

VOORWOORD

Het is zomer! De vakantieperiode is aangebroken en voor veel mensen betekent dat wat extra vrije tijd. Iedereen vult dat op zijn eigen manier in. In deze nieuwsbrief leest u dat een (nieuwe) hobby oppakken, een boek lezen, actief en in beweging zijn hartstikke leuk én gezond is voor lichaam en geest.



Iets anders doen dan normaal laat onze hersenen werken en dat is goed. Het stimuleert creativiteit bij kinderen, gaat demantie tegen en verlegt de focus van de dagelijkse beslommeringen naar 'even helemaal niets'. Ik denk dat we daar allemaal baat bij hebben, nu of op een ander moment in het jaar.

Verder in deze nieuwsbrief: een aantal partijen vertellen wat ze voor u kunnen betekenen als het om gaat om regelgeving rondom sociale voorzieningen, digitaal zaken doen met de overheid of voor jezelf opkomen. Doe er uw voordeel mee.

Ik gun u allemaal een fijne zomer.

Lars van der Beek
Wethouder sociaal domein

INFORMATIEPUNT DIGITALE OVERHEID (IDO)

Putte heeft er een voorziening bij. Eén middag per maand is er het Informatiepunt Digitale Overheid (IDO) in Ontmoetingscentrum De Bunt voor hulp bij digitaal zaken doen met de overheid.

Tegenwoordig kun je van alles regelen via internet. Van een DigiD tot het aanvragen van een rijbewijs. Ook contact met de overheid gaat steeds vaker digitaal. Veel mensen vinden dit lastig. Voor iedereen die hierbij hulp kan gebruiken, is er het Informatiepunt Digitale Overheid (IDO) van de Bibliotheek West-Brabant.

Het IDO is gratis. Ook als je geen lid bent van de bibliotheek. Er is een IDO in de ontmoetingsruimte in de bibliotheek in Hoogerheide, waar iedereen twee dagen in de week terecht kan. Daarnaast is er nu iedere maand een pop-up spreekuur in Ontmoetingscentrum De Bunt in Putte.



Wethouder Lars van der Beek en Roos Herman, directeur-bestuurder van de Bibliotheek West-Brabant, openden op 25 april jl. samen het IDO in Putte. "Met een spreekuur op locatie verlagen we drempels en maken we informatie voor nog meer mensen toegankelijk", aldus Roos Herman. "Een benadering die helemaal past bij hoe we dat graag zien in onze gemeente", voegt Lars van der Beek daaraan toe.

Iedereen kan zo binnenlopen; een afspraak maken is niet nodig. U wordt ter plekke geholpen of er wordt samen met u een afspraak gemaakt bij een andere organisatie. Kijk voor meer informatie op www.bibliotheekwb.nl/ido.

Wanneer

Het pop-up spreekuur in De Bunt in Putte is van 13.30 tot 15.30 uur open op de volgende dinsdagen: 29 augustus, 26 september en 31 oktober.

In de Bibliotheek in Hoogerheide is er een medewerker aanwezig op dinsdagen van 10.00 tot 17.00 uur en woensdagen van 12.00 tot 17.00 uur. In de zomerperiode zijn er aangepaste openingstijden. Komt u voor het IDO, informeer dan van tevoren wanneer er een medewerker aanwezig is om u te helpen met uw vragen. Bel: 0165 552080.

KANS OP DEMENTIE VERKLEINEN



De maand juni stond in het teken van dementie. Ook Woensdrecht deed mee aan de campagne 'We zijn zelf het medicijn'.

Dementie is niet te genezen en er is ook nog geen medicijn beschikbaar. De beste optie die er is, is dementie zoveel mogelijk proberen te voorkomen. Een gezonde leefstijl verkleint de kans op dementie.

- Er zijn drie tips:
- o Blijf nieuwsgierig
 - o Eet gezond
 - o Beweeg regelmatig

Ambassadeur

Wethouder Lars van der Beek was ambassadeur van de campagne. In een filmpje promoot hij een gezonde leefstijl. Goed voor de hersenen, goed voor de gezondheid. Het filmpje kunt u terugkijken via onze Facebook-pagina.

'We zijn zelf het medicijn' is een campagne van o.a. GGD West-Brabant en Dementienetwerk West-Brabant. Zie ook: www.wezijnzelfhetmedicijn.nl/westbrabant.

AANDACHT VOOR LEZEN EN VOORLEZEN

Lezen is goed en belangrijk voor de ontwikkeling van je kind. Beginnen met voorlezen kan al spelenderwijs vanaf heel jonge leeftijd. De bibliotheek helpt je op weg met o.a. Boekstart en de BabyParade. Samenwerking is er ook in het basisonderwijs om leesprestaties te verbeteren en het leesplezier te vergroten.

