij de actuele melding van de werkzaamheden aangegeven. Daar staat alleen het bericht dat er vervangende bussen rijden.

Gelukkig heeft Arriva de zaak netjes opgelost door een rolstoeltaxi te laten komen die Lia gratis naar Dinxperlo heeft gebracht

Helaas moest Lia wel een uur wachten op een beschikbare chauffeur.

Maar het is dus goed om te weten dat je in geval van werkzaamheden aan het spoor tijdig (een ruim begrip) Arriva moet bellen om vervangend taxi rolstoelvervoer aan te vragen.



Handige info over stations en treinen van de NS staat in dit boekje op de site van de NS!



Taxiservice bij werkzaamheden en storing.

Onderhoud en verbetering van het spoor en stations kan op bepaalde momenten leiden tot hinder voor het treinverkeer. Ditzelfde geldt voor bijvoorbeeld een sein- en wisselstoring. Wij rijden in zo'n situatie met touringcars als treinvervangend vervoer. Deze touringcars kennen alleen niet dezelfde toegankelijkheid als onze treinen. Reizigers met een beperking bieden we daarom een taxiservice. Je kunt je reis vooraf kenbaar maken door telefonisch contact met ons op te nemen via 0900 2022022 (2 cent per minuut met een starttarief van 4,5 cent, plus je gebruikelijke belkosten).

OV-Begeleiderskaart

Speciaal voor begeleiders van mensen met een beperking is er de OV-Begeleiderskaart. Zij mogen op vertoon van deze kaart gratis meereizen. De persoon die wordt begeleid moet wel zijn ingecheckt met een OV-chipkaart. Omdat bijna alle Arriva-treinen gelijkvloers zijn, kunnen mindervaliden meestal ook zonder hulp van een begeleider reizen.

Toegangspas Begeleider

Als je recht hebt op een OV-Begeleiderskaart, ontvang je automatisch een Toegangspas Begeleider. Met deze Toegangspas kan je begeleider de poortjes op de stations openen. Het is geen vervoerbewijs. Reizen kan alleen met de OV-Begeleiderskaart. De Toegangspas is gratis en 5 jaar geldig.

Website SGO



What You See is What You Get: WordPress

Zoals u eerder al heeft kunnen lezen heeft de SGO hulp gekregen bij het bouwen van onze nieuwe website via een Match van de Oost Betuwse Uitdaging. Inmiddels is de website SGO-overbetuwe klaar. We zijn er heel erg blij mee. Frans Pronk van het webbureau IFRA heeft ons met veel kennis en kunde geholpen en er zelf ook nog de nodige tijd aan gespendeerd. Waarvoor onze dank!

Als tegenprestatie bood de SGO hem ruimte in ons blad aan om zijn bedrijf onder de aandacht te brengen. IFRA is een webbureau dat vooral graag samenwerkt met professionele freelancers.

WordPress websites en webshops kenmerken zich door een zeer gebruiksvriendelijk CMS (contentmanagementsysteem). Hiermee is het heel eenvoudig zelf je website bij te houden of aan te passen! Ook als je geen tot weinig technische kennis van programmeertalen hebt. Met de wysiwyg-methode (What You See Is What You Get) zie je precies wat je doet! IFRA stelt je een offline oefensite ter beschikking. Die kun je gebruiken om de gewenste website vorm te geven. IFRA geeft ook een 4-tal workshops WordPress. Kijk voor info op www.ifra.nl of mail info@ifra.nl

IFRA sponsort kwilopvallen.nl voor het goede doel al ruim 10 jaar door middel van het ter beschikking stellen van de informatieve website, hosting en domeinregistratie. De oorspronkelijk als vriendengroep gestarte IWO loopt dit jaar ook weer de Nijmeegse Vierdaagse waarbij zij zoveel mogelijk willen opvallen in de media om daarmee deze aandacht door te sluizen naar Stichting Kinderdroomwens en de Kanjerdagen. De stichting kinderdroomwens probeert met zo weinig mogelijk middelen een maximaal effect te bereiken voor kinderen in de leeftijd van 6 t/m 18 jaar die een ernstig trauma hebben of aan een langdurige of ernstige ziekte lijden.



De Verteller

Windows 10 beschikt over een ingebouwde stem die tekst van het scherm kan oplezen: de Verteller.

De Verteller is ontwikkeld voor mensen met een visuele beperking. De stem van de Verteller leest tekst van het beeldscherm op.



Hoe werkt het?

