

De Leuninfo

NOVEMBER 2021



WELZIJNSCENTRUM DE LEUNING
ONTMOETEN-MEEDOEN-BEWEGEN-INFORMATIE

Welzijnscentrum De Leuning

Website www.welzijnbaarn.nl

Email Practiviteiten@welzijnbaarn.nl

Facebook www.facebook.com/welzijnbaarn

WE ZIJN TELEFONISCH BEREIKBAAR OP ONDERSTAANDE NUMMERS

Algemeen nummer Welzijnscentrum De Leuning - 035-5422020

Seniorenbus - 035-5421129

Aanmelden telefooncirkel - 035-5422020

Email Leuning@welzijnbaarn.nl

Signaalpunt (vervangt Meldpunt Eenzaamheid Welzijn Baarn) - 035-3037888

Marloes Luijken - 06-82315407

Email marloes.luijken@welzijnbaarn.nl

www.baarn.signalenportaal.nl

Coördinator Coördinator Verhuur, Bewegen en Vervoer & Intern vertrouwenspersoon

Anja van de Beek - 06-22720192

Email Anja.vandebeek@welzijnbaarn.nl

Coördinator Buro Vrijwillige Inzet & Ontmoeten

Leandra Hubers - 06-13860205

Email leandra.hubers@welzijnbaarn.nl

PIT Baarn/Hulpdienst - 035-3037888

Email info@pitbaarn.nl

www.pitbaarn.nl

De Ouderenadviseur - 06-10644222

Doesjka Reijn

Dagbestedingscoach - 06-82315407

Marloes Luijken

Redactie De Leuninfo

Samenstelling/opmaak

Anja van de Beek/Leandra Hubers/
Anita van der Linden

Fysieke samenstelling

Ineke Onderstal

Bezorger

Erik van de Weerd

Email

Practiviteiten@welzijnbaarn.nl

Beste lezer,

Sinds het uitkomen van de vorige Leuninfo zijn we een maand verder, een maand waarin bijna alle activiteiten weer volop draaien. Gelukkig kunnen we velen van u weer begroeten waardoor het bruist in De Leuning en het geroezemoes in de wandelgangen zorgt voor de oude vertrouwde gezellige sfeer. Wat hebben we dát gemist!

Ondertussen is het volop herfst met (heel) natte, soms kille en dan weer warme dagen en als de zon schijnt is het genieten van de prachtig verkleurde bladeren aan de bomen hoewel veel bomen nog volop in het groene blad staan. Door de warmte en omdat er nog niet echt nachtvorst is geweest duurt het langer voordat de bomen verkleuren en hun blad verliezen.

Voor de één betekent het een sfeervolle periode met veel kaarsjes aan en de ander kan niet wachten tot het voorjaar weer aanbreekt. Gelukkig hebben we 4 verschillende jaargetijden en is er vast voor ieder wat wils.

Aangezien u vorige maand de volledige Leuninfo heeft ontvangen met deel II (het “bewaardeel”) ontvangt u nu alleen deel I. Ook dit keer is ons blad gevuld met o.a. de vaste onderdelen, nuttige informatie en leuke tips!

Heeft u vragen, wensen, tips o.i.d., neem dan contact met ons op. We zullen er alles aan doen u zo goed mogelijk van dienst te zijn.

Veel leesplezier en graag tot ziens in De Leuning!

Blijf gezond en houd moed want alleen samen krijgen we Corona onder controle!



