



Meer Samen – Minder Corona

Nieuwsbrief Samen tegen Eenzaamheid – nummer 7 – 3 juni 2020

Deze nieuwsbrieven zijn ook terug te lezen op de gemeentelijke website:

https://www.capelleaandenijssel.nl/over-capelle/coronavirus_43151/

Waarom deze nieuwsbrief?

De landelijke aanpak om de uitbraak van het coronavirus tegen te gaan vraagt veel van de samenleving, ook van Capellenaren. De gemeente Capelle werkt samen met partners in de stad hard om de verdere verspreiding van het coronavirus tegen te gaan. We zien dat veel organisaties het activiteiten aanbod hebben moeten aanpassen. Dit vraagt een grote inspanning en de nodige creativiteit. Juist in deze uitzonderlijke periode zien we dat mensen elkaar willen helpen. Er ontstaan hele waardevolle initiatieven. Vaak zijn dit activiteiten die raken aan ontmoeten en eenzaamheid. Of sterker nog, zorgen voor nieuwe ontmoetingen. Regelmatig delen wij deze initiatieven via deze nieuwsbrief.

Heeft u ook een initiatief of bent u op zoek naar samenwerking?

Heeft u ook een initiatief dat u in deze nieuwsbrief wilt plaatsen, of zoekt u samenwerking bij het uitvoeren van uw plan? Stuur dan een korte mail met toelichting en uw eventuele verzoek aan f.van.der.perk@capelleaandenijssel.nl en d.keers@capelleaandenijssel.nl.

Het IJsselland Ziekenhuis brengt zorg dichterbij

Beter Dichtbij

Heeft u een vraag? U appt direct met uw eigen zorgverlener in het IJsselland Ziekenhuis via BeterDichtbij!

Dit kan op elk moment van de dag via uw mobiele telefoon of computer. Even een herhaalrecept aanvragen of veilig een foto sturen. Steeds meer specialismen en afdelingen zijn voor u op deze manier bereikbaar. Zo hoeft u niet te wachten op het moment waarop u ons telefonisch kunt bereiken. U krijgt zo snel mogelijk, maar uiterlijk binnen drie werkdagen antwoord.

U registreert zich eenmalig veilig de BeterDichtbij app die u kunt downloaden in de Google Play Store of App Store. Daarna kunt u op ieder moment veilig inloggen met uw eigen pincode. Iedere zorgverlener die met u via BeterDichtbij communiceert, nodigt u daar apart voor uit. Zo kunt u veilig in contact met ons komen. Heeft u hier interesse in? Informeert u dan bij de polikliniek waar u onder behandeling bent.

Voorbeelden:

- Een oudere dame heeft als gevolg van het Coronavirus minder mogelijkheden om haar netwerk om hulp te vragen. Ook ontvangt zij hierdoor minder vaak mantelzorg van haar zoon. Normaal gesproken brengt haar zoon haar naar het ziekenhuis voor periodieke controles en gesprekken met de specialist. Via de app onderhoudt zij nu dit contact.
- Een patiënt woont doordeweeks niet in Capelle aan den IJssel, in het weekend wel en is daarom patiënt in ons ziekenhuis. Hij is blij dat hij door het gebruiken van de BeterDichtbij app niet voor alles langs hoeft te komen en foto's kan sturen, dat scheelt hem reistijd.

Wandelen met je wandelmaatje, ondanks corona

De coronamaatregelen leggen veel vrijwilligerswerk stil. Mantelzorgmaatjes komen niet meer bij mantelzorgers thuis, taalcoaches kunnen 'hun' statushouders niet meer ontmoeten voor taallessen en de begeleide wandelingen van mensen in een rolstoel of senioren vallen in het water. Dat laatste gold ook voor Hans (91). Wandelmaatje Kees bedacht een creatieve oplossing.

Elke week verheugt Capellenaar Hans zich op de tochtjes met zijn wandelmaatje Kees. Corona gooide roet in het eten. Wandelen op 1,5 meter kon natuurlijk nog best, maar samen in de auto naar het Schollebos rijden niet.