Schakel de Verteller in via de sneltoets Windows-toets+Ctrl+Enter. Met dezelfde toetscombinatie gaat de Verteller trouwens ook weer uit. De stem leest meteen de vensters voor die in beeld verschijnen. Het is in het begin wel even wennen... ..

“Appèl rampe d'accès”

Tijdens een weekendje in het oude, prachtige centrum van Lille (Frankrijk) vielen mij dit soort bordjes op. De oude panden zijn prachtig en veelal opgeknapt tot winkel of eetgelegenheid. Aan de sticker/bordjes zie je dat ze over een drempeloprit beschikken. Je belt gewoon even als je een drempeloprit (rampe) nodig hebt.



Column van Margrethe: Als je zelf ziek bent

Ik ben getrouwd met Mark. Wij hebben twee dochters, Pippi (10) en Zaza (7). Zaza heeft Cerebrale Parese. Ze is ernstig lichamelijk beperkt.

“Mama heeft twee gaatjes in haar buik.” Ik hoor het mijn andere dochter nog zeggen in 2012, toen haar zusje werd geboren door middel van een keizersnede.

Nu ben ik vier gaatjes rijker, want ik ben geopereerd aan mijn galblaas.



Kort na de geboorte van onze jongste dochter kreeg ik galstenen. Dat is ontzettend pijnlijk. Ik kreeg toen onderzoeken en de conclusie was, dat mijn galblaas verwijderd moest worden. Ja, hoe doe je dat als je net in de achtbaan zit na de geboorte van je gehandicapte kind? (En ik hou al niet van achtbanen). Ik stelde de operatie uit en uit en uit...

De achtbaan had zoveel haltes: spoedgeboorte, reanimatie, pijn, verdriet, reflux, overstrekken, huilbaby, opnames, revalidatiecentrum, diagnose CP, stoppen met werken, de komst van hulpmiddelen, het besef dat je kind gehandicapt is, verdriet..... en ga zo maar door.

Maar eind 2018 kan het niet langer wachten. Ik had zoveel pijn en zo vaak. Ik werd geopereerd. Ik zag erg op tegen de tijd ná de operatie, waarin fysiek zorgen voor de kinderen niet mogelijk zou zijn.

We planden het op de laatste dag van een schoolvakantie. Zo was mijn man de twee dagen erna vrij en gingen de meisjes daarna 8 weken naar school. Dat scheelt weer heel wat uren zorg overdag. Voor de eerste twee weken nam mijn man zorgverlof op, voor en na schooltijd. En tussendoor ging hij werken en vroeg ik buurtgenoten, vrienden en familie om te helpen in huis met het huishouden.

Je kunt hiervoor gemakkelijk www.huppla.nl gebruiken. De site helpt je de klussen en de mensen overzichtelijk aan elkaar te koppelen.

De laatste week kreeg ik hulp van de tillift en vrijwilligers via Forte Welzijn: Forte Thuis. En ook deze weken kan ik rekenen op helpende vrienden, burens en familie.

Ik vond het van te voren een heel geregeld en ik zag er behoorlijk tegenop. Ik ben blij dat ik nu weer gezond ben en weer energie kan steken in ons gezin!

Toegankelijkheid

Rolstoeltoegankelijk Arnhem op de kaart met Ongehinderd App



Hester van Rolstoeltoegankelijk Arnhem is gestart om de toegankelijkheid van winkels, restaurants en openbare gebouwen in Arnhem in kaart te brengen met de App: 'Ongehinderd'. De bedoeling is dat je in één oogopslag kunt zien of b.v. een restaurant toegankelijk is.

Hester kan natuurlijk niet alleen alle locaties in Arnhem invoeren. Zij is daarom een groepsapp begonnen waar andere rolstoelers zich kunnen aanmelden om vrijwilliger te worden en te helpen met het invoeren van locaties. Op dit moment zijn er 10 vrijwilligers actief bezig. De bedoeling is dat elke vrijwilliger een stukje Arnhem-stad bezoekt. De winkel of het restaurant dat je bezocht hebt test je op de toegankelijkheid. Dan ga je naar de app 'ongehinderd' en voer je je bevindingen in. Om geen dubbel werk te doen communiceren de vrijwilligers via de groepsapp over wie welke locaties doet.

Wil je Hester helpen, bel 06-33585659 of mail naar rolstoeltoegankelijkarnhem@gmail.com

App Ongehinderd gebruiken

Door jouw ervaringen over de toegankelijkheid te delen geef je anderen meer keuzevrijheid. Daarom kan iedereen zelf locaties beoordelen met de Ongehinderd app. Je hoeft geen expert te zijn. In de app plaats je eenvoudig en stap voor stap een beoordeling. Kijk daarvoor op Ongehinderd.nl "voor gebruikers"

Hester gaat bovendien het gesprek aan met winkeliers, musea en dierentuinen over het verbeteren van de toegankelijkheid en het aanbieden van begeleiderskorting.