Activiteitenoverzicht				
Welzijnscentrum De Leuning				
Maandag 1 november			Dinsdag 9 november	
* Creatief	09.30 uur		Inloop De Ontmoeting	09.30 uur
* Schildersclub	09.30 uur		Yoga I	09.30 uur
Sociaal Digitaal	09.30 uur		Yoga II	10.45 uur
Aan de praat	12.00 uur		SFOB	11.00 uur
Computer/Tablet inloop	13.30 uur		* Pagina Zoveel	14.00 uur
* Creatief	13.30 uur		* VVN opfriscursus	14.00 uur
Dinsdag 2 november			Woensdag 10 november	
Inloop De Ontmoeting	09.30 uur		* Aquarelclub Theo	09.30 uur
Inloop spreekuur O.V.	09.30 uur		* Koersbal	09.30 uur
Yoga I	09.30 uur		Schaken/Dammen	10.00 uur
Yoga II	10.45 uur		* Bridge	13.00 uur
* Pagina Zoveel	14.00 uur		Creatief Ontmoeten	13.30 uur
* VVN opfris cursus	14.00 uur		Sjoelen	14.00 uur
Woensdag 3 november			Donderdag 11 november	
Rijbewijskeuring	08.30 uur		Fietsclub	09.30 uur
* Aquarelclub Theo	09.30 uur		Brei- en Haakcafé	09.45 uur
Schaken/Dammen	10.00 uur		Mannen onder elkaar	10.00 uur
Seniorenkring	10.00 uur		NT2 Taal	10.00 uur
* Bridge	13.00 uur		* Aquarelleren	13.30 uur
Creatief Ontmoeten	13.30 uur		* Klaverjassen	13.30 uur
Sjoelen	14.00 uur		Sam2	14.00 uur
Donderdag 4 november			Vrijdag 12 november	
Fietsclub	09.30 uur		Newasco servicepunt	09.00 uur
Brei- en Haakcafé	09.45 uur		MBVO-Gym I	09.15 uur
Seniorenkring	10.00 uur		Aan de praat	09.30 uur
* Aquarelleren	13.30 uur		Inloop De Ontmoeting	09.30 uur
* Klaverjassen	13.30 uur		MBVO-Gym II	10.15 uur
Vrijdag 5 november			MBVO-Gym III	11.15 uur
Newasco servicepunt	09.00 uur		* Klaverjassen	13.00 uur
MBVO-Gym I	09.15 uur		Darten	14.00 uur
Inloop De Ontmoeting	09.30 uur		Sjoelen	14.30 uur
* Leeskring	10.00 uur		Maandag 15 november	
MBVO-Gym II	10.15 uur		* Creatief	09.30 uur
MBVO-Gym III	11.15 uur		* Schildersclub	09.30 uur
* Klaverjassen	13.00 uur		Sociaal Digitaal	09.30 uur
Darten	14.00 uur		Computer/Tablet inloop	13.30 uur
Sjoelen	14.30 uur		* Creatief	13.30 uur
Maandag 8 november			Alzheimer Café	14.00 uur
* Creatief	09.30 uur		"Gedrags- en karakterverandering"	
* Schildersclub	09.30 uur		(Zaal open 13.30 uur)	
Sociaal Digitaal	09.30 uur		Dinsdag 16 november	
Gedichtenkring	10.00 uur		Inloop De Ontmoeting	09.30 uur
* Creatief	13.00 uur		Yoga I	09.30 uur
Computer/Tablet inloop	13.30 uur		Yoga II	10.45 uur
			* Pagina Zoveel	14.00 uur
			* VVN opfriscursus	14.00 uur

vervolg Activiteitenoverzicht Welzijnscentrum De Leuning			
Woensdag 17 november		Woensdag 24 november	
* Aquarelclub Theo	09.30 uur	* Aquarelclub Theo	09.30 uur
* Koersbal	09.30 uur	* Koersbal	09.30 uur
Schaken/Dammen	10.00 uur	Schaken/Dammen	10.00 uur
* Bridge	13.00 uur	* Bridge	13.00 uur
Creatief Ontmoeten	13.30 uur	Creatief Ontmoeten	13.30 uur
Sjoelen	14.00 uur	Sjoelen	14.00 uur
Donderdag 18 november		Donderdag 25 november	
Fietsclub	09.30 uur	Fietsclub	09.30 uur
Brei- en Haakcafé	09.45 uur	Brei- en Haakcafé	09.45 uur
NT2 Taal	10.00 uur	NT2 Taal	10.00 uur
Seniorenkring	10.00 uur	Mannen onder elkaar	10.00 uur
* Aquarelleren	13.30 uur	* Aquarelleren	13.30 uur
* Klaverjassen	13.30 uur	* Klaverjassen	13.30 uur
Vrijdag 19 november		Vrijdag 26 november	
Newasco servicepunt	09.00 uur	Newasco servicepunt	09.00 uur
MBVO-Gym I	09.15 uur	MBVO-Gym I	09.15 uur
Inloop De Ontmoeting	09.30 uur	Aan de praat	09.30 uur
MBVO-Gym II	10.15 uur	Inloop De Ontmoeting	09.30 uur
MBVO-Gym III	11.15 uur	MBVO-Gym II	10.15 uur
* Klaverjassen	13.00 uur	MBVO-Gym III	11.15 uur
Darten	14.00 uur	* Brunch (zaal open 12.45 uur)	13.00 uur!
Sjoelen	14.30 uur	Reserveren bij de receptie tot	
Maandag 22 november		uiterlijk dinsdag 23 november 12.00 uur	
* Creatief	09.30 uur	Darten	14.00 uur
* Schildersclub	09.30 uur	* Bingo	15.00 uur
Sociaal Digitaal	09.30 uur	Maandag 29 november	
Gedichtenkring	10.00 uur	* Creatief	09.30 uur
Computer/Tablet inloop	13.30 uur	* Schildersclub	09.30 uur
* Creatief	13.30 uur	Sociaal Digitaal	09.30 uur
Dinsdag 23 november		Computer/Tablet inloop	13.30 uur
Inloop De Ontmoeting	09.30 uur	* Creatief	13.30 uur
Yoga I	09.30 uur	Dinsdag 30 november	
Yoga II	10.45 uur	Inloop De Ontmoeting	09.30 uur
* Pagina Zoveel	14.00 uur	Yoga I	09.30 uur
* VVN opfriscursus	14.00 uur	Yoga II	10.45 uur
		* Pagina Zoveel	14.00 uur
Aanmelden voor de inschrijvingsactiviteiten kan bij de receptie van De Leuning.			
De inschrijvingsactiviteiten zijn in bovenstaand overzicht gemerkt met een *			

***De tarieven voor de ontmoetingsactiviteiten bedragen € 2,20 per keer**
Graag zoveel mogelijk met PIN betalen

***Biljarten is dagelijks mogelijk, alléén op afspraak en met maximaal 2 personen tegelijk!**

***Heeft u vragen en/of wensen m.b.t. de Duofiets, neem dan contact op met Anja van de Beek om samen de mogelijkheden te bespreken!**
 Haar gegevens vindt u in het paarse gedeelte vooraan in dit blad.