BoekStart koffertje

(Voor)lezen is leuk! Je kunt samen met je kind al vanaf heel jonge leeftijd spelenderwijs genieten van boekjes. Samen plaatjes kijken en samen praten of zingen is goed voor het contact met je baby en voor de taalontwikkeling van je kind.

Om voorlezen aan jonge kinderen te stimuleren, kunnen alle jonge ouders bij de bibliotheek het gratis BoekStart koffertje ophalen. Bij BoekStart werken de Bibliotheek West-Brabant, de gemeente en het consultatiebureau samen.

Na de geboorte van je kindje krijg je via de gemeente een waardebond. Met deze bon kun je het BoekStart koffertje ophalen bij de bibliotheek. In dit koffertje zit een knisperboekje, een boekje + cd met kinderliedjes, voorleestips en een boekenlegger. Zo stimuleren we samen de taalontwikkeling van jonge kinderen al in de leeftijd 0-2 jaar.



BabyParade

De bibliotheek West-Brabant en TWB Thuiszorg West-Brabant organiseren iedere maand de BabyParade. Tijdens deze activiteit in de bibliotheek leren jonge ouders hoe je het beste kunt voorlezen aan baby's. En benadrukken we de positieve effecten daarvan op de (taal)ontwikkeling van kinderen op latere leeftijd. Regelmatig zijn ook interessante gastsprekers aanwezig.

De BabyParade wordt in de bibliotheek in Hoogerheide iedere eerste maandag van de maand georganiseerd van 10.00u-11.00u. In augustus is er geen BabyParade. Meedoen in Bergen op Zoom, Roosendaal en Steenberg is mogelijk.

Tijdens de BabyParade leer je ook andere ouders kennen en kun je onderling ervaringen delen. Behalve ouders, zijn ook opa's en oma's en verzorgers met kinderen van 0 tot 2 jaar van harte welkom. Dus neem jouw (klein)kind(eren) gerust mee!

De BabyParade is gratis. Ook als je geen lid bent van de bibliotheek. Je moet jezelf en je kind(eren) wel vooraf even aanmelden. In de agenda op de website van de bibliotheek vind je meer informatie:

<https://www.bibliotheekwb.nl/> (zoek binnen de site naar 'babyparade').

Gloednieuwe boekencollectie voor basisschool Ste Marie uit Huijbergen

Op maandag 15 mei heeft wethouder Lars van der Beek samen met de directrice van Basisschool Ste Marie, Annelies Zopfi, een gloednieuwe boekencollectie overhandigd aan de leerlingenraad van de basisschool.

Alle klassen hebben een grote kist met nieuwe boeken gekregen, die in de speciaal daarvoor bestemde kasten in de klassen komen te staan.

De boekencollectie is gekozen door de school zelf in samenwerking met Bibliotheek Huijbergen. De gemeente financierde de collectie vanuit de NPO-gelden (Nationaal Programma Onderwijs) om een leesstimulus te geven aan de leerlingen.

De oude boekencollectie heeft een nieuwe bestemming gekregen. De boeken die echt uit elkaar vielen, zijn weggegooid, maar de andere boeken gaan naar goede doelen. Overigens kunnen de leerlingen van Ste Marie ook nog altijd andere boeken lenen bij de Bibliotheek Huijbergen.



NIEUWSFLITS SOCIAAL DOMEIN

ASSERTIVITEITSTRAINING

Assertiviteitstraining draagt bij aan zelfvertrouwen van mensen. Imke van den Brand, Maatschappelijk werker bij WijZijn in Woensdrecht, geeft assertiviteitstrainingen. "Sommige mensen vinden het lastig om voor zichzelf op te komen en grenzen aan te geven. Tijdens de assertiviteitstraining maken we dit bespreekbaar. Daarnaast leren we de deelnemers hoe ze vaardigheden kunnen ontwikkelen om zich zekerder te voelen in contact met anderen", vertelt ze.

Marjan is één van die deelnemers. De training heeft haar veel nieuwe inzichten gegeven. In dit artikel deelt ze haar verhaal.

"Van kinds af aan heb ik er al moeite mee om negatieve gevoelens over te brengen, nee te durven zeggen en mijn eigen mening te geven. Op de middelbare school volgde ik de SOVA-training. Ik heb hier veel van geleerd maar bleef onzeker in het contact met anderen. Als ik een vervelend gesprek met iemand had, dan sloeg ik dicht. Gewoon omdat ik bang was voor de mening van een ander en daar niet mee om kon gaan. Ik merkte dat het mij belemmerde in mijn dagelijks leven. Daarom heb ik mij aangemeld voor de assertiviteitscursus.