Huidige aanbod en korting bij musea

Museum Bronbeek, de begeleider betaalt 3 euro in plaats van de volle entreprijs

Eusebiuskerk, de glazen balkons zijn per rolstoel niet te betreden maar de toren en de lift ernaartoe wel. De begeleider is daarom gratis

Watermuseum, de begeleider is gratis.

Dierenpark Amersfoort, de begeleider is gratis

Airborne museum, de begeleider is gratis

Burgers Zoo, de begeleider betaalt 10 euro. Melden bij de kassa van Burgers Zoo, ze willen de korting niet melden op de site omdat ze per persoon bepalen of de korting gegeven wordt. Geen korting voor scootmobielers

Kröller-Müller museum, de begeleider heeft gratis entree. Het museum ligt in natuurpark 'De Hoge Veluwe'. Normaal parkeert men de auto op het parkeerterrein buiten het park en fietst men naar het Kröller-Müller. Als je bij kassa van het parkeerterrein aangeeft dat je met een rolstoel bent dan mag je met de auto doorrijden tot aan het museum en daar parkeren. Om 'De Hoge Veluwe' per fiets te bezoeken zijn er (elektrische) rolstoelfietsen te leen. Deze moet je wel reserveren via de site van de 'De Hoge Veluwe'. Je mag de fiets voor 4 uur lenen.

Om zeker te zijn van begeleiderskorting: bel het museum, dierentuin of pretpark voor je bezoek even op om niet voor vervelende verrassingen te komen staan.

ROLSTOELWANDELING MET DE BOSWACHTER DOOR SONSBEERPARK

Datum: Zaterdag 15 juni 2019

Tijd: 13:00 verzamelen bij
Sonsbeek Paviljoen.
(Zijpendaalseweg 30)

Kosten: Gratis.

Duur: De wandeling duurt ongeveer
1,5 uur. De boswachter zal
vertellen over de natuur in
Sonsbeekpark.

Voor Wie: Iedereen in een
rolstoel, scootmobiel of met
een rollator.

Graag telefonisch opgeven:
06 33 58 56 59

**Als u zich opgeeft, graag wel komen i.v.m het
beperkte aantal beschikbare plaatsen.**

max. één begeleider

Toegankelijkheid, vervolg

Op de grond naar het toilet....

Soms ben je onderweg en dan moet iemand verschoond worden. Vaak is de enige mogelijkheid dan dit op de grond van een rolstoeltoilet te doen..... Immers er zijn nergens verschoontafels voor



grotere kinderen of volwassenen. En dan te bedenken dat die toiletten vaak ook niet schoon zijn, het op de grond koud en hard is en het ook nog eens erg slecht voor je rug is.

Slechts in sommige aangepaste accommodaties zijn er douchebrancards, of hoog-laagbedden te vinden. Eigenlijk zouden er in de Overbetuwe ook meer (openbare) accommodaties moeten zijn waar dit mogelijk is, bijvoorbeeld in het gemeentehuis of de sporthal?

We zagen op internet bijvoorbeeld deze hoog-laag wandcommode (www.sani-assist.nl/aankleedtafels/wandgemonteerd).



Oproep

Ook landelijk wordt hier veel aandacht voor gevraagd. Kijk op Bosk.nl/actueel. EMB Nederland, CP Nederland en SBH Nederland horen graag wat de wensen voor verschoningsplekken van ouders en zorgvragers zelf in Nederland zijn. De drie verenigingen gaan alle reacties verzamelen. Bij voldoende respons willen zij kijken wat ze kunnen doen om meer en betere 'Changing Places' in Nederland te regelen. Stuur daarom je droom, wens of obstakels rond verschoningsplekken in via info@embnederland.nl. Bekijk het voorbeeld van Lotte [voorbeeld van Lotte](#) als inspiratie voor je bijdrage.

Gemiste kans....

Rolstoeltoilet gesloopt....



Tijdens onze speurtocht naar bestaande Rolstoeltoiletten gingen we ook bij Pannenkoekvilla Hartelust in de Dorpsstraat in Elst langs. We troffen de nieuwe eigenaar die ons vertelde dat ze de boel aan het verbouwen waren; het wordt een Bistro. Helaas bleek daarbij het rolstoeltoilet gesneuveld, de ruimte was hard nodig om een garderobe te maken.... En de nieuwe eigenaar vond een rolstoeltoilet ook niet nodig!

