

Welzijn wijzer

Welzijn wijzer

📄 pagina inwoners gemeente Eersel

Redactie:

e-mail: welzijnwijzerredactie@gmail.com

Hulp bij geldzaken Kom in actie!!

Het nieuwe jaar is begonnen. Tijd voor goede voornemens. Kom je moeilijk rond met je inkomen of heb je andere geldzorgen? Wacht dan niet langer en kom in actie. Je kunt zelf aan de slag met Geldfit of Startpunt Geldzaken, maar je kunt ook terecht bij de Thuisadministratie van Cordaad Welzijn.

Geldfit

Op www.geldfit.nl kun je anoniem een test doen. Aan de hand van een aantal vragen ontdek je of je financieel gezond bent of niet. En wat je kunt doen om financieel fit te worden of te blijven. Je krijgt een persoonlijk advies.

Als je wilt dat er iemand met je meedenkt, kun je gratis en anoniem het landelijke telefoonnum-

mer bellen 0800-8115 voor hulp bij geldzorgen. Via de website van Geldfit kun je ook chatten met een medewerker van Geldfit.

Startpunt geldzaken

Op www.startpuntgeldzaken.nl/kempengemeenten vind je geldplannen voor verschillende levenssituaties. De geldplannen zijn ontwikkeld voor huishoudens in verschillende omstandigheden. Telkens wordt stap voor stap aangegeven hoe in bepaalde omstandigheden de financiële situatie kan worden versterkt.

Er zijn inmiddels 11 geldplannen. Bijvoorbeeld:

- Kom uit de geldzorgen
- Rondkomen met kinderen
- Pensioen
- Scheiden
- Werkloosheid

Je kiest het geldplan dat bij jouw situatie past. Je geeft aan wat je



met het geldplan wilt bereiken. Vervolgens vul je enkele gegevens over je situatie in. Hieruit volgen een aantal tips. Je kiest de tips die bij jou passen. Tot slot voer je het actieplan uit.

Thuisadministratie Cordaad Welzijn

Het is best lastig om je eigen administratie en geldzaken bij te houden. Al die brieven en formulieren, soms per post, soms digitaal. Rekeningen die betaald moeten worden. Ben je ook het overzicht wel eens kwijt? Meld je dan aan bij de Thuisadministratie van Cordaad Welzijn.

Wat mag je verwachten?

Een ervaren vrijwilliger die naar jou luistert en die helpt om de controle terug te krijgen. Stap voor stap, met duidelijke uitleg en met aandacht voor jouw situatie.

Financiële hulp op maat

De vrijwilliger begeleidt jou in wat nodig is. Bijvoorbeeld hoe jij jouw uitgaven bijhoudt, je administratie ordent. Of welke voorzieningen je aan kunt vragen wanneer je (tijdelijk) weinig inkomen hebt.

Heb je een vraag?

Of wil je weten wat de Thuisadministratie voor jou kan doen? Neem vandaag nog contact op met John Vlassak, coördinator van de Thuisadministratie. Hij is bereikbaar via telefoonnummer 06-40991542 of e-mail naar ta@cordaadwelzijn.nl.

E-mail uw activiteiten, vergaderingen e.d. om deze onder de aandacht te brengen naar: welzijnwijzerredactie@gmail.com

Activiteiten Agenda 2023

't Kletscafé (13.00-15.00 uur)
Elke maandagmiddag een ontmoetingsplek voor alle inwoners van het dorp.
Locatie: Zitruimte Fit Factory, Dreef 31, Eersel
Tel. 0497-515152
Info: tKletscafé@Molenakkers.nl

Inloop ouderen
Elke dinsdagmiddag vanaf 13.30 uur in d'n Boogerd in Vessem.

Cordaad Welzijn
Inloopsprekuren 10.00-11.30 uur elke eerste woensdag van de maand in Bibliotheek Eersel. Info: eeffeheesterbeek@cordaadwelzijn.nl

Iets drinken: volwassen vanaf 18 jaar met ASS. Elke eerste woensdag van de maand 19.00-23.00 uur in zaal achter Café de Mert in Eersel.
Info: www.ietsdrinken.nl

Senioren sociëteit 't Wiekske: elke vrijdag 10.00-15.30 uur in De Koperwiek, Gebr. Hoeksstraat 8, Eersel. Kosten € 4,-, € 6,- of € 10,- afhankelijk van tijd en lunch.
Info: eeffeheesterbeek@cordaadwelzijn.nl

Stichting De Kempen Specials TEENS (vanaf 12 jaar).
De leukste club voor jongeren met ASS en normale begaafdheid. Voor een overzicht van de activiteiten zie: www.dekempenspecials.nl

VRIJWILLIGERSWERK

Voor vraag en aanbod van vrijwilligerswerk, individuele hulp en maatjes in en om gemeente Eersel www.eerselvoorelkaar.nl
Meer info of persoonlijk advies Steunpunt Vrijwilligerswerk Eersel-voorelkaar: 0497-531304
info@eerselvoorelkaar.nl

Adviesraad voor IEDEREEN!

Adviesraad Sociaal Domein (ASD) hoort graag van u

In een gesprek met de voorzitter, Ingrid van Beek en de secretaris, Rien Castelijns leggen zij uit wat en wie de ASD is.

Wat is de ASD?