Huidige maatregelen binnen De Leuning:

De richtlijnen van het RIVM zijn adviezen geworden en we verzoeken u vriendelijk deze zoveel mogelijk in acht te nemen. Door met elkaar rekening te houden is het ook voor meer kwetsbare bezoekers mogelijk om naar De Leuning te komen.

We vertrouwen op uw medewerking!

RIVM-adviezen

- ***Was uw handen regelmatig met water en zeep***
- ***Hoest en nies in de binnenkant van uw elleboog***
- ***Gebruik papieren zakdoekjes***
- ***Geen handen schudden***
- ***Blijf thuis als u verkoudheidsklachten heeft/krijgt***
- ***Houd 1,5 meter afstand van elkaar (is een advies)***
- ***Bij binnenkomst graag uw handen desinfecteren***



Voor passagiers van De Seniorenbus gelden de volgende aanvullende richtlijnen:

- ***Houd afstand tot de chauffeur***
- ***Niet-medisch mondkapje verplicht***
- ***Doe zelf de veiligheidsgordel om***
- ***Betaal met pin of contactloos, vermijd contante betalingen***

De Seniorenbus



De Seniorenbus is er voor mensen vanaf 55 jaar en mensen met een beperking, ongeacht leeftijd. Bijzonder is dat deze voorziening al decennia lang geheel door vrijwilligers in stand wordt gehouden!

U wordt van deur tot deur gebracht naar bv. ziekenhuis, huisarts, fysiotherapie, tandarts, opticien, kapper, supermarkt of Daelhoven en het Hospice in Soest. Ook Lage Vuursche, landgoed Groeneveld en Crematorium Laren vallen binnen het bereik.

De Seniorenbus rijdt op werkdagen van 08.45-17.00 uur. Om teleurstelling te voorkomen is het aan te raden uw rit zo spoedig mogelijk aan te vragen en uiterlijk 1 dag van te voren. We zullen er alles aan doen om uw aanvraag in te passen maar kunnen helaas niet 100% garanderen dat dit lukt.

Aanvragen is mogelijk op werkdagen tussen 09.00-16.00 uur bij De Leuning, telefoonnummer 035-5421129

De passagiers wordt dringend verzocht bovenstaande aanvullende richtlijnen op de RIVM adviezen aan te houden.

Tarief Seniorenbus

Enkele reis binnen Baarn € 1,55

Enkele reis buiten Baarn € 2,70

Lage Vuursche, Sherpa of Nieuwenoord, Daelhoven Soest, Hospice Soest, Zuidereind, Eembrugge en Pijnenburg, Crematorium Laren (Weg over Anna's Hoeve 1, 1251 SW Laren)

Bereikbaarheid PIT Baarn, gewijzigde tijden

Pit Baarn is op de volgende dagen & tijden bereikbaar:

- maandagochtend 9.00-13.00 uur
- dinsdag- t/m vrijdagmiddag 13.00-17.00 uur

Buiten deze tijden kunt u de voicemail inspreken, u wordt dan de volgende dag teruggebeld.
Telefoonnummer: 035-303 78 88. U kunt ook een e-mail sturen naar info@PitBaarn.nl

Bingo

Voor de Bingomiddag van vrijdag 29 oktober zijn nog enkele plaatsen vrij.
Heeft u zin in een gezellige middag waarbij u ook nog leuke prijsjes kunt winnen?
Meldt u zich dan snel aan bij onze receptionistes. U bent van harte welkom.



Brunchen in De Leuning



Gelukkig is het weer mogelijk om iedere laatste vrijdag van de maand van een heerlijke brunch te genieten.

De exacte data vindt u in het activiteitenoverzicht voorin dit blad!

Aanvang 13.00 uur en u bent vanaf 12.45 uur van harte welkom!

Reserveren is mogelijk bij de receptie tot uiterlijk de dinsdag voor de brunch. U wordt vriendelijk verzocht om van tevoren en met pinpas te betalen.

Newasco Servicepunt

Iedere vrijdag tussen 10.00-12.00 uur is een medewerker van Newasco aanwezig om de was te ontvangen en weer af te geven.

Of u nu een lakenpakket of al uw was wilt laten doen, het is allemaal mogelijk. Kijkt u op www.newascovoorthuis.nl voor meer informatie of volg Newasco op facebook.

U kunt zich melden bij de receptie en wij verzoeken u vriendelijk de, door ons gehanteerde, RIVM adviezen na te leven.