Voor de zekerheid maar even bij de gemeente geïnformeerd of dit überhaupt wel mag, immers er is nieuwe wetgeving dat bij nieuwbouw van openbare gebouwen een rolstoeltoilet verplicht is. Maar bij verbouw van bestaande gelegenheden is dit dus niet het geval. Het mag....

Maar niet slim en wel zeer ongastvrij, vinden wij.



Op Spierziekten.nl staat erg veel handige, leesbare en actuele informatie op een rijtje over alle vormen van Spierziekten, Wetten en Regels, Zorgthema's en ook een Zorgwijzer.

Zo is er een thema Voeding met tips voor diëten (o.a. bij slikproblemen) en recepten.

'Een kijkje in de keuken: Lekker koken en eten met een spierziekte' is een kleurig boekje over en voor mensen met een spierziekte. Met onder meer tips, links, enkele recepten en goede ideeën over lekker koken en eten. Een kijkje in de keuken, geschreven door Eelke Kelderman, is een uitgave van Spierziekten Nederland en het Prinses Beatrix Spierfonds. Gratis te downloaden!

U vindt er ook een verwijzing naar www.dietistenvoorspierziekten.nl waarop 'Factsheets' met tips, adviezen en mogelijke hulpmiddelen voor mensen met ALS bij het eten te vinden zijn. Bijvoorbeeld welke hulpmiddelen er zijn bij een verminderde handfunctie.



Een voorbeeldpagina uit het boekje.

Tips en links

Handige hulpjes

Op www.hulpfondsfonds.spienziekten.nl staan allerlei handige leefhulpmiddelen tips bij elkaar, van elektrische geder, algemene leef hulpmiddelen. Veel mensen te koop in een winkelwiel. Kijk ook even op www.speakers.nl en www.mechanisch.nl.



Slim bedacht: koken aan een bureau

Een beperkt budget en toch een hoog-laag keuken? Bij vakantie-boerderij 'Koe in de kist', koken ze voor een in hoogte verstelbaar bureau om de keuken onderijdbaar en voor iedereen op de juiste hoogte te maken. Kijk bijvoorbeeld eens bij IKEA voor een verstelbaar bureau.

bijzonder Thuisafgehaald



Maaltijden ruilen

Geen zin of puf om elke dag te koken? Op www.thuisafgehaald.nl zie je wie er bij jou in de buurt maaltijden over heeft. Je kunt je ook aanmelden voor 'Bijzonder Thuisafgehaald', je spreekt dan met iemand af die bijvoorbeeld welblijfs voor je kookt.



Lastig om een waterkoker op te tillen?

Met de 'My tea' waterkoker van DCMO krijg je met een druk op de knop een perfect te deurt, niet in je knop. Beschikbaar in rood, groen en zwart.

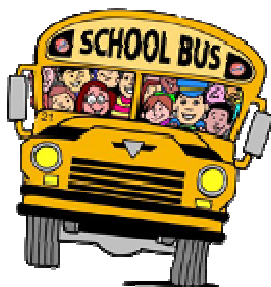
Bron;
Spierziekten.nl

Bedankt!

Eline liet weten dat ze het schrijven van columns over haar dochter Frédérique voor de SGO helaas gaat beëindigen. "Nu zij op het ProCollege zit doet ze het supergoed. Buiten de standaardonderwerpen (leerlingenvervoer en onderwijs) is er niet veel meer te melden om de lezers te boeien".

Het gaat dus goed met hen, lekker druk met 2 tieners en allebei een drukke baan.

Eline super bedankt voor je mooi geschreven, informatieve en herkenbare columns! En voor de hulp om ons blad van een nieuwe lay-out te voorzien!



Bep Janssen uit Oosterhout is verhuisd naar Beuningen. Voor de SGO een lichte shock want zij is al ruim 25 jaar betrokken bij de SGO. Aanvankelijk omdat Jan, haar man, penningmeester was van het platform in Oosterhout/Valburg/Heteren en later ook van de SGO. Na zijn overlijden bracht Bep jarenlang de dikke stapel SGO nieuwsbladen rond. Zij zorgde ervoor dat de SGO in Oosterhout bij iedereen bekend was. Gelukkig blijft Bep voorlopig betrokken bij het gebeuren in Oosterhout. Ook houdt ze ons nog op de hoogte van de laatste nieuwtjes in het dorp. Immers Bep is actief in tal van dorpsactiviteiten zoals de Zonnebloem en het koersbal. Bep dankjewel voor alles wat je jarenlang voor de SGO gedaan hebt! En we wensen je veel plezier en alle goeds in je nieuwe woning in Beuningen!



