



Gemeente Druten

In de gemeente Druten leeft 11% van de mensen onder de armoede grens!

Lastig rondkomen, of beginnen de betaalachterstanden, zelf het probleem herkennen, of door je directe omgeving, kan helpen om erger te voorkomen.

Durf er, van beide kanten, over te praten.

Schuldhuipverlening

U kunt bij een deskundige van de gemeente altijd een afspraak maken. Samen kijken we naar uw financiële situatie en geven we tips en adviezen die passen bij uw situatie. Vraag een gesprek aan met de gemeente via telefoonnummer 088-432 74 32

Voedselbank in De Linde

Vanaf 8 juni kan er in De Linde gewinkeld worden. Vanaf die datum is de gemeentelijke Voedselbank met haar 'winkelconcept' daar gevestigd.



Omzien naar elkaar

contact en bezoekgroep

Op 25 mei waren we bij het definitieve afscheid van ons lid Rina van der Zandt—Tijnagel

Vanuit onze vereniging willen wij aandacht geven aan mensen in ons dorp en onze buurt, voor

leden en niet leden. Als men te maken krijgt met ziekte, mindere mobiliteit of moeilijke persoonlijke omstandigheden, en het op prijs stelt om eens even met iemand te praten, kan men contact opnemen. Ook mensen uit hun omgeving kunnen onze groep benaderen. Stelt u een telefoontje of bezoekje vanuit de Seniorenvereniging op prijs? Gewoon zin in een praatje als je alleen bent, of ziek? Of kent u iemand die dat wel zou willen, maar het moeilijk vindt om daarvoor de telefoon te pakken?

Stuur een e-mail berichtje naar: info@seniorenpuiflijk.nl

Of bel of mail rechtstreeks naar de leden van onze contactgroep:

Riet Kruisbergen	0487-51 30 01	janrietkruisbergen@gmail.com
Mieke van Schadewijk	0487-51 49 28	miekevanschadewijk@gmail.com
Marlies Asselbergs	0487-51 52 52	marliesasselbergs@gmail.com
Petra van de Pol	06 392 229 48	petravandepol65@gmail.com

Volgende Nieuwsbrief: 11 juli

Bijdragen aanleveren uiterlijk 5 juli via ons e-mail adres

Contact Senioren Puiflijk e-mail: info@seniorenpuiflijk.nl

telefoon: 0487-51 42 32 (voorzitter)

Secretariaat: Nijkamp 34 6651HA Druten tel. 06 291 723 35

website: www.seniorenpuiflijk.nl

Herkennen signalen geldzorgen

- Administratie is niet op orde/ongeopende post
- Gedrag: verward, gestrest, gedesorienteerd of chaotisch
- Niet nakomen afspraken zonder opgaaf van reden (stress, geen geld voor reiskosten)
- Mijden of uitstel medische zorg/tandzorg (eigen risico, geen aanvullende verzekering)
- Sociaal isolement: niet ingaan op uitnodigingen (verjaardagsfeestjes/activiteiten etc.)
- Kleding: zomerkleding in de winter, kapotte kleding, altijd dezelfde kleding

Gesprek starten

• Normaliseren van de situatie.

We vinden het fijn als we niet de enige zijn die een probleem ervaart. Als meer mensen er last van hebben is het makkelijker om het erover te hebben.

• Erkennen dat het een moeilijk onderwerp kan zijn.

Voor veel mensen is het een moeilijk onderwerp om over te praten. Erkennen hiervan kan deel van ongemakkelijkheid wegnemen.

• Aangeven dat de inwoner zelf kiest.

Vaak voelen mensen zich onder druk gezet. Minimaliseer deze druk door maximaal de ruimte te geven aan de ander en te benadrukken dat de keus bij hem of haar ligt.

• Oppikken en benoemen van aanknopingspunten in gesprek.

Vaak zitten er verschillende aanknopingspunten om te beginnen over de financiën in een gesprek. Probeer deze op te pikken en daar op in te gaan. Voorbeelden: 'Ik zie dat...' 'Klopt dat...', 'Hoe zie jij dat?'

Peilen situatie

- "Heb je een overzicht van je inkomsten en uitgaven?"
- "Heb je genoeg inkomsten om je vaste lasten en boodschappen te betalen?"
- "Zijn er kosten die je in de afgelopen 2 maanden niet hebt kunnen betalen?"
- "Maak jij je zorgen over geld?"
- "Zo ja, zou je hier hulp bij willen? Zullen we dit samen gaan oppakken?"

Doorverwijzen

Neem contact op met de gemeente, ook als je twijfelt! Samen kunnen we de inwoner met geldzorgen beter helpen!