Ophalen / inleveren in de hal van De Leuning

- Iedere woensdag ligt de krant "Baarn Huis-aan-Huis" voor u klaar om mee te nemen!
- De plastic doppen welke u spaart voor KNGF geleidehonden kunt u inleveren bij De Leuning, in de speciale bak.
- U kunt uw oude inkt & toner cartridges en mobieltjes voor Hulphond Nederland inleveren in de daarvoor bestemde EEKO Box.
- In de hal van de Leuning is een minibieb geplaatst. Hier kunt u gratis boeken lenen en ruilen.
Ruimt u uw boekenkast op? In de minibieb zijn nieuwe boeken altijd welkom! De minibieb is toegankelijk tijdens de openingstijden: 9.00-17.00 uur



U hoeft niet verder het gebouw te betreden, al het bovenstaande vindt u in het voorportaal.



Inloop De Ontmoeting

De Ontmoeting is een samenwerking tussen Silverein (voorheen Lyvore) en Welzijnscentrum De Leuning en biedt inwoners van Baarn gelegenheid elkaar te ontmoeten in een beschutte omgeving. Voor mensen met een beperkt netwerk of voor mensen met lichte geheugenproblemen, biedt De Ontmoeting een laagdrempelige inloop.

Het is een bijzondere plek waar mensen graag, en velen met enige regelmaat, samenkomen en elkaar ontmoeten.

Vanzelfsprekend wordt er voor thee en koffie gezorgd.

Rijbewijskeuringen



Wie voor verlenging van het rijbewijs een medische keuring moet ondergaan, kan daarvoor iedere maand terecht in De Leuning bij keuringsarts de heer Windgassen. U kunt telefonisch een afspraak maken; tel. nr. 085-0650005.

Voor de keuring heeft u nodig:

- 1) Keuringsformulier(en), incl. de brieven van het CBR (de ZD-code)
- 2) Rijbewijs of eventueel andere legitimatie
- 3) Klein beetje urine, max. 2 uur oud (hoeft niet nuchter)
- 4) Bril voor auto of t.v. Als u contactlenzen draagt, de verpakking of het recept graag meenemen.
- 5) Actueel medicatieoverzicht (AMO) van apotheek, max. 2 maanden oud, **óók** als u op dit moment géén medicijnen gebruikt.
- 6) U kunt alleen met gepast contant geld betalen.

Telefooncirkel



De telefooncirkel bestaat uit alleenwonende deelnemers die iedere werkdag tussen 9.00-10.00 uur worden gebeld door de receptioniste van Welzijnscentrum De Leuning. Wanneer iemand de telefoon niet opneemt, wordt de bij de receptie bekende contactpersoon ingeschakeld. Hij/zij gaat kijken wat er aan de hand is. Zo nodig wordt medische of andere hulp ingeroepen.

Doordat er elke dag even contact is, geeft dit een gevoel van zekerheid en voelen de deelnemers zich minder vaak alleen. Er zijn voor de deelnemers geen kosten aan verbonden. Belangstellenden kunnen zich aanmelden bij de receptie van De Leuning.

Bieb Service

Leest u graag boeken en bent u helaas niet in staat om de bibliotheek te bezoeken? Neemt u dan contact op met de receptie van De Leuning. Een vrijwilliger komt bij u langs voor een kennismakingsgesprek om te kijken waar uw interesses liggen.

Zo kan men op zoek naar passende boeken die aansluiten bij uw wensen. Deze worden voor u opgehaald en weer teruggebracht wanneer u de boeken heeft gelezen. Dus wacht niet langer en bel ons voor een afspraak.

Vanzelfsprekend worden ook hier de RIVM adviezen in acht genomen!



Lezing over “omgaan met rouw en verlies voor mantelzorgers”

Veel mensen denken bij rouw aan het overlijden van iemand. Maar als iemand van wie je houdt te maken krijgt met dementie of anderszins in gezondheid achteruit gaat, krijg je als zieke én naaste te maken met een rouwproces. Uw toekomst wordt anders dan verwacht. Dit uit zich in verdriet, woede, schuldgevoelens, zorgen over de toekomst, onmacht, maar ook hoop en liefde. En dat allemaal door elkaar. Hoewel iedereen hier op zijn eigen manier mee omgaat, zijn er ook veel overeenkomsten.

Welzijn Baarn organiseert daarom in samenwerking met rouwcoach Ed van der Vight een lezing over het omgaan met rouw en verlies voor mantelzorgers. Ed begeleidt mensen in het omgaan met verlies. Hij gebuikt daarbij de door hem zelf ontwikkelde methode voor integrale verliesverwerking. Hij biedt mensen concrete handvatten om deze moeilijke periode draaglijker te maken.

MEER INFORMATIE & AANMELDEN

Wanneer: dinsdag 23 november 2021
Hoe laat: 15.00-16.30 uur, inloop vanaf 14.45 uur.
Waar: Welzijnscentrum De Leuning, Oranjestraat 8 Baarn.
Opgeven: Mantelzorg@welzijnbaarn.nl
Meer informatie: Marianne Bosch – tel: 06 -10 64 55 30



Opfriscursus VVN

Verkeersregels veranderen. Telkens een klein beetje.