Nieuwe bezorgers

In Oosterhout heeft Bep een nieuwe bezorgster voor ons SGO blad aangemeld, hartstikke fijn! En er zijn enkele mensen die als reservebezorger in Elst willen fungeren! Handig, immers door vakantie, ziekte en dergelijke kan niet iedereen altijd de bladen bezorgen....



Op zoek in Driel

Wel zijn we nog op zoek naar een extra bezorger in Driel.

Wie wil eens in de 3 maanden een

stapeltje van ca. 15 bladen rondbrengen? De stapel wordt bij u thuis gebracht. Bel de secretaris 0481-376040

Nieuwe Websitebeheerder

Inmiddels heeft zich ook iemand gemeld om voor de SGO mede onze website te gaan onderhouden, heel fijn want met een goed leesbare site met actuele info zijn al onze activiteiten terug te vinden.



Dit jaar geen Vrijtijdsmarkt

De Vrijtijdsmarkt is vanaf 2020 voortaan op de derde zaterdag van juni: de dag voor Vaderdag. Er zijn meerdere redenen om dit te doen.

De markt zal voortaan samen met het NK Straatmuzikantenfestival plaatsvinden. Door

plotselinge flinke pech zit de organisatie (tijdelijk) met te weinig vrijwilligers om op korte termijn de markt georganiseerd te krijgen. Daarop is besloten om dit jaar over te slaan.

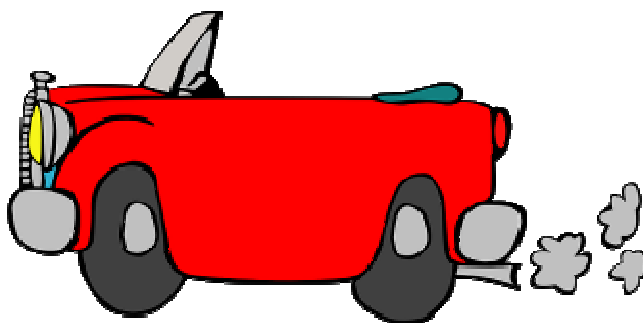
In 2020, op zaterdag 20 juni zal ook de SGO weer present zijn.



Harmonisatie van gemeentelijke milieuzones

Het kabinet heeft een voorstel aangenomen voor de harmonisatie van gemeentelijke milieuzones. Dit is goed nieuws! Want op aandringen van Ieder(in) is hierin ook een landelijke vrijstelling opgenomen voor rolstoeltoegankelijke voertuigen en voor aangepaste dieselauto's.

Deze landelijke vrijstelling was hard nodig omdat steeds meer steden milieuzones instellen die oudere dieselauto's de toegang tot de stad ontzeggen. Het onbedoelde effect hiervan was dat mensen met een aangepaste oudere dieselauto de stad ook niet meer in kunnen. Hierdoor kunnen ze bijvoorbeeld niet langer zelfstandig naar werk, school, winkels enzovoort. Sommige steden hebben daarom voor deze auto's een uitzondering gemaakt. Maar deze vrijstelling geldt vaak weer niet voor milieuzones van andere steden. Mooi dus dat er nu een landelijke vrijstelling is opgenomen!



Het kabinet heeft ingestemd met het voorstel. In principe kunnen de Tweede en Eerste Kamer nog aangeven dat ze over het voorstel willen debatteren. Maar de verwachting is, dat beide Kamers geen bezwaar zullen hebben tegen dit aspect van het voorstel. De landelijke ontheffing zal per 2020 ingaan. Bij aangepaste auto's geldt de ontheffing als de aanpassing meer dan 500 euro heeft gekost.

Bron: Ieder(in)

Wmo abonnementstarief

Na de Tweede Kamer heeft ook de Eerste Kamer eensgezind ingestemd met de invoering van het Wmo-abonnementstarief. Dit is een maximum van 19 euro per maand aan eigen bijdragen voor hulp en ondersteuning via de gemeenten. Naar schatting zo'n 150.000 huishoudens gaan er met dit tarief op vooruit.

"Mooi dat dit abonnementstarief ook door de Eerste Kamer is aangenomen. We hebben ons afgelopen jaren keihard ingezet voor deze maximale eigen bijdrage voor de Wmo. Dit is een opluchting voor veel mensen met een beperking", reageert Ieder(in)-directeur Illya Soffer.