Kees maakt al twee jaar wandelingen met Hans. "Er stond op www.capelledoet.nl een oproepje voor een wandelmaatje. Hans is dol op wandelen in de natuur, maar rijdt geen auto meer, dus maakte hij alleen nog wat kleine rondjes in zijn wijk. Het leek me direct leuk om met hem te gaan wandelen."

De twee mannen hebben een goede klik, ondanks het leeftijdsverschil. Hans heeft over de hele wereld gereisd, honden en een zeilboot gehad, en vertelt daar graag over. Kees: "Hij is ook nog erg geïnteresseerd in zijn omgeving, heel leuk."

Door de coronamaatregelen konden ze niet meer samen in de auto naar het Schollebos. Hans wordt wat vergeetachtig, dus elke keer als Kees vertelde dat hun wandeling niet door kon gaan, was Hans diep teleurgesteld. Kees: "Op tv vertelde een klusjesman dat hij een perspex plaat had aangebracht in zijn klusbus, zodat hij toch met zijn collega-klusser op pad kon. Dus heb ik een perspex plaat bij de achterbank geknutseld. Hans zit nu achterin, veilig achter de plaat. Zo kunnen we toch naar het Schollebos rijden voor onze wekelijkse wandeling. We zijn allebei blij dat we weer samen op pad kunnen!"



De Zellingen dagactiviteiten, dagbehandeling, open inloop en Hersenletsel- en Afasiecentrum

Bij De Zellingen Dagactiviteiten, dagbehandeling, open inloop en Hersenletsel-Afasiecentrum is hard gewerkt om zaken te regelen zodat al onze locaties weer open kunnen. We werken toe naar een nieuwe werkelijkheid met aangepaste procedures voor alle locaties. Het opstarten van 1,5 m groepsactiviteiten is puzzelen. Stapsgewijs werken we toe naar HET ANDERE WERKEN.

In het nieuwe werken is er extra aandacht voor afstand, hygiëne en preventie. Een aantal activiteiten die voor onze cliënten en deelnemers zo vanzelfsprekend waren, vragen om aanpassingen zodat we aan de richtlijnen van het RIVM kunnen voldoen. Uiteraard is de groepsgrootte beperkt (i.v.m. de naleving van 1,5 meter) en blijven we de eerste weken een combinatie aanbieden van dagbesteding op locatie met begeleiding op afstand. Voor een aantal cliënten is het videobellen een nieuwe vaardigheid, die ze graag willen onderhouden.

Wat blijven we doen? Een greep uit de activiteiten:

- Er wordt door teamleden veel gebeld met deelnemers, cliënten en mantelzorgers om de situatie thuis goed in beeld te houden en om te kijken waar we kunnen helpen. Videobellen is binnen de Dagactiviteiten inmiddels een veel gebruikte en goede methode gebleken. Soms individueel, maar soms ook in kleine groepjes.
- Nu buiten sporten mag, kunnen mensen uit de omgeving meedoen bij de Balkongym die in samenwerking met Sportief Capelle is opgezet. Deze activiteit van de Open Inloop vindt plaats om 10.30 u op de locaties Beemsterhoek op vrijdagochtend, Baronie op maandagochtend en Bazuin op woensdagochtend
- Ook de activiteit 'Muziek en Zang op het Balkon' op donderdagochtend in de Bazuin en op maandagochtend in Beemsterhoek continueren we als activiteit voor de ontmoeting. Omwonenden kunnen vanaf 10.30 u op gepaste afstand meedoen, want muziek brengt ons in beweging. Enkele deelnemers die verder weg wonen, doen mee via beeldbellen en maken thuis muziek.
- Met beschermingsmiddelen wordt inmiddels weer met cliënten gefietst op de duofiets.
- Tot slot willen we nogmaals wijzen op de Facebook pagina van de dagactiviteiten. Geïnteresseerden kunnen we uitnodigen voor onze besloten pagina's Bewegen, Muziek en Zang en Veranderd leven. Hier bieden we specifieke activiteiten op afstand aan.