Nieuwe verkeersborden, snelheden, wegmarkeringen

en bijvoorbeeld voorrangregels: wist u dat veertig procent van de verkeersregels in de afgelopen vijftien jaar is aangepast? Het is voor iedere weggebruiker belangrijk de veranderingen in de verkeersregels bij te houden.



U krijgt nu de gelegenheid uw verkeerskennis op te frissen. Onder leiding van een deskundige voorlichter van Veilig Verkeer Nederland wordt u in 2 sessies bijgepraat over de huidige verkeersregels. Uiteraard is er ruimte voor vragen. Na afloop van de eerste sessie bestaat de mogelijkheid om een individuele praktijkles met een rijsschool aan te vragen. Deze cursus is bedoeld voor senioren en is mede mogelijk gemaakt door subsidie van de Provincie Utrecht. Deelname is gratis, wel wordt verwacht dat u beide dagdelen komt.

De bijeenkomst heeft een informatief karakter en het is dus geen examen. Deelname aan de theoriecursus is gratis. De kosten voor de praktijkles zijn voor eigen rekening en is uiteraard niet verplicht. Er is plaats voor een beperkt aantal deelnemers. Wees er dus snel bij, aanmeldingen gaan op volgorde van binnenkomst.

Wanneer: Cursus 1: dinsdag 2 en dinsdag 9 november van 14.00-16.00 uur
Cursus 2: dinsdag 16 en dinsdag 23 november van 14.00-16.00 uur
Let op! Deelname aan beide dagen is verplicht.

Kosten: Theoriebijeenkomsten **gratis**. Optioneel: praktijkrit á €45,-
Waar: De Leuning, Oranjestraat 8, Baarn

Inschrijven:

U kunt zich inschrijven bij Veilig Verkeer Nederland, via www.vvn.nl/opfriscursussen of bel VVN Steunpunt West 088 524 88 38. U ontvangt van ons een bevestiging van deelname dat tevens uw toegangsbewijs is.

Overige bijeenkomsten in De Leuning

Alzheimer Café: maandag 15 november, aanvang 14.00 uur, zaal open 13.30 uur

"Gedrags- en karakterverandering"

Zowel de toegang als koffie/thee zijn gratis.

SAM2: iedere 2^e donderdag van de maand is SAM2 aanwezig voor hun inloopspreekuur.

SAM2 wil voor mensen in Baarn met een minimum inkomen iets extra's doen. Zoals een fiets, een dagje uit of een abonnement op een sportvereniging of iets heel anders. Iedereen die op een minimumniveau leeft in Baarn kan zijn of haar vraag, waarvoor geen financiële ruimte is, kenbaar maken aan SAM2.

Heeft u vragen en/of wensen, kom dan naar De Leuning.

OV spreekuur: iedere 1^e dinsdag van de maand van 09.30-11.00 uur Let op: gewijzigde tijd!

U kunt de OV-ambassadeurs vragen stellen over o.a. het aanvragen van een OV-chipkaart, het verlengen van abonnement, wat keuzedagen inhouden of voor diegenen die plotseling afhankelijk van het OV zijn maar nog niet weten hoe het werkt.



Verzoek!

Wilt u ook meehelpen om het werk van de OV ambassadeurs onder de aandacht te brengen en bent u actief op de sociale media? Dan kunt u onderstaande pagina's volgen en de berichten delen zodat ook binnen uw eigen netwerk zoveel mogelijk mensen kunnen lezen wat de OV ambassadeurs zoal doen. Alvast dank voor uw medewerking!

FB [Doe mee met het OV | Facebook](#)

Insta [Doe mee met het OV \(@doemeemethetov\)](#)



In de schijnwerpers....

Voor bijna alle activiteiten geldt dat er plaatsen beschikbaar zijn voor belangstellenden om deel te nemen. Toch willen wij een aantal in de schijnwerpers zetten omdat er meerdere deelnemers welkom zijn om aan te schuiven:

- ➡ Sjoelen op de woensdag of vrijdag
- ➡ Schaken / Dammen op woensdag
- ➡ Aquarelclub op woensdag
- ➡ Klaverjassen op donderdag of vrijdag
- ➡ Seniorenkring op woensdag

Voor de goede orde: wanneer u belangstelling heeft voor een bepaalde activiteit, neemt u dan altijd contact op met de receptie om te overleggen wat de mogelijkheden zijn / of er nog plaats is.



Aanvragen papieren coronabewijs

In de bibliotheek aan de Hoofdstraat, kunt u een aanvraagformulier "Coronabewijs op papier" ophalen (zie onderstaand voorbeeld). Wanneer u dit wenst, wordt het aanvraagformulier samen met u ingevuld waarna u het op de post (gratis) kunt doen.

VOORBEELD!



Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Formulier

Coronabewijs op papier ontvangen

Met dit formulier kunt u uw coronabewijs op papier aanvragen. U hoeft alleen uw burgerservicenummer (BSN) en de vier cijfers van uw postcode in te vullen.

- 1. Uw BSN**
Dit nummer staat op uw paspoort, identiteitskaart (ID) of rijbewijs.
- 2. De 4 cijfers van uw postcode**
De postcode waarop u staat ingeschreven bij uw gemeente. Vanwege de veiligheid kan het coronabewijs niet gestuurd worden naar een ander adres.

Let op: Vul de cijfers correct in. Anders ontvangt u geen post van ons.



Heeft u DigiD? Dan kunt u uw coronabewijs ook digitaal regelen. Ga naar www.coronacheck.nl. U kunt op deze website ook uw coronabewijs zelf uitprinten.

Heeft u hulp nodig met het digitaal regelen? Ga naar uw bibliotheek. Bij het Informatiepunt Digitale Overheid kunnen ze u verder helpen.

Burgerservicenummer

Vul de 9 cijfers van uw burgerservicenummer in (dit nummer staat op uw paspoort, identiteitskaart (ID) of rijbewijs).

Postcode

Vul de 4 cijfers van uw postcode in (de postcode waarop u staat ingeschreven bij uw gemeente).

➔

Stuur dit formulier op naar het onderstaand adres:

Ministerie van VWS
Antwoordnummer 4155
6400 VC Heerlen

U hoeft geen postzegel te plakken. U krijgt uw coronabewijs per post opgestuurd. Dit duurt minimaal 5 werkdagen nadat we uw formulier hebben ontvangen.

WhatsApp fraude

Het is wel de meest voorkomende vorm van internet oplichting via WhatsApp. Gemiddeld is dit aantal fraudegevallen al opgelopen tot 700 fraudegevallen per week. Het aantal stijgt ieder jaar fors.

Daarom vindt u in de bijlage een document waarin wordt uitgelegd wat WhatsApp fraude is en hoe u dit kunt voorkomen, met dank aan de samensteller de heer Frits Jonker.

Leest u het vooral en doe er uw voordeel mee!

“Brutale” vragen



Tegenwoordig kunt u bij veel winkeliers zegels sparen voor b.v. handdoeken, glazen, raceautootjes e.d. Misschien heeft u nog wat van deze of zelfs Douwe Egberts zegels waarmee u niets doet, wilt u deze dan inleveren bij De Leuning als u in de buurt bent? We kunnen een ander daarmee weer een plezier doen, zeker met de vaak dure decembermaand in aantocht.

De Postcodeloterij heeft deze maand de nieuwe agenda verstuurd aan de leden met daarin veel kortingsbonnen voor o.a. restaurants, pretparken, dierentuinen enz.

Als u deze agenda heeft en hem niet gebruikt of bepaalde bonnen niet gebruikt, wilt u deze dan bij ons wil inleveren zodat we andere Baarnaars hiermee kunnen helpen?

We zijn ons ervan bewust dat het wat brutaal kan overkomen, tegelijkertijd lijkt het ons een mooie manier om elkaar te helpen!

Column!

Overpeinzingen tijdens een natte herfstdag

Marika Smits



AF EN TOE EEN DIPJE

Na een woelige nacht met enorme stortbuien en stormvlagen van-heb-ik-jou-daar, tijd om mijn november column te schrijven. Het is alweer bijna zo ver, en ook bijna weer “wintertijd”. Mijn gevoelsleven wappert mee met het weer, dat van extreem zacht, mooi zonnig, via bijna-noodweer en omwaaiende bomen ineens weer helder en vol verwachting kan zijn. Vanmorgen had de wind de lucht weer helder blauw geveegd, de bomen kregen hun kleurenpracht terug, maar inmiddels staan er weer regentranen op mijn ramen en is de lucht weer betrokken naar aarzelend parelgrijs met dreigend paarse vegen. Ik ga het er maar mee doen. Af en toe een dipje, en dan weer opveren en vol goede moed doorademen en stromen.

WAT COVID MIJ LEERDE

Omdat er weer zoveel “kan” en “mag”, raken agenda’s ook weer sneller vol. Ik heb gemerkt dat ik (hopelijk blijvend) veranderd ben, zeker ook door de Covid-periode van de afgelopen anderhalf jaar, die overigens nog lang niet over is. Er kwam meer rust en regelmaat in het leven, wat soms misschien wat saai aanvoelde, maar ook goede kanten had die ik eigenlijk niet kwijt wil. Goed voor mezelf zorgen betekent dan ook dat ik op zoek ben naar een nieuw evenwicht. Nu ik dat als plan heb opgevat, voel ik me alweer veel blijer. Alleen mogen zijn van tijd tot tijd is een vrijheid die ik moet durven nemen. Covid heeft me dat geleerd. Ik loop er niet voor weg.

