Welzijn wijzer

Welzijn wijzer
pagina inwoners gemeente Eersel

Redactie:

e-mail: welzijnwijzerredactie@gmail.com

Mentorschap; een rots in de branding voor wie het zelf niet meer kan

Veel mensen kunnen door een ziekte of beperking niet meer goed voor zichzelf opkomen. Zij vragen om meer aandacht en ondersteuning die het eigen netwerk of thuisfront vaak niet meer kan bieden. Stichting Mentorschap Zuidoost Brabant biedt uitkomst door vrijwillige mentoren in te zetten die opkomen voor de belangen van deze kwetsbare mensen. Om mentoren adequaat te ondersteunen, volgen nieuwe mentoren eerst een basiscursus.

Mentorschap wordt officieel toegewezen door de kantonrechter. Daardoor is een mentor wettelijk bevoegd en gemachtigd om een cliënt te vertegenwoordigen wanneer die daartoe zelf niet in staat is. Dit gaat om beslissingen op het gebied van verzorging, verpleging, behandeling en begeleiding. Mentoren zijn geen hulpverleners of mantelzorgers, maar fungeren als vertrouwenspersoon en belangenbehartiger. Zij nemen de eigen wensen, zorgen en belangen van de cliënt als leidraad en bouwen aan een vertrouwensband.
Maar wat houdt dit werk precies in, en wat levert het op? Wij spraken met vrijwilliger Erik Göertz uit Knegsel.

Betekenisvol na het pensioen
Voor Erik Göertz uit Knegsel was de stap naar Stichting Mentorschap een hele natuurlijke. Toen hij met pensioen ging, wilde hij zijn tijd betekenisvol blijven besteden. ”Ik wilde niet achter de geraniums zitten,” vertelt Erik. ”Toen ik las over het werk van Stichting Mentorschap, sprak het persoonlijke en menselijke aspect me meteen aan. Je bouwt echt een band op met iemand en je kunt zoveel betekenen.”

Al vier jaar staat Erik een alleenstaande man bij die niet meer zelfstandig beslissingen kan nemen. Erik helpt hem om grip te houden op de kwaliteit van zijn leven. ”Mijn

cliënt kan zijn eigen zaken op het gebied van zorg en ondersteuning niet meer overzien. Als mentor ben ik er om zijn stem te laten horen.”
”Het geeft heel veel voldoening als je ziet dat iemand weer rust krijgt doordat de zorg goed is geregeld.”

De regie behouden met een paar uur per maand
In de praktijk betekent dit dat Erik regelmatig op bezoek gaat, overlegt met behandelaars en artsen, en opkomt voor wat zijn cliënt nodig heeft. Soms gaat het om een kritisch gesprek met een behandelend arts, soms om het regelen van een beter hulpmiddel, maar ook vaak om een goed gesprek over de dagelijkse bezigheden.

”Met zo’n 4 tot 8 uur begeleiding per maand kun je als mentor heel veel betekenen,” legt Erik uit. ”Het geeft mij ontzettend veel voldoening dat ik de zaken op het gebied van zorg en ondersteuning voor hem kan regelen. Je merkt dat het hem rust geeft dat er iemand naast hem staat die puur kijkt naar wat goed voor hém is. Maar ook voor het zorgteam is het fijn dat zij nu iemand hebben die naast de cliënt staat en ook voor hen het aanspreekpunt is.”

Word ook mentor in de regio
Wilt u net als Erik opkomen voor kwetsbare mensen in de regio? De stichting Mentorschap is dringend op zoek naar nieuwe mentoren in de Kempen.
Kijk voor meer informatie, ervaringsverhalen of om u aan te melden op de website of bel met 06-1094 5367.

Samen zingen...