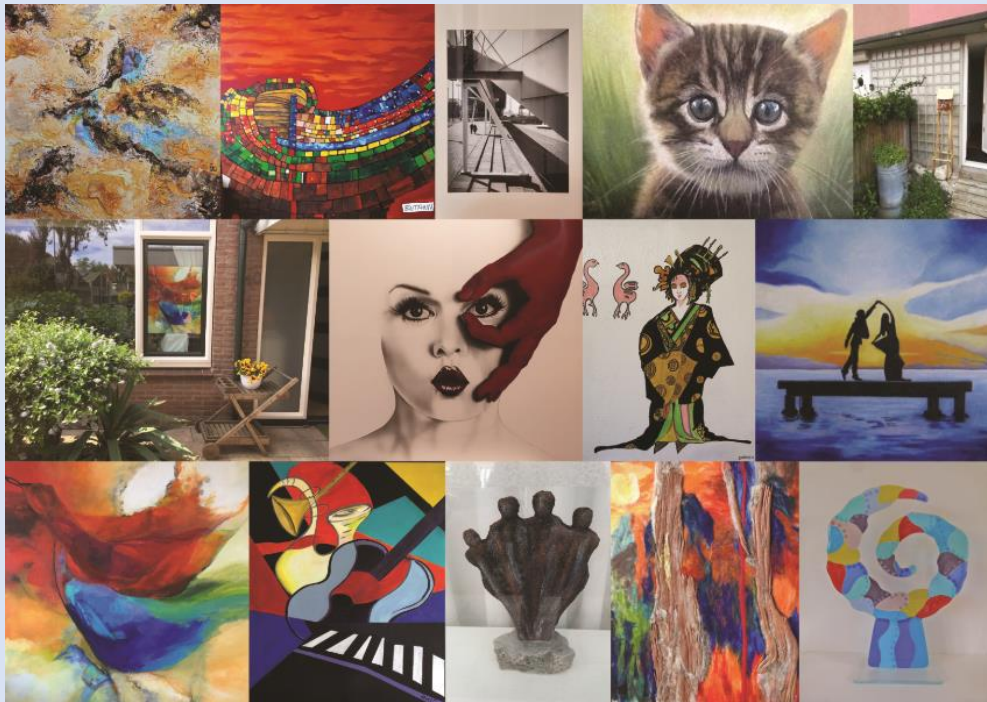
Volg ons op: www.facebook.com/dagactiviteiten.dezellingen.5

Geen Kunst- & Atelierroute, maar Kunst voor het Raamroute in Capelle

Door de maatregelen van de overheid kon de Kunst- & Atelierroute dit jaar niet doorgaan, daarom biedt Kunstkring Capelle een Kunst voor het Raamroute, waar een aantal kunstenaars aan mee doet.

Op 23 mei en 24 mei, het weekend dat ook de Kunst- en Atelierroute zou plaatsvinden, zal de Kunst voor het Raamroute plaatsvinden. Alle kunstenaars zullen tenminste één werk voor het raam hangen. Een aantal kunstenaars zal zelfs de hele maand juni hun werken voor het raam zetten. De kunstroute voert deelnemers door Nieuwerkerk, Rotterdam en natuurlijk Capelle zelf. Een leuke mogelijkheid om er al fietsend/wandelend achter te komen waar kunstenaars wonen. En voor de fietsliefhebbers die wat verder van huis willen kijken staat ook in Bergschenhoek, Berkenwoude en Ridderkerk kunst voor het raam.

Op deze manier hoopt de Kunstkring een leuk alternatief te bieden voor de Kunst- & Atelierroute en toch kunst bij de mensen te brengen. Informatie over de route kunt u vinden op de Facebookpagina van de Kunstkring, op de website www.kunstkringcapelle.nl of u kunt mailen naar karcapelle@gmail.com, dan krijgt u de informatie per e-mail toegestuurd.