AF EN TOE LEKKER ALLEEN

Er is een periode in mijn leven geweest dat ik wegholde. Van het alleen zijn dat ik in mijn leven niet eerder had gekend. Een agenda vol activiteiten en afspraken, en daarnaast flink wat vrijwilligerswerk aan de BC-pagina’s voor Welzijn Baarn – waarmee ik afgelopen juni ben gestopt –, dat alles zorgde ervoor dat ik een gevoel van alleen-zijn zo veel mogelijk kon vermijden. Maar dat is veranderd, heb ik gemerkt. Het is even wennen, want ik voel me nu

pas “met pensioen”, en tja, dan heb je een zee van tijd die, als je niet oppast, toch weer dichtslibt. Maar het alleen zijn van tijd tot tijd is me bevallen, dus ik houd het erin.

KWESTIE VAN BALANS

Afgelopen weekend logeerde ik bij een vriend in Arnhem. Het was gezellig, het was mooi op Landgoed Rozendaal waar we rondwandelden, Ik genoot van de treinreis maandagmorgen richting Baarn, maar eenmaal thuis zag ik op tegen de volle agenda van de week, die toen nog voor me lag. Nee ik ben die avond toch niet naar de film gegaan, de yogales op woensdag bleek niet door te gaan vanwege “herfstvakantie”, de wandeling voor die middag met borrel na met twee vrienden ging niet door vanwege de regen, en ik voel me nu weer vrij en blij.

Ik realiseer me dat ik een nieuwe balans moet zien te vinden tussen mijn buitenwereld en mijn binnenwereld. Ik ben mijn stille binnenwereld meer gaan waarderen. Want waar ik te veel in de buitenwereld actief ben, raakt mijn binnenwereld soms leeg. Een lange boswandeling in mijn eentje doet dan veel meer goed dan gezelligheid met anderen. Ik heb allebei nodig, maar het evenwicht daarin moet ik weer zien te vinden.

WAT IK MOEILIK VIND

De laatste tijd ben ik meer gaan lezen. En ook ben ik meer dan voorheen het nieuws gaan volgen, zie ik meer documentaires, en lees ik meer artikelen over de meest uiteenlopende problemen die onze wereld bedreigen. Ik wil het allemaal begrijpen, maar accepteren? Wat kan ik eraan doen?

Ik moet aan mijn moeder denken die – toen ze op de PG-Afdeling van Santvoorde woonde – weigerde om naar het Journaal te kijken. Waarom? Ze kon niet meer “tegen al die ellende”, ze hilde tranen met tuiten als ze iets zag of hoorde over kinderen die honger hadden, mishandeling, oorlogsgeweld, natuurrampen. Ze voelde zich vooral oud en machteloos. Dat is een gevoel wat menigeen liever wegdrukt. Hebben we het niet al zwaar genoeg met de ongelijkheid in onze eigen omgeving? De angst voor hoge gasrekeningen, de woningnood, de toeslagenaffaire, ziekte en dood dichtbij? Daar hebben we al zo weinig vat op, laat staan dat we de klimaatveranderingen zomaar even de wereld uit helpen, oorlogen kunnen afwenden, gelijke kansen en gelijk recht op geluk voor iedereen, wereldwijd kunnen afdwingen?

GEWOON DOEN WAT BIJ JE PAST

Hoe kunnen we dat gevoel van machteloosheid omdenken? Door te denken: “Het zal mijn tijd wel duren”, “Ik ben blij dat ik geen 50 jaar meer te leven heb”, “Ik hoef het gelukkig allemaal niet mee te maken?” De ogen ervoor sluiten en kop-in-het-zand? Dat wil ik niet. Maar één ding is zeker: Ik kan het niet veranderen. Ik kan alleen maar dicht bij huis doen wat ik denk dat goed is, en leven volgens mijn overtuiging.

“De wereld is slecht, de mensen zijn slecht”, vertelde onlangs een oude kennis die het zwaar heeft. Ik weiger zo te denken. Maar het tegendeel is ook niet helemaal waar.

Ik kan doen wat bij mij past en in mijn vermogen ligt: Goed zijn voor de mensen in mijn omgeving. Vriendelijkheid, belangstelling en steun geven en ontvangen dicht bij huis. Goed voor mezelf zorgen, eenvoudig leven en niet klagen over futiliteiten. Het leven genieten, en met anderen delen wat mogelijk is.

Meld- en Adviespunt Bezorgd van de GGD

Dit meldpunt is bedoeld voor sociaal kwetsbare mensen en de GGD werkt onder meer samen met de wijkteams, huisartsen en gemeente om te zorgen dat de betreffende persoon de juiste hulp krijgt. Dit meldpunt is o.a. bereikbaar via 030-6305480

Op de website vindt u veel meer informatie.

<https://www.ggdru.nl/zorg-en-overlast/meld-en-adviespunt-bezorgd.html>

Signaalpunt

(vervangt “Meldpunt Eenzaamheid Welzijn Baarn”)

Sinds vorig jaar wordt er hard aan de weg getimmerd op het gebied van Eenzaamheid in Baarn. Dankzij gelden vanuit het ministerie van VWS is de gemeente Baarn in de gelegenheid gesteld om onder andere projectleiders aan te stellen en bepaalde diensten in te kunnen kopen. Zo heeft de gemeenteraad onder andere besloten dat er een (online) Signaalpunt moest komen in Baarn.