Houdt u van zingen? Of zong u vroeger graag, maar is het er een beetje bij ingeschoten? Dan bent u beslist welkom bij één van de zangkoren in onze regio. Zangervaring is lang niet altijd nodig, net zo min als het kunnen lezen van zangnoten. In principe kán iedereen zingen! Bij het ene koor ligt de drempel weliswaar wat hoger dan bij het andere, maar bij veel koren ligt de drempel laag of heel laag en staat gezelligheid voorop. Bij samen zingen vervaagt als het ware de tijd.... Het is ook nog eens gezond, ontspannend, biedt vaak troost en is goed voor de longen. En... ook niet onbelangrijk, een leuke en eenvoudige (en goedkope) manier om nieuwe mensen te ontmoeten.

Samen zingen zorgt ook voor verbinding! Een belangrijke sportwedstrijd tussen teams wordt niet voor niets voorafgegaan door het luidkeels meegezongen volkslied of clublied.
Bij een volksfeest als Carnaval of Familiefeest als bruiloft horen als vanzelfsprekend gezamenlijk gezongen feestliederen. Samen zingen in bijvoorbeeld een Kerkdienst, maar ook bij moeders afwas, zorgt voor sfeer en warmte.

Samen zingen vergroot kennelijk het gevoel van saamhorigheid.

Ouderenkoor De Contente Zangers Sinds 1978 Eersel

”Een koor is een sociale snelkookpan” aldus een onderzoek van de universiteit van Californië.

Elk koor zingt zoals het gebekt is... en heeft zodoende haar eigen repertoire en koorbezetting.
De diversiteit is groot, ook in onze regio. Ouderenkoor “De Contente Zangers” in Eersel bijvoorbeeld, repeteert al sinds jaar en dag op de woensdagochtend in de Eikenburg in Eersel, dit in tegenstelling tot de meeste koren die op een doordeweekse avond hun 1- of 2-wekelijkse repetitie houden.
Elke woensdagochtend komen ongeveer 30 dames en heren bijeen van 9.45 tot 11.30 uur om zowel kerkelijke liederen als (kempische) volksliederen te oefenen.
Uiteraard met koffiepauze tussendoor.

Een van hun leden zegt daarover het volgende:
”Al meer dan 15 jaar zing ik in een (ouderen-) koor. Ooit met mijn vrouw meegegaan naar een repetitie (-ochtend) en nooit meer weggegaan. Ik heb er veel voldoening uitgehaald.
Samen zingen zorgde bij mij niet alleen voor ontspanning en afleiding, maar ook voor fijne contacten met gelijkgestemden. Ik ben er dan ook 100% zeker van dat veel méér mensen, zeker ook oudere mensen, heel veel plezier kunnen beleven aan samen zingen in een koor. Uit ervaring weet ik dat zangervaring daarvoor lang niet altijd nodig is...”.

(informatie: Monique ten Brinke, 06-22836646)

Nationale Week van de Toegankelijkheid 2026

Elk jaar vindt in Nederland de nationale Week van de Toegankelijkheid plaats. Dit jaar is dat van 5 t/m 11 oktober 2026. Het doel van deze week is om extra aandacht te vragen voor mensen met een beperking en het belang van een toegankelijke samenleving. Een toegankelijke samenleving houdt in dat er aandacht is voor fysieke, sociale en digitale toegankelijkheid. Denk daarbij aan rolstoelvriendelijke plekken of een goed leesbare website. Meedoen staat hierin centraal: iedereen met een fysieke, zintuigelijke of mentale beperking zou zonder drempels mee moeten kunnen doen in de samenleving. Om de bewustwording hierover te vergroten is er dus de Week van de Toegankelijkheid.

Ieder jaar is er een thema wat die week centraal staat en voor dit jaar is dat toegankelijke zorg. Hiermee wordt de vraag gesteld wat er nodig is om goede zorg te ontvangen wanneer je in een rolstoel zit, een energiebeperking hebt of slechtziend bent. Iedereen is anders en heeft daarmee ook andere zorg nodig.
Kleine aanpassingen zijn vaak al voldoende om zorg een stuk toegankelijker te maken, bijvoorbeeld door een zorginstelling zonder drempels of informatie over zorg die voor iedereen (met of zonder beperking) toegankelijk is.