Tips bij verwijzing:

- Maak samen de afspraak
- Ga mee naar de afspraak
- Vraag na afloop hoe het gesprek is gegaan en wat de vervolgstappen zijn.

Senioren Puiflijk & Druten-Zuid

www.seniorenpuiflijk.nl

Nieuwsbrief 05 juni 2023

Volgens meteorologen zijn we op 1 juni de zomer ingerold.

In het oude boerenverstand is 15 juni als start van het zomerseizoen opgeslagen. Hoe dan ook, juni begint qua weer veelbelovend, of gaat dat optimisme meteen over in zorgen over hitte en droogte? Zorgen en problemen kunnen zich in de zomermaanden ook voordoen als je omgeving erop uit trekt, en je wat 'allendig' achterblijft. Kom op dan, even er uit, dorps huis De Lier als huiskamer, ontmoetingsplek, alle dinsdagochtenden een koffie-uurtje en bovendien op vrijdagen in juli en augustus de Samen1 bijeenkomsten. Met vele activiteiten, maar ook gewoon een kop koffie of thee met een praatje. Of meebewegen op de maandagochtenden met de gym club.

In deze Nieuwsbrief wederom aandacht voor het armoede probleem, over de gemeentelijke Voedselbank die in De Linde haar nieuw onderkomen heeft gevonden, en we blikken terug op de geslaagde excursie per fiets en auto naar het logistieke bedrijf van Huisman en naar stoomgemaal De Tuut.

En natuurlijk de komende activiteiten: Midgetgolf en BBQ, bent u er (weer) bij?



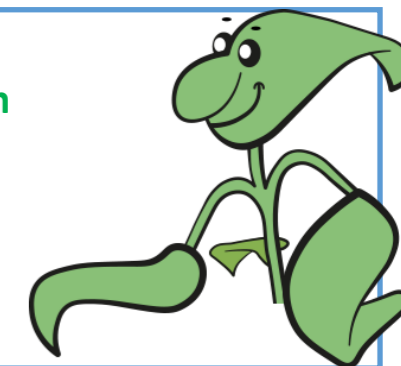
Midgetgolf Toernooi Wees er snel bij! donderdagmiddag 15 juni, 14.00 uur, Tabaksplant Afferden

- Het Puiflijkse Senioren Kampioenschap!
- Wie krijgt de Wisselbeker mee naar huis?

Eigen bijdrage € 3,50 pp graag ter plekke gepast betalen.

Opgeven kan nog tot 14 juni via ons e-mail adres:

info@seniorenpuiflijk.nl of per telefoon: 0487-514232



Zomerse BBQ op zaterdagmiddag 1 juli

16.00—ca. 19.00 uur, terras bij De Lier

We sluiten het voorjaar af met een gezellig barbecuefeestje in de grote tent bij De Lier Eigen bijdrage: € 10,00 pp inclusief 2 consumpties, ter plekke graag gepast betalen. Aangeven of u gehouden bent aan dieet wensen of -eisen, zoals glutenvrij.

Aanmelden uiterlijk 25 juni:

telefonisch iedere werkdag tussen 17.00 en 18.00 uur op nummer 06 291 723 35 – Henk van der Poel, of via email: poeldruten@gmail.com





Linksboven vertelt directeur Harrie Huisman over de geschiedenis van het logistiek bedrijf. In de hallen is alles groot, en vooral erg hoog. In het ketelhuis van De Tuut worden vrijwilligers geselecteerd op het door het mangat van de ketel passen.



Jeu des Boules

Iedere dinsdagochtend op de baan achter De Lier kan het weer. Ingang via de Rogberg.

Ga er kijken of loop om 10.00 uur, tijdens het Koffie-uurtje, eens binnen in De Lier. De ene ploeg drinkt eerst een kop koffie daar, de andere start meteen om 10 uur op de baan. Alle informatie ook via ons e-mail adres:

info@seniorenpuiflijk.nl

Oproep kaartliefhebbers!

Rikken bij Dagbegeleiding 'De Ontmoeting' in De Lier. Een keer in de twee weken, op dinsdagen, tijdens ons Koffie-uurtje, van 11 tot 12.

De **DuoFiets** in Puiflijk zoekt nog dringend naar maatjes en een coördinator info: duofiets@oogcafedruten.nl

Belangrijk berichtje van Harry Jolink:

Blijven bewegen!

Uit recent onderzoek is gebleken, dat mensen op latere leeftijd steeds minder, of te weinig, bewegen.