Inmiddels is dit Signaalpunt ‘live’ gegaan. Inwoners, maar ook professionals zoals kappers, huisartsen, winkeliers, horeca etc., kunnen signalen van eenzaamheid melden via een online platform. Dit is te bereiken via <https://baarn.signalenportaal.nl/>

Inwoners kunnen hier ook een signaal betreffende henzelf invullen.

Uiteraard is telefonisch contact ook mogelijk, dit kan via het telefoonnummer 035-3037888. Zowel de telefonische als de online signalen komen binnen bij PIT Baarn. Deze medewerkers bieden een luisterend oor en desgewenst komt er iemand op huisbezoek.

Mocht u vragen hebben, schroom dan niet om contact op te nemen met Marloes Luijken, marloes.luijken@welzijnbaarn.nl of 06-82315407

Tips!

-Met deze link <https://www.plusonline.nl/veilig-online/zo-maak-je-een-coronatoegangsbewijs-met-de-coronacheck-app> komt u op de website van Plusonline waar stapsgewijs wordt uitgelegd hoe u de CoronaCheck app op uw smartphone kunt installeren.

-KLUP, dé app voor avontuurlijk 50+ Ontmoet, geniet en ga er samen op uit!
Meer informatie vindt u op www.kluppen.nl

-Wanneer u de volgende link opent komt u op de website WMO RADAR waar u online lessen kunt volgen uit het valpreventie programma.
Minder vallen meer bewegen | Mindervallen.nl

-Voor de fervente Bingo liefhebbers is het mogelijk om thuis bingo te spelen. Iedere woensdag wordt er gespeeld en deelname is gratis. Op onderstaande website vindt u meer informatie en kunt u zich aanmelden. www.denationalethuisbingo.nl



Vragen/opmerkingen

We hopen u met al deze informatie van dienst te zijn en mocht u iets missen of vragen/opmerkingen hebben, laat het dan gerust weten via Practiviteiten@welzijnbaarn.nl of bij de receptie van De Leuning.

NB: we doen ons best om u zo volledig en correct mogelijk te informeren maar helaas sluip er af en toe toch nog een fout in waarvoor alvast onze excuses!

Meer informatie vindt u ook op de pagina van Welzijn Baarn in de Baarnsche Courant.

Kijkt u voor de meest recente informatie ook op: www.welzijnbaarn.nl

GRAAG TOT ZIENS IN DE LEUNING!

De Leuninfo thuisbezorgd of zelf afhalen?

Het is mogelijk De Leuninfo thuisbezorgd te krijgen, dit is echter uitsluitend bedoeld voor mensen die geen emailadres hebben of niet zelf naar De Leuning kunnen komen.

Wilt u uw naam op de bezorglijst hebben of De Leuninfo digitaal ontvangen, laat u ons dit dan weten? Onderstaand vindt u alle contactgegevens.

U kunt De Leuninfo ook afhalen bij PIT (Eemnesserweg 17), in het gemeentehuis, de bibliotheek, de stationswinkel/stationshuiskamer, bij de huisartsenpraktijken en tevens vindt u exemplaren in de Seniorenbus.

Ondergetekende wil graag op de verzendlijst van De Leuninfo worden geplaatst:

Naam en voorletter(s):

M/V

Emailadres:

Wanneer u geen emailadres heeft en u zelf De Leuninfo niet kunt afhalen:

Adres:

Graag inleveren bij de receptie van De Leuning, mailen naar Practiviteiten@welzijnbaarn.nl in de brievenbus van De Leuning, of in een gefrankeerde enveloppe aan De Leuning.

Adverteren in De Leuninfo

Hieronder had ook uw advertentie kunnen staan! Wanneer u interesse heeft neem dan vrijblijvend contact op met Anja van de Beek om de mogelijkheden te bespreken.

ComfortAdvies

Alles voor seniorenwelzijn

Comfortabel & veilig thuis blijven wonen?

Onze ervaren adviseurs vertellen u graag meer over de mogelijkheden.

Bel: 085-8770099



Eigen installatie & montageservice

Alarmering (SOS) | Computers voor senioren
Hoorhulpen | Fietsen (duo- & driewiel)
Scootmobielen | Sta-op-stoelen | Relaxfauteuils
Telefoons (mobiel) | Telefoons (thuis)
Woningaanpassingen | Zorgoutlet **en meer!**

Tolweg 5, 3741LM Baarn | www.comfortadvies.nl

NEWASCO

NEDERLANDSE WASSERIJ COMBINATIE

Kunt u de was niet meer zelf doen?
Of besteedt u uw tijd liever aan andere dingen?
Kies dan voor de was- en strijkservice van Newasco.
Met aandacht voor mens en wasgoed!

Voel
je
thuis



www.newasco.nl