Werking van abonnementstarief

Voor 2019 was er al een abonnementstarief ingevoerd voor vrijwel alle maatwerkvoorzieningen. Dit betreft 17,50 euro per 4 weken. Om het abonnementstarief ook te laten gelden voor bepaalde algemene voorzieningen, is er een wetswijziging nodig. Het wetsvoorstel is aangenomen en de wet treedt in werking vanaf 1 januari 2020.

Dit betekent dat vanaf 1 januari 2020 een abonnementstarief geldt van 19 euro per maand voor vrijwel alle maatwerkvoorzieningen (alleen niet voor beschermd wonen en opvang) en kan gelden voor algemene voorzieningen. Het is aan de gemeente om te bepalen voor welke algemene voorzieningen het abonnementstarief geldt.

Het zou in ieder geval moeten gelden voor voorzieningen met een 'duurzame hulpverleningsrelatie' (langer dan 6 maanden). In de wetsbehandeling is begeleiding als voorbeeld genoemd van een algemene voorziening waarvoor het abonnementstarief gaat gelden.

Eigen bijdragen Wlz verlagen

Dit maximumtarief is een goede eerste stap tegen de stapeling van zorgkosten waar mensen mee te maken hebben.

Ieder(in) dringt ook aan op verlaging van de hoge eigen bijdragen voor langdurige zorg (Wlz) en verlaging van het eigen risico voor de zorgverzekering.

Minima-voorzieningen onaangetast laten

Ieder(in) houdt de komende tijd in de gaten hoe het abonnementstarief wordt uitgevoerd door gemeenten.

Hulp en ondersteuning via de gemeenten mag zeker niet achteruit gaan. Het abonnementstarief mag niet tot verkapte bezuinigingen leiden.

Voorzieningen voor mensen met een minimuminkomen (zoals vrijstelling van eigen bijdragen Wmo) moeten gewoon overeind blijven.

Mensen kunnen problemen of ervaringen met het Wmo-abonnementstarief melden bij Ieder(in)

Handige apps

Oefenapp voor zelfstandig herstel na beroerte

Wie kort na een beroerte fysieke oefeningen doet, is sneller zelfstandig en kan eerder naar huis. De Oefenapp en ook de aan te schaffen Oefengids Beroerte geven gerichte oefeningen, waaronder alledaagse zoals tandenpoetsen en gordijnen openen. Hiermee werkt een patiënt zelfstandig aan herstel. In de App Store voor iOS-apparaten € 6,99, in Android voor € 5,99. De oefengids kan aangeschaft worden via: www.hersenletsel.nl



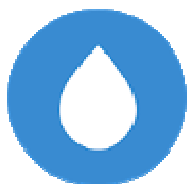
Parkinson Oefeningen

Filmpjes over ADL handelingen, zoals lopen, opstaan en gaan zitten. In de app wordt geen medische taal gebruikt zodat de app makkelijk te gebruiken is voor patiënten. De app is gratis voor Android en IOS.



Mijn Water Balans

Met deze app kun je je vochtinname bijhouden. Je klikt op 'een drankje toevoegen', kiest het drankje wat je neemt en kunt eventueel ook nog de hoeveelheid aanpassen. Als je regelmatig vergeet te drinken kun je een handige reminder instellen. Via een weekweergave kun je ook direct zien hoe jouw vochtinname over verschillende dagen is geweest. Gratis app voor Android en Apple.



Daisylezer

Een app met gratis gesproken boeken, speciaal voor blinden en slechtzienden. Met Daisylezer kunt u op ieder gewenst moment luisteren naar de gesproken boeken, kranten en tijdschriften in Daisy-formaat die worden aangeboden door Passend Lezen. De lectuur wordt aangeboden via streaming en wordt niet opgeslagen op uw mobiele telefoon of tablet. De app is gratis voor Android en IOS.



Happy Auto Wheels

Vertical Mega Ramp GT Stunts. Een racegame spelen per bank, koelkast, vuilnisbak, bumperauto, GT-auto, rolstoel, skateboard of andere rare wielen op de langste hellingen? In deze gameplay leer je alle soorten extreme rare racewielen kennen...



Runkeeper

Dit is een van de weinige apps die net zo toegankelijk is voor blinden en slechtzienden als voor mensen met normaal zicht. Lekker sporten met je persoonlijk coachingsprogramma op je mobiel! Volg je hardlooptrainingen, je wandelingen, fietsritten, trektochten en nog veel meer via de GPS van je smartphone. De app is gratis voor Android en IOS.