Ook nieuwe ontmoetingsactiviteiten organiseren? Neem contact op met Handhaving!

Op maandag 1 juni is de nieuwe noodverordening Rotterdam-Rijnmond ingegaan. Deze verordening biedt mogelijkheden om ontmoetingsactiviteiten te organiseren. Belangrijk hierbij zijn in ieder geval:

- Er mogen maximaal 30 personen bijeenkomen in openbare én besloten gebouwen. In de buitenruimte geldt geen maximum aantal personen meer voor bijeenkomsten.
- Er moet 1,5 meter afstand tot elkaar worden bewaard.
- Voel je je niet lekker? Moet je hoesten, niesen, of heb je koorts? Blijf dan altijd thuis!

Wil je een ontmoetingsactiviteit organiseren? Neem contact op met Handhaving om af te stemmen en afspraken te maken, zodat iedereen zo veilig mogelijk aan activiteiten kan deelnemen. De medewerkers bij Handhaving denken graag met u mee!

Handhaving is te bereiken via het algemene telefoonnummer van de gemeente: 14010.

Zonnebloem Capelle Schollebaar-Schenkel introduceert 't Zonnekrantje

Het bestuur van de Zonnebloem Afdeling Capelle Schollebaar-Schenkel heeft de koppen bij elkaar gestoken om te kijken hoe wij onze gasten (en vrijwilligers) verder konden ondersteunen in deze bizarre en voor hun vaak eenzame tijd. Vele initiatieven worden vaak digitaal aangeboden. Hiermee bereiken wij helaas het merendeel van onze gasten niet, terwijl juist zij op contactmomenten zitten te wachten.

Naast vele kaarten, tekeningen en kleine attenties die wij naar onze gasten sturen zijn wij een eigen Zonnekrantje gestart. Ja, jullie lezen het goed: een eigen Zonnebloem krant! De 1ste editie is rond 22 mei bij onze gasten en vrijwilligers in de bus gevallen. In dit krantje hebben wij getracht diverse digitale initiatieven om te zetten naar hard copy. In het krantje bieden wij diverse bezigheden aan waaronder puzzels, themaverhalen (denk aan kunst, geschiedenis, muziek), verhalen van onze vrijwilligers en gasten, tips, foto's etc. Ook een agenda maakt onderdeel uit van onze krant.

Voor de 1ste editie hebben we gebruik gemaakt van een verhaal van het Rijksmuseum Amsterdam. Medio/eind juni zal de volgende editie verschijnen en voor deze editie hebben we input gevraagd aan Rob Nieuwveld (Stichting Sonrisa Rijnmond) over de geschiedenis van bepaalde gebouwen in Rotterdam. Enthousiasme van iedereen is echt overweldigend, zowel vanuit de ontvangers als mensen die input willen leveren.

Uiteraard staan wij open voor input vanuit andere Capelse organisaties. Hierbij kunt u denken aan interessante/belangrijke mededelingen en/of ontwikkelingen, evenementen of wellicht een themaverhaal. Uiteraard moet het wel bij onze doelgroep passen: mensen met een fysieke beperking (veelal ouderen). Mocht u input hebben stuur deze dan naar: mamvdpas@kpnmail.nl. Dan stemmen we vervolgens verder af.



't Zonnekrantje DE ZONNEBLOEM

nr. 1, Zonnebloem Afdeling Capelle Schollebaar-Schenkel

Voorwoord Beste gasten en vrijwilligers,

Voor u ligt ons 1^{ste} Zonnekrantje van onze eigen Zonnebloem afdeling Capelle Schollebaar-Schenkel. Ja u leest het goed een geheel eigen uitgave! Er zijn op dit moment veel initiatieven, maar vaak heeft u hiervoor een computer, laptop of smart telefoon nodig. Wij willen proberen om een aantal van deze digitale initiatieven, aangevuld met die van onszelf, in een papieren versie naar u toe te brengen. Een initiatief om u ten tijde van deze moeilijke en onzekere tijd op te hoogte te houden maar ook om u enige afleiding te geven.

