



## **Ouderen Samen is er vóór en dóór ouderen**

Stichting Ouderen Samen is een vrijwilligersorganisatie die graag haar steentje bijdraagt aan 'het nieuwe ouder worden'.

Ouderen willen namelijk zelf richting blijven geven aan hun leven en wonen steeds langer zelfstandig.

Ruim 60 enthousiaste vrijwilligers leveren hun bijdrage binnen diverse projectgroepen.

Onze vrijwilligers worden regelmatig bijgeschoold en zijn op de hoogte van de laatste ontwikkelingen.

Ouderen Samen overlegt regelmatig met de gemeente Vught en andere organisaties die belangrijk zijn voor ouderen.

### **Ouderen Samen**

*Wat we doen:*

- we zetten ons in als ouderenadviseur, cliëntondersteuner, woonadviseur en bezoeker weduwen en weduwnaars
- we organiseren activiteiten onder meer in De Rode Rik en, in samenwerking met ABZ, de Zomerschool/Winterschool
- we pleiten voor meer betaalbare seniorenwoningen en voor een toegankelijke woonomgeving

# Onze Projecten

## Ouderenadvies

U ontvangt een persoonlijk schrijven van de ouderenadviseur als u 75 jaar of ouder bent. De ouderenadviseur komt bij u thuis als u dat wilt.

De ouderenadviseur gaat met u in gesprek over de zaken die u bezighouden bij het ouder worden. In dit gesprek kunnen diverse onderwerpen aan de orde komen: wonen, veiligheid, mogelijkheden tot ontmoeting, activiteiten, huishouding, vervoer, Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en zingeving.



## Cliëntondersteuning

In de Wmo is geregeld dat iedereen die een aanvraag doet bij de gemeente voor huishoudelijke hulp, zorg, hulpmiddelen, vervoer of woningaanpassing, gebruik kan maken van gratis onafhankelijke cliëntondersteuning.

Bij een Wmo-aanvraag is er een 'keukentafelgesprek' tussen de gemeente en de inwoner. Het is heel prettig om bij zo'n officieel gesprek iemand naast u te hebben, onafhankelijk én met verstand van zaken.

De onafhankelijk cliëntondersteuner van Ouderen Samen:

- kan de Wmo-aanvraag verhelderen
- bespreekt met u hoe het proces van de aanvraag loopt
- kan aanwezig zijn bij het gesprek met de gemeente
- neemt het verslag van het gesprek met u door
- kan, indien nodig, ook helpen bij het maken van bezwaar tegen een beslissing van de gemeente



## **Bezoek weduwen & weduwnaars**

Een ervaringsdeskundige vrijwilliger, die zelf weduwe of weduwnaar is, biedt een luisterend oor en ondersteuning aan ouderen van wie de partner is overleden

Onze vrijwilliger begrijpt wat het is om uw partner te verliezen. Het bezoek kan een aanvulling zijn op de al bestaande ondersteuning vanuit de omgeving.



## Afspraak maken voor advies?

Voor een bezoek aan huis van een *Ouderenadviseur, Onafhankelijk Cliëntondersteuner, Woonadviseur* of *Bezoeker weduwen & weduwnaars* kunt u contact opnemen met Ouderen Samen via Welzijn Vught tijdens kantooruren: 073-656 53 50. U kunt ook een mail sturen naar [info@ouderensamen.nl](mailto:info@ouderensamen.nl)

Ook uw partner of een van uw kinderen kan een adviesgesprek aanvragen en/of bijwonen.

Het advies is gratis. Uw privacy is gewaarborgd.

## Wonen voor ouderen

In Vught wordt nog steeds weinig gebouwd voor ouderen die bijvoorbeeld graag kleiner willen wonen en daarom op zoek zijn naar een huur- of koopwoning.

Wij pleiten voor betaalbare huur- en koopwoningen die geschikt zijn voor senioren, b.v. appartementen en patiobungalows, bij voorkeur nabij voorzieningen.

De werkgroep heeft zich verdiept in de woonwensen van de senioren. Zij vraagt regelmatig aandacht voor voldoende woningen en appartementen voor senioren bij nieuwbouwplannen.

## Gastvrije Wijkpunten

Wat is er fijner dan gewoon in uw eigen wijk een kop koffie te drinken, een spelletje te doen, een lezing bij te wonen, een cursus te volgen of een maaltijd te genieten? Zoals bij de Rode Rik in Vught-Zuid: een Wijkpunt waar altijd wat te doen is.