Toegankelijkheid

Zoek in de Apps store op 'Toegankelijkheid', de Apps die je daar vindt kunnen gebruikt worden bij alledaagse taken, communicatie en taal. Zo zijn er games voor mensen met een visuele beperking, gebaseerd op audio. Apps voor toegankelijke toetsenborden, ondertiteling, spraak- en motorische ondersteuning.

En voor slechtzienden, op de site van iCulture staat info over functies als:

- VoiceOver,
- Braille-invoer,
- Siri
- De loep die standaard op de iPhone en iPad staat.

Meer informatie: www.iculture.nl/special/blind

Tjarda Struik (28), slechtziend sinds haar zesde jaar, heeft dagelijks profijt van al die nieuwe technologie. "Veel mensen beseffen het niet, maar door mijn iPhone en iPad kan ik veel meer dan eerst." Als Tjarda iets niet kan lezen, zoals verkeersborden of een tekst op papier, maakt ze gewoon een foto. "Dan laat ik mijn scanner-app het voorlezen of zoom ik in." De voordelen ten opzichte van een loep lijken haar klip en klaar: "Een loep kost het tienvoudige, is zwaar en ziet er niet uit."

Agenda

Vierdaagse Niimegen

Van 16 t/m 19 juli 2019 is de 103e Vierdaagse van Nijmegen. Deelnemers die als gevolg van een chronisch functieverlies aan de onderste ledematen zijn aangewezen op een rolstoel kunnen, om voor het Vierdaagsekruis in aanmerking te komen, dispensatie aanvragen. Lees de voorwaarden bij de reglementen van de stichting Vierdaagse op www.4daagse.nl



Elsters Gezins Avondvierdaagse

Van 18 t/m 21 juni 2019 is voor de 42e keer de Elster Gezins Avondvierdaagse. Iedereen kan meedoen. Kijk voor meer info op: www.elstergezinsavondvierdaagse.nl Om de minder mobiele senioren uit woonzorgcentra Tertzio (Attent en Pleyade) mee te laten genieten wordt sinds 2014 de Elstars Walk & Roll avondvierdaagse georganiseerd. Meedoen of Meeduwen als vrijwilliger? Stuur een e-mail aan: info.Elstars@gmail.com

SJOC Avondvierdaagse

Van 10 t/m 15 juni 2019 is voor de 48e keer de SJOC Avondvierdaagse en pleinfesten in Herveld-Andelst. Iedereen kan meedoen! Info en programma op www.sjoc-avondvierdaagse.nl



DunoAir Windmill Cup

Tennisvereniging OTV in Oosterbeek organiseert tussen 13 en 20 juli 2019 de DunoAir Windmill Cup. 's Werelds beste tennissers van 12 tot 14 jaar spelen tijdens deze week een internationaal toernooi. Dit wordt gecombineerd met een rolstoeltennis-toernooi voor spelers tot en met 18 jaar.



Rolstoel4Daagse

Van 22 t/m 26 juli 2019 is de 31e Rolstoel4Daagse Twente. Het criterium is op maandag 22 juli en de Rolstoel4Daagse is van 23 t/m 26 juli 2019. Kijk op

www.rolstoel4daagse.nl om je in te schrijven!



Paracycling

Op 19 juni 2019 wordt in Well, Noord-Limburg het Nederlandse Kampioenschap Paracycling Tijdrijden gehouden. Paracycling, ook wel het aangepast wielrennen genoemd, is er speciaal voor iedereen met een beperking. Informatie op: www.twcnoord-limburg.nl



De HandbikeBattle

Op 13 juni 2019 vindt de HandbikeBattle plaats. Een sportieve handbikewedstrijd in Oostenrijk tussen handbiketeams van revalidatiecentra. Onder andere met de Maartenskliniek uit Nijmegen. Deze wedstrijd staat ook open voor individuele handbikers. Strijdtoneel is de Kaunertaler gletscher in Tirol, Oostenrijk. Voor sommigen een pure wedstrijd voor anderen de sportieve uitdaging van het jaar! Voor meer informatie: www.handbikebattle.nl



Agenda vervolg

6e Fotopuzzeltocht 2019

Op zondag **8 september** 2019 is alweer voor de 6e keer de Fotopuzzeltocht **voor scootmobiel, rolstoel en aangepaste fiets**. De start en finish zal dit jaar bij 'De Ruimte' in Elst zijn.