Door het hele land worden activiteiten georganiseerd rondom dit thema, maar uiteraard besteden we hier in Eersel ook aandacht aan. De afgelopen twee jaar is er in de Week van de Toegankelijkheid een symposium gehouden, iets wat dit jaar wederom zal plaatsvinden. In Eersel wordt er vooral gekeken naar toegankelijk bouwen met een visie op zorg. Hiermee wordt bedoeld dat er gekeken moet worden wat er nodig is om inwoners zo lang mogelijk zelfstandig thuis te kunnen laten wonen, bijvoorbeeld door aanpassingen in de woning of hulpmiddelen. Daarnaast is het ook belangrijk om te kijken naar toegankelijkheid bij het ontwerpen en bouwen van woningen: maak het voor iedereen (design for all). Om de bewustwording hiervoor te vergroten komt de hele keten die te maken heeft met bouwen samen in de Muzenval: van projectontwikkelaars tot architecten en zorginstellingen.
Op deze manier vraagt het Platform voor Mensen met een Beperking en de Adviesraad Sociaal Domein, in samenwerking met de gemeente, meer aandacht voor toegankelijkheid.

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

Activiteiten Agenda 2026

Op **www.eersel.nl/kalender** staat een overzicht van allerlei activiteiten in de gemeente Eersel. Van webinars, informatieavonden, ontmoetingsavonden tot gezellige workshops.

’t Trefpunt: Een laagdrempelige inloop waar inwoners van de gemeente Eersel elkaar kunnen ontmoeten. Iedere dinsdagmiddag 14.00-16.00 uur. Locatie: foyer Muzenval, Dijk 7, Eersel.

Taalcafé Eersel voor anderstaligen, nieuwkomers en iedereen die interesse heeft om spelenderwijs met taal bezig te zijn. Elke woensdag 10.00-11.30 uur en 14.00-15.30 uur. Locatie: Bibliotheek, Dijk 7, Eersel.
Elke maandag 10.00-11.30 uur. Locatie: De Eikenburg, Eikenburg 10, Eersel.
In schoolvakanties geen Taalcafé.
www.cordaadwelzijn.nl/dienst/taal/eersel/

’t Kletscafé 13.00-15.00 uur
Elke maandagmiddag voor iedereen. Locatie: Zitruimte Fit Factory, Dreef 31, Eersel, Tel. 0497-515152

Oog- en Maculacafé: Iedereen met een visuele beperking is welkom en ook familieleden, vrienden en kennissen. Iedere derde dinsdag van de maand 14.00-16.00 uur; inloop vanaf 13.30 uur. Gratis toegang.
Locatie De Eikenburg, Eikenburg 10, Eersel. Tel. 06-53252982
E-mail: eerseloogcafe@gmail.com

Alzheimercafé: Iedere 2e donderdag van de maand van 19.30-21.00 uur. Locatie De Eikenburg, Eikenburg 10, Eersel. Tel. 06-51804601 E-mail: jolandakennis@cordaadwelzijn.nl

Kook & Keuvel: Kookclub voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Iedere 3e dinsdag van de maand van 16.30-19.30 uur.
Locatie: De Panberg, Roten 3, Eersel. Tel. 06-51804601 E-mail: jolandakennis@cordaadwelzijn.nl

Autismeborrel ’Onder Ons’: Een gezellig samenzijn voor mensen met autisme. Iedere eerste woensdag van de maand 19.00-23.00 uur. Vrije inloop in het zaaltje achter Café de Mert in Eersel.

Stichting De Kempen Specials
De leukste club voor jongeren met ASS en normale begaafdheid.
TEENS (12-20 jaar) en GOING OUT (20-35 jaar). 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 Vrijwilligerswer Eerselvoorelkaar: 0497-531304
info@eerselvoorelkaar.nl

Kopij: e-mail: welzijnwijzer-redactie@gmail.com