U bent ook welkom in Woonzorgcentrum Theresia, Huize Elisabeth, DePetrus, De Vlasborch, Prins Hendrik, TV Woburnpark en Schoonveld.



## Activiteitencommissie

Ouderen Samen is samenwerkingspartner in De Rode Rik. De activiteitencommissie organiseert daar diverse activiteiten.

Er worden muzieklms gedraaid, spelletjesmiddagen georganiseerd en lezingen over interessante onderwerpen gehouden. Ook voor een praatje met koffie of thee en bewegingsactiviteiten bent u welkom.

Een maal per maand wordt samen met ABZ een Matinée Musicale, een muzikale middag met diverse onderwerpen georganiseerd in DePetrus.

Hebt u vragen over het gebruik van uw tablet of iPad? Kom dan naar het DIGI-vragenuurtje op vrijdagmorgen eens in de twee weken. Hebt u meer ondersteuning nodig dan kunt u zich inschrijven voor tabletlessen. Meer informatie vindt u op onze website. Kijk in de agenda wat u kunt doen.

## Zomerschool/Winterschool

Met de Zomerschool/Winterschool bieden we culturele, creatieve, sportieve en ontspannende activiteiten aan in de zomermaanden en na de feestdagen. Met verschillende activiteiten verspreid over een langere periode willen we ontmoeting en contact bevorderen. De Zomerschool/Winterschool wordt samen met ABZ uitgevoerd.



## Toegankelijk Vught

De projectgroep Toegankelijk Vught wil er voor zorgen dat mensen zo veel en zo lang mogelijk zelfstandig op pad kunnen om bijvoorbeeld boodschappen te doen, activiteiten te bezoeken of bij iemand op de koffie of thee gaan.

### **Wat doet de projectgroep Toegankelijk Vught:**

- knelpunten signaleren en zoeken naar praktische oplossingen, samen met de verantwoordelijke(n)
- mensen bewust maken van de hindernissen die mindervalide mensen tegenkomen



### **Digitale toegankelijkheid**

Ook digitale toegankelijkheid is van groot belang voor het opzoeken van informatie, telebankieren, gegevens inzien in uw medisch dossier en nog veel meer.



## Samenwerking

Ouderen Samen werkt samen met:

- De Rode Rik
- Dementienetwerk
- GeheugenCafé
- Mantelzorgnetwerk
- Fittestdagen



### Informatieve links:

<https://welzijnvught.nl/> Welzijn Vught voor informatie over dementie, armoede en mantelzorg

<https://www.digitale-sociale-kaart.nl/vught> Andere mensen ontmoeten of iets voor een ander doen? Op zoek naar een bezigheid of praktische informatie? Vindt op Sociale Kaart wat bij u past, gewoon in uw eigen buurt.

<https://www.vughtvoorelkaar.nl/> Op zoek naar passend vrijwilligerswerk of juist hulp nodig? Op Vughtvoorelkaar.nl vindt u elkaar gemakkelijk en veilig. Plaats ook uw vraag en aanbod!

<https://vught.nl/> Gemeente Vught, hier vindt u alle info over de gemeente Vught.

<https://seniorenbusvught.nl/> De Seniorenbus brengt u van deur tot deur. ANWB-automaatje is hier ook bereikbaar.

## Website, agenda en nieuwsbrief

Alle bovengenoemde projecten en activiteiten hebben we uitgebreid toegelicht op onze website: [www.ouderensamen.nl](http://www.ouderensamen.nl)

Er is een blog met het laatste **nieuws**, u kunt zich daar ook inschrijven voor de **nieuwsbrief**, zo blijft u op de hoogte.

In de **agenda** vindt u veel activiteiten om contact te maken met mensen uit uw buurt, samen actief te zijn of een praatje te maken.

Op de pagina **informatie & advies** hebben we heel veel informatie voor u verzameld.

Op de site vindt u een pagina voor de **Zomerschool** en de **Winterschool**. Hier vindt u het programma en de foto's.



**Stichting Ouderen Samen**  
**Postbus 2175**  
**5260 CD Vught**  
**T 073-6565350**  
**W [www.ouderensamen.nl](http://www.ouderensamen.nl)**  
**E [info@ouderensamen.nl](mailto:info@ouderensamen.nl)**