Gratis deelname en mooie prijzen te winnen. Het is een gezellige tocht met leuke vragen over de Overbetuwe historie en over de omgeving van Elst. U kunt zich nu al inschrijven! Aanmelden per mail: puzzeltocht@sgo-overbetuwe.nl of tel 06-53845306

Evenement voor kinderen uit de Overbetuwe

Op dinsdag 3 december 2019 wordt er een evenement speciaal voor kinderen met een beperking georganiseerd. Dit doet de SGO samen met de gemeente, een aantal kinderen en ouders. In het najaar volgt hierover meer informatie.

Hebt u ideeën laat het ons weten!

Week van Toegankelijkheid, Vrije Tijd

Van 7 t/m 11 oktober 2019 is hij er weer: de week van de Toegankelijkheid.

Het thema dit jaar is: Vrije Tijd.

Nu de vrijetijdsmarkt dit jaar in de Overbetuwe niet doorgaat, hebben we besloten om weer een keer aan te haken bij de landelijke Week van Toegankelijkheid.

We gaan een programma in elkaar zetten en zullen de SGO in die week in de gemeente op de kaart gaan zetten. Hebt u ideeën, een leuke hobby, of wilt u meedoen? Graag!

Uitjes

Museum4all voor mensen die minder goed zien



Museum4all is een online museumgids met speciale aandacht voor mensen die minder goed zien. Het doel is mensen te inspireren musea te bezoeken. Als bezoeker heb je ook de gelegenheid om op de website een vragenlijst in te vullen over jouw ervaring in een museum.

Ook laat de website aan musea zien hoe ze met eenvoudige aanpassingen de toegankelijkheid voor mensen die slechter zien kunnen verbeteren.

www.museum4all.eu/musea

Een goed voorbeeld is het poppenspelmuseum in Vorchten (Gld).

Uitmetkorting.nl

Zoek met trefwoord "toegankelijkheid"

Mensen met een lichamelijke handicap hebben in het dagelijks leven flink wat aanpassingen nodig.

Een dagje uit vraagt meestal om de nodige voorbereiding.

Uitmetkorting.nl wil mensen met een beperking graag wat ontlasten door duidelijkheid te geven over de toegankelijkheid van een dagattractie. Per provincie staat er een overzicht van de attracties met voorzieningen.

Op dezelfde site vind je ook [Rolstoelvriendelijke vakantieparken](#).



**De SGO zoekt versterking
voor ons basisscholenproject
"Gehandicapt maar toch Gewoon"**



**Enthousiaste mensen
(liefst met een
beperking) die graag
met kinderen werken**

Werk samen in een team van ca 8-10 mensen plus een hulphond. De lesochtend start met een voor de SGO gemaakte, spannende film, daarna volgt een vast programma met kleine groepjes kinderen uit groep 6 en 7.



**"Hoe is het om met een
beperking door het leven te gaan"**

Onderdelen van het programma zijn bijvoorbeeld gebarentaal spreken, braille lezen, met afgeplakte brillen en een taststok over een parcours lopen, in- en achter de rolstoel rijden. Binnen de Overbetuwe worden jaarlijks al ruim 20 jaar zo'n 15 klassen bezocht, altijd op een woensdag ochtend. Kom een keer meedraaien!

We zoeken ook hulp bij de organisatie

Dit houdt in om samen met een paar mensen scholen te bellen, afspraken te maken en materiaal te verzorgen.

Wilt u aan de slag?

Meldt u aan bij

Ans Selman tel 0488-454284

Riekje Brugmans tel 0481-376138

Website: sgo-overbetuwe.nl



**Zwemmen?
dat kan in Elst**

"Werken aan je belangrijkste bezit: je gezondheid"

Mensen met een fysieke beperking kunnen elke maandagmorgen van 11.00-12.00 uur zwemmen in zwembad de Helster in Elst*, onder begeleiding van bekwame vrijwilligers.

In het bad is een zwembadlift, er zijn bad-rolstoelen beschikbaar en in het water kunt u gebruik maken van specifieke drijfmiddelen. Er kan deelgenomen worden aan een aantal oefeningen.

Nieuwe zwemmers zijn van harte welkom!

**Alleen als er
vrijwilligers zijn**

Er zijn bij dit zwem uur altijd veel vrijwilligers nodig, liefst met een diploma reddend zwemmen.

We zijn op zoek naar U....

Meezwemmen of helpen? Bel Dickie Heij 0481-372617

Kijk op de website www.ez&pc.nl per mail zmfb@ez-pc.nl en op SGO-Overbetuwe.nl

(*Zwemmen met een fysieke beperking is een samenwerking tussen zwemclub EZ&PC en het Gehandicaptenplatform Overbetuwe)