Al snel merkte ik in de groep dat ik me thuis voel en welkom. Onder begeleiding van Imke zijn we aan de slag gegaan met verschillende thema's waaronder omgaan met conflicten en zelfwaardering."

"De cursus bestond uit 9 bijeenkomsten van 2 uur. Die waren zo voorbij. De ene keer heb ik er meer aan dan de andere keer, maar elke keer nam ik wel iets mee. Het maakte me bewuster van mijn eigen gedrag. De training heeft mij echt sterker gemaakt en meer zelfvertrouwen gegeven."

Herken je jezelf in dit verhaal of ken je mensen die zich hierin willen ontwikkelen? In het najaar van 2023 start de volgende assertiviteitstraining. Neem voor meer informatie contact op met de medewerkers van WijZijn in Woensdrecht teamwoensdrecht@wijzjintraversegroep.nl of bel 0164 78 15 69.

BUREAU SOCIALE RAADSLIEDEN

Wegwijs in regelgeving van sociale voorzieningen

Iedereen hoort de wet te kennen, maar dat valt niet altijd mee. Er zijn zoveel wetten, regelingen en sociale voorzieningen, dat het bijna onmogelijk is om van alles op de hoogte te zijn. Bureau Sociaal Raadslieden is er voor inwoners die een vraag hebben over bijvoorbeeld het recht op uitkering, studiefinanciering en huurtoeslag of voor vragen over bijvoorbeeld rechten bij belasting en ontslag. De Sociaal Raadslieden geven informatie en advies, schrijven brieven, bezwaar- en beroepschriften en bemiddelen en verwijzen naar instanties.

Waar heb je recht op

"Het invullen van formulieren, aanvragen van toeslagen of een uitkering is voor veel mensen lastig. Wie de weg niet goed weet, kan onze hulp inschakelen", zo vertelt Hanane Lakhssim, Sociaal Raadvrouw in Woensdrecht. "Samen nemen we alle papieren door en bekijken we de mogelijkheden. Veel mensen weten vooraf niet waar ze recht op hebben. Zo sprak ik bijvoorbeeld een vrouw waarbij het UWV, de gemeente en de Belastingdienst langs elkaar heen werkten. Ze zat qua inkomsten onder het sociaal minimum, maar moest wél een deel van haar toeslagen terugbetalen. Om alles uit te pluizen, bekijk ik alle documenten en formulieren en ga hiermee aan de slag. Door deze inzet kan ik, samen met mijn collega's van maatschappelijk werk en schuldhulpverlening, voorkomen dat zij door verkeerde procedures hoge schulden krijgt. Maar het allerbelangrijkste is dat ze krijgt waar ze recht op heeft."

Ondersteuning bij aanvragen

"Veel vragen gaan over belastingen, zoals toeslagen die teruggevorderd moeten worden. Daarnaast helpen we inwoners met het aanvragen van een uitkering of minimaregeling. Er zijn zoveel regelingen en sociale voorzieningen dat mensen door de bomen het bos niet meer zien. We zijn er om hen op dit vlak te ondersteunen en wegwijs te maken. Zo zetten we inwoners in hun kracht." Stuur voor meer informatie een e-mail naar: sociaalraadslieden@wijzjintraversegroep.nl

SPORT EN BEWEGEN 2.0

Preventie en een gezonde leefstijl krijgen steeds meer aandacht. Ook sport en bewegen heeft hierin een belangrijke rol. Het Sportakkoord 2.0 gaat de verbinding tussen de domeinen realiseren.

Sinds 2021 is met het Lokaal Sportakkoord 1.0 gestimuleerd dat mensen een leven lang met plezier kunnen sporten en bewegen. De gemeente, verenigingen, partners uit zorg en welzijn, kinderopvang en onderwijs werken hierin samen.

Onlangs is het Lokaal Sportakkoord 1.0 geëvalueerd met (een delegatie van) het kernteam. Dit heeft o.a. geleid tot aanbevelingen om sport en bewegen te bezien met een bredere blik als onderdeel van het preventiebeleid.

Op naar Sportakkoord 2.0

Sportakkoord 2.0 richt zich op de periode 2023-2026. Om de verbinding met andere domeinen binnen zorg en gezondheid te kunnen realiseren, wordt het Sportakkoord 2.0 onderdeel van het gemeentelijk Leefstijlakoord, dat bredere (gezondheids) doelstellingen kent.

Dit jaar worden de plannen gemaakt en afgestemd met de diverse partijen. Daarna gaat u hier ongetwijfeld meer over horen.