De ASD is een adviesorgaan voor de gemeente en geeft gevraagd maar zeker ook ongevraagd advies over alles wat de zorg, de participatie, de ondersteuning en toegankelijkheid in de hele gemeente betreft. Alles dus wat valt onder de WMO, De Jeugdwet en de Participatiewet. De raad bestaat uit vertegenwoordigers van lokale vrijwilligers- en belangenorganisaties die een raakvlak hebben met deze gebieden. Dat zijn dus senioren, mantelzorgers, vrijwilligers, mensen met een lichamelijke, verstandelijke of psychische beperking, jeugd, mensen met afstand tot de arbeidsmarkt, minima, statushouders. Elke doelgroep is vertegenwoordigd en daardoor is de raad een afspiegeling van de bevolking van Eersel. In de raad mogen maximaal 18 mensen zitten. Momenteel zijn het er 15 maar een aantal leden vertrekt en daarom zijn er nieuwe mensen nodig (zie vacatures). De leden zijn lid van werkgroepen die

actief zijn in de drie genoemde gebieden. Dat kan een werknemer in de zorg zijn, maar ook een ouder van pubers.

Voor wie is de ASD?

De ASD is er voor iedereen en richt zich vooral op advies over zaken die ouderen, kwetsbaren, kansarmen en jongeren aangaan. Dat kan gaan over mensen die vereenzamen, de kostwinnerstoelage, cliëntondersteuning, inrichting openbare ruimte, de combinatie zorg/wonen, preventie van alcohol/drugs gebruik, jeugdcoaches, wachtlijsten in de zorg etc. Dus als u bijvoorbeeld als mantelzorger aanloopt tegen zaken die onduidelijk zijn in de WMO over zoiets als een traplift, dan kunt u uw ervaringen doorgeven aan de raad. Zij kunnen ervaringen als deze bundelen en omzetten in een concreet advies aan de gemeente.

Wat doet de ASD?

De raad geeft advies over verbeteringen in de zorg en dienstverlening ten behoeve van de genoemde doelgroepen. Bijvoorbeeld als iemand geen vervoer heeft naar familie of ziekenhuis kan de raad een advies uitbrengen over dit onderwerp: is er genoeg en geschikt openbaar vervoer in alle dorpen? Zijn er vrijwilligers(diensten) die vervoer organiseren of moet de gemeente misschien actief inspringen op dit probleem en een regeling treffen met de ANWB/Automaatjes? Om ervoor te zorgen dat iedereen mee kan doen houden zij dus een vinger aan de pols. Ze werken intensief samen met de Dorpsraden. De ASD heeft informatie nodig om te doen waarvoor ze is opgericht. Hebt uw ervaringen in het zorgdomein of hebt u goede ideeën, laat het weten. Het bundelen van de input voor kleine en grote thema's tot

VACATURES: Drie nieuwe leden gezocht

De Adviesraad is momenteel op zoek naar drie nieuwe leden, die zich met name richten op het werkingsgebied van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO). Het is belangrijk dat je als belangenbehartiger op dit werkgebied goed kunt luisteren. Wij zoeken vooral naar inwoners die binnen de gemeente Eersel een netwerk hebben (groot of klein) en daardoor signalen op kunnen halen bij (kwetsbare) inwoners.

bruikbare adviezen staat of valt dus met uw medewerking.
Informatie: www.eersel.nl (zorg en ondersteuning inwoners) of mail naar: secretaris@eersel.nl



Een nieuw jaar, nieuwe voornemens!*



Elk jaar maakt ongeveer 80% van de Nederlandse inwoners weer goede voornemens. Helaas is uit onderzoek ook gebleken dat het maar bij 25% hiervan lukt om de goede voornemens het hele jaar vol te houden. Sterker nog een groot deel is aan het einde van het jaar vergeten dat ze een voornemen

hadden. Dus je hoeft jezelf niet schuldig te voelen als het vorig jaar niet is gelukt.

Wat zijn de populairste voornemens?

De top vijf is als volgt:

1. Afvallen
2. Minder druk maken
3. Meer sporten/bewegen
4. Nieuwe of andere baan vinden
5. Zuiniger met geld omgaan

Hoe maak je van je voornemens wel een succes?

Voorkom dan dat je zo rond de zomer met schaamte terugdenkt aan de ambitieuze doelen die je jezelf

voor het nieuwe jaar stelt. Maar als je gestructureerder met je doelstellingen aan de slag gaat én ze opvolgt, gaat het je dit jaar lukken.

Tip 1: Verander je routines

Voor het afleren en het aanleren van gewoontes, is het belangrijk dat je weet wat er aan jouw gedrag voorafgaat en wat erop volgt. Wat maakt dat je elke ochtend een kop koffie zet?

Wat zorgt ervoor dat je steeds je mobiel pakt om te checken of je berichten hebt? Is het de situatie, de locatie, je gemoedstoestand of is er iets anders dat deze routine op gang brengt? Als bepaald gedrag

positieve gevolgen heeft, maakt dat we het vaker herhalen.

Tip 2: Maak je doelen visueel

Net als bij het afstrepen van je te do lijst vinden we het heerlijk om te zien dat we vooruitgang boeken. Bij gewoontes kweken helpt het meten en tellen bij het inslijpen van gedrag.

Tip 3: Dagboek

Maar het is ook geweldig om tot inzicht te komen. Want opnieuw lezen wat we lang geleden opgeschreven hebben, helpt ons om ons leven in een ander daglicht te zien. Is het echt op die manier ge-



beurd? Noteer iedere dag waarom je wel of niet je nieuwe doelen hebt behaald... Dit is confronterend maar zeer effectief. Dit omdat je dagelijks even nadenkt over de dag, doelen en evalueert.

Succes!!

*bron: DeTop100.nl