



De voelsprietten in de samenleving

Met gezamenlijk ongeveer 1.500 leden hebben de seniorenorganisaties PCOB en KBO in Dronten een trouwe achterban, maar beide voorzitters willen er zijn voor álle senioren. Vanuit hun samenwerking in MeerSamen maken ze zich sterk voor iedereen met een hulpvraag.

Arie Arkenbout, voorzitter van de Protestant-Christelijke Ouderenbond (PCOB), en Fred van Bree van de Katholieke Bond voor Ouderen (KBO) zoeken steeds meer de samenwerking om oud én jong attent te maken op het belang van het netwerk. Van Bree: "Stel dat alle senioren allemaal een dag staken, dan ligt het land plat. Die vrijwilligers hebben we nodig, ook in Dronten."

De olievlek van de BelCirkels

Beide voorzitters vinden het jammer dat ontmoetingen vanwege corona nog niet kunnen. Daarom proberen ze via hun websites en dit Journal zoveel mogelijk mensen te informeren. "In samenwerking met andere organisaties hebben we de BelCirkels uitgebreid om mensen met elkaar in contact te brengen", vertelt Van Bree. Arkenbout vult aan: "Via wijkverpleegkundigen, kerken en winkels is onze brochure over dit thema verspreid. Het begin is er met vijftig deelnemers, maar mensen kunnen zich nog steeds aanmelden. Het werkt: een deelnemer vertelde me dat hij zich geestelijk en lichamelijk een ander mens voelt. Contact en aandacht doen wat met je."

Eenzaamheid en armoede bestaan

"Maar," geeft Arkenbout aan, "tegelijk zie je dat veel senioren tegen vragen aanlopen op het gebied van wonen, zorg, mobiliteit, besteedbaar inkomen, digitalisering, cultuur en welzijn. De behoefte aan belangenbehartiging is er dus. En er zijn ook in Dronten senioren die eenzaam of dementerend zijn, of in armoede leven en zich schamen om

daarvoor uit te komen." Van Bree knikt: "Je wilt mensen bijstaan om zelfredzaam te zijn. Het is zaak om hen te bereiken en op het spoor te zetten van hulp. Met de huisartsen werken we samen op het gebied van signalering; met het Centrum voor Levensvragen geven we daar invulling aan."

Meedenken in seniorenbeleid

De mannen kijken al richting de Gemeenteraadsverkiezingen in 2022. "Wij mogen meedenken in het seniorenbeleid", weet Van Bree. "Er valt genoeg te verbeteren, van seniorenwoningen en openbaar vervoer tot eenzaamheid en mantelzorg." "Of denk aan informatie over positieve gezondheid, zoals goed bewegen en eten", zegt Arkenbout. "We willen naar een seniorvriendelijk Dronten, waarin elke oudere gerespecteerd en geholpen wordt. "Daarin zijn wij de voelsprietten in de samenleving."

Info of meedoen?

Ook een bijdrage leveren, of meepraten over seniorenbeleid in Dronten? Neem dan contact op.

KBO - Mevr. Ineke van Rijn,
tel. 0321 - 316146, secretaris.mfl@kboflevoland.nl,
www.kboflevoland.nl

PCOB - Mevr. G.L. Reinhoudt-Meulenberg,
tel. 0321 - 321390, reinhoudt@solcon.nl,
www.pcob.nl/afdelingen/dronten/

Belcirkels - tel. 06 - 8291 0415

Meer info: www.seniorendronten.nl

Hoe zit het met je sociaal pensioen?

Zijn de jongere senioren, vanaf een jaar of 50, 55 voorbereid op hun latere levensfase? Ook zij leven vaak nu al met de vraag hoe ze straks - op hun oudere dag - kunnen wonen, sociale contacten behouden en misschien wel zorg nodig hebben. Noem het je sociaal pensioen. En hoewel de senioren van nu veel beter geïnformeerd zijn, willen de organisaties onder ZamenEen aanvullende informatie of evenementen faciliteren.

Kom in contact met een student voor hulp en gezelligheid



Bij www.seniorenstudent.nl vindt u de hulp aan huis die écht bij u past. U kiest zelf wanneer, hoeveel én waarbij u een student inschakelt. Dat kan van alles zijn: hulp in de huishouding, computerles, wandelen, gezellige activiteiten ondernemen, uitstapjes maken, samen koken en eten, boodschappen doen... Vertel ons aan welke hulp u behoefte heeft en wij gaan direct op zoek naar een geschikte student uit de regio Dronten. Aanmelden kan op de site of bel: 020 - 308 0011.

Een luisterend oor - iets voor u/jou?

Hoe ga je om met verlies of gemis van een dierbare? Wat is de zin van mijn leven nog? Stevige vragen die u misschien ook heeft. In Dronten is Marjanne van de Mheen een van de dertien geestelijk begeleiders die mensen met dergelijke vragen kan bijstaan.

"Ik kom uit de zorg en daar merkte ik dat veel mensen met (levens)vragen rondlopen", vertelt ze. "Na een studie Theologie & Levensbeschouwing heb ik ervaring opgedaan. Medio 2020 mocht ik het team van geestelijk verzorgers versterken bij het Centrum voor Levensvragen Flevoland. Vandaaruit ben ik werkzaam in de gemeente Dronten; in het hospice en bij mensen thuis."

Soms zijn je vragen te groot

"Er is veel eenzaamheid", beschouwt Marjanne "Soms hebben mensen weinig mensen om zich heen met wie ze kunnen praten. Ik ben blij dat de BelCirkels en Contactgroepen van ZamenEen in een behoefte voorzien. Maar soms zijn je vragen te groot om gemakkelijk te delen. Bijvoorbeeld wanneer je je werk niet meer kan doen. Bij een gebeurtenis als een scheiding of overlijden verschuiven er soms zoveel dingen, dat je even niet meer weet hoe het verder moet. Dan kan ik of een collega bij je thuis langskomen voor een gesprek."

Weer grond onder je voeten

Geestelijk begeleiders zijn er voor iedereen, ongeacht geloofsovertuiging. "Onze taak is vooral luisteren. Wij geven de ruimte om je verhaal te doen. In het vertellen vind je vaak weer, wie je ten diepste bent. Mensen vinden weer grond onder hun voeten."



Interesse in een gesprek met een geestelijk begeleider? Neem contact op met Marjanne van de Mheen (e-mail: mc73@live.nl of tel. 06 - 5715 2846). Of kijk op www.cvl-flevoland.nl. Ook zijn er themabijeenkomsten waar je met anderen kunt praten over onderwerpen met betrekking tot zingeving; zoals verlies en verlangen, troosten hoe doe je dat? Voor 50+ers en mensen die palliatief zijn en/of hun naaste, zijn de eerste vijf gesprekken gratis.