Terwijl dit juist iemand heel goed kan helpen bij het herstellen van b.v. een operatie. Als u over een goede conditie beschikt, dan bent u weer sneller de oude. Dus is en blijft bewegen heel erg belangrijk. Je kunt dit doen in je huiskamer tijdens Nederland In Beweging op de tv. Maar samen bewegen is natuurlijk veel fijner en gezelliger.

En dat kan! Elke maandagmorgen in De Lier

Daar is een gemengde groep van 09.00 tot 10.00 uur, en een damesgroep van 10.15 tot 11.15 uur.

Wij starten telkens met het opwarmen en stimuleren van de spieren, en dat doen we ongeveer 15 minuten.

Hierna volgen verschillende oefeningen met behulp van b.v. blokken, touw, kegels, hoepels of banken.

Ook bestaat dit deel soms uit bewegen op muziek.

De nadruk ligt veel op evenwichtsoefeningen, want evenwicht verlies is vaak de oorzaak van ongelukken. En we sluiten af met een spel.

Na de les kan iedereen die dat wil, onder het genot van een kopje koffie of thee gezellig bijpraten, en zo begint de week goed voor iedereen.

Kom gerust eens binnenlopen op maandagochtend, of nog beter, breng de gymschoenen mee, en doe gezellig met ons mee.

Wij wachten uw komst af!

Terugblik Fiets- auto excursie op vrijdag 26 mei

Met iets meer dan 40 leden zijn we per fiets en via een ommetje naar Huisman Transport op bedrijventerrein Westerhout gereden, ook een enkele auto was van de partij.

Een hartelijke ontvangst, Puiflijkers onder elkaar, door de directie, koffie en lekkers, en een uitgebreide presentatie over de geschiedenis van het mooie familiebedrijf, dat in 1929 door de opa van huidig directeur Harrie Huisman, met een enkele vrachtwagen op de Hogestraat is begonnen. En natuurlijk het verhaal van de hedendaagse activiteiten die gigantisch groot in beeld kwamen tijdens de aansluitende rondleiding door de enorme hallen. Het liep allemaal op een enthousiaste manier wat uit, dus snel op de fietsen dwars door Maas en Waal naar De Tuut, het stoomgemaal in Appeltern. De auto's waren er het eerst. Daar stond de lunch in buffetvorm al klaar. Jan Reijnen vertelde na de soep, en tijdens de broodjes, over de geschiedenis van dit bijzondere gemaal, nog enig in originele staat. Dan met Jan en Luc de rondleiding langs de sluisen, het ketelhuis, de machinekamer, kelder en schoorsteen. Een drankje sloot deze geslaagde excursie dag af. Al moesten de fietsers nog eventjes de kilometers terug naar Puiflijk verslaan. Het grote geluk die dag zat hem ook in het perfecte fietsweer! U was er niet bij? Volgend jaar weer een ander interessant doel!



Geen 50+ Magazine meer.

Bij deze en alle volgende Nieuwsbrieven treft u geen 50+ Magazine meer aan. Zoals in de Jaarvergadering van 1 april j.l. werd afgesproken, wordt het proefabonnement niet verlengd, en is per juni beëindigd.

Programma restant 2023 in het kort

Donderdag 15 juni 14.00 uur Midgetgolf Tabaksplant, strijd om de wisselbeker

Zaterdag 1 juli 16.00 uur Zomerse BBQ bij De Lier
Opgeven Midgetgolf en BBQ: zie de voorpagina

Gedurende de zomerweken

Vrijdagen 28 juli—25 augustus 5 vrijdagen Samen1, het zomerprogramma van het platform 'Eén tegen eenzaamheid' in De Lier, voor geheel Druten
Gewoon binnenlopen, vele activiteiten, maar ook 'gewoon' voor een kopje koffie, thee of een praatje.

Natuurlijk ook de wekelijkse **dinsdagen met het Rondje Oude Toren**, een uurtje wandelen van 9 tot 10 uur vanaf De Lier

Aansluitend het **Puiflijks Koffie-uurtje** van 10 tot 12 uur en het **Jeu des Boules**.

Alle woensdagen **fietsen** met de Deurtrappers om 9 uur en de Middagtrappers om 13.30 uur vanaf De Lier

voor de agenda:

1 September Met de Uitgaanders naar Dreumel
September Fietstocht met picknick
Zondag 24 september Thomas Verbogt in D'n Bogerd
Donderdag 5 oktober Dag van Ontmoeten samen met de OEP
Zaterdag 21 oktober Kermismiddag
Zaterdag 25 november Gezellige Puiflijkse Middag
Zaterdag 23 december Kerstviering
Dinsdag 3 januari 2024 Nieuwjaarskoffie-uurtje-borrel

Alle verdere informatie volgt in de komende Nieuwsbrieven