Wat kunt u zoal verwachten?
Verhalen over diverse onderwerpen. Dit kan vanuit u als gast of vrijwilliger zijn, maar ook bv over kunst, muziek, geschiedenis etc. We willen dit zoveel mogelijk op uw interesse afstemmen.
Tijdsbestedingsmogelijkheden: puzzels, brein brekers, quiz vragen, rebussen, kleurplaten etc.
Verder willen we met u foto's van onze diverse activiteiten, recepten en tips delen. En natuurlijk is een brievenrubriek mogelijk. Uiteraard zijn wij voor het succes van deze Zonnekrant en aansluiting bij uw wensen wel afhankelijk van tips en input van u allen. Dus schroom niet en stuur uw reacties, ideeën, verhalen, lekkere recepten etc. op naar ons secretariaat via email: Zonnebloem-CSS@ziggo.nl, of via adres redactie (zie onderaan) of geef het af aan een van de bestuursleden/vrijwilligers dan werkt de redactie het verder uit. Waar gaat uw interesse naar uit? Kunst, muziek, geschiedenis of een ander onderwerp: laat het ons weten, dan proberen we hier zoveel mogelijk bij aan te sluiten. In dit 1^{ste} nummer is een onderwerp opgenomen met het thema 'kunst' en maken we gebruik van input van het Rijksmuseum Amsterdam.

We hopen dat u veel plezier aan ons Zonnekrantje beleeft en zijn benieuwd naar jullie reacties. Voor nu wensen wij u veel lees- en puzzelplezier. We missen u!

Namens het bestuur en de redactie, Monique.



Het bestuur van uw afdeling met v.l.n.r. Cisca: bestuurslid activiteiten, Edward: penningmeester, Monique: voorzitter, Joke: bestuurslid bezoeker/vrijwilligers en Rosemary: secretaris

Oplossing Woordzoeker 'Samen staan we sterk': "We hopen snel weer met u samen te zijn"

U heeft enthousiast meegedaan aan de prijsvraag woordzoeker die u in uw brievenbus vond. Via de diverse instuur manieren zijn er heel wat goede oplossingen ingeleverd. Onder het toezien oog van onze voorzitter zijn de volgende 3 winnaars getrokken:

3^e prijs: VVV-bon t.w.v. €10,- mevr.

2^e prijs: kadokaart t.w.v. € 15,- Bloemenzaak (Scholver) mevr.

1^e prijs: kadokaart t.w.v. €25,- Albert Heijn mevr.

Allen van **harte gefeliciteerd**. Omdat een prijsuitreiking momenteel fysiek niet mogelijk is, zullen wij de gewonnen prijzen bij u in de brievenbus laten bezorgen.

Zonnekrantje nr. 1, mei 2020 Zonnebloem-CSS@ziggo.nl blz 1

Resultaten van de digitale cursus Animal Art voor kinderen en Reis door de Kunst – bij Kunstkring Capelle



Hart onder de riem met een ansichtkaart

Met dit eenmalige initiatief wordt ruim 1.500 kwetsbare, eenzame en oudere Capelse inwoners een hart onder de riem gestoken in deze coronatijd.

De bibliotheek heeft een speciale ansichtkaart laten maken met een illustratie van Annette Fienieg. Deze ansichtkaarten zijn de afgelopen week bij verschillende aangesloten scholen afgeleverd. Leerlingen van de groepen 5 t/m 8 hebben deze beschreven met een korte, bemoedigende boodschap voor een onbekende stadgenoot. Vandaag zijn de ingezamelde kaarten opgehaald bij de scholen. De buurtcoaches en kinderbuurtcoaches van Welzijn Capelle zorgen ervoor dat deze ansichtkaarten bij de juiste mensen in de brievenbus vallen!

