

### Wie:

- Wij zijn op zoek naar **deelnemers** aan het project.
- Wij zijn op zoek naar “**leraren**” die de lessen met tablet kunnen geven gedurende 8 bijeenkomsten.
- Wij zijn op zoek naar mensen die als **maatje** kunnen optreden wanneer een van de deelnemers vragen heeft.

### Waar:

De bijeenkomsten worden gehouden in den Eijkholt.

### Wanneer:

De startbijeenkomst wordt gehouden op donderdagmiddag 11 april van 13.30 uur—15.30 uur. De andere bijeenkomsten zijn steeds op dezelfde tijd donderdagmiddag; de data zijn nog niet bekend.

### Tablet:

De organisatie geeft een tablet uit in bruikleen gedurende het project. Na afloop kunt u het apparaat tegen kostprijs overnemen.

### Kosten:

De kosten van het hele traject zijn per deelnemer voor het gebruik van een tablet en leermiddelen begroot op € 50,00

### Aanmelden:

U kunt zich aanmelden bij de dorpsondersteuner van Luyksgestel:  
Sandra van de Haterd tel 06-40991542  
email: [info@dorpsondersteunerluyksgestel.nl](mailto:info@dorpsondersteunerluyksgestel.nl)



# Langer thuis in eigen huis

Zelfstandig Wonen in Luyksgestel met een beetje steun  
en inzet van digitale middelen.



De laatste jaren is er veel veranderd op het gebied van wonen en zorg voor ouderen. Ouderen moeten nu langer zelfstandig blijven wonen, ook als zij meer hulp nodig hebben. Dat is niet voor iedereen eenvoudig. Graag willen we op een gezonde en leuke manier ouder worden en zelfstandig blijven wonen.

Mensen worden steeds ouder en het beleid van de overheid stimuleert het bieden van goede zorg in de thuissituatie. Mogelijk biedt het project “Langer thuis in eigen huis” een oplossing. Een project waarin samen met de deelnemers activiteiten worden ontwikkeld die het langer zelfstandig blijven wonen kunnen ondersteunen.

In deze folder vindt u nader uitleg over het project.



## Samen zelfredzaam

Bij veel zorgorganisaties staan zelfredzaamheid van burgers en zorg voor elkaar tegenwoordig hoog in het vaandel. De nieuwste aanpak is geworden:



eerst kijken wat je zelf kunt, vervolgens kijken wat het sociale netwerk van familie en vrijwilligers kan doen en pas als dat niet toereikend is beroepskrachten inschakelen.

Soms is dat een kwestie van 'moeten', omdat er vanuit de overheid gewoon geen budget meer is om op de vertrouwde manier voort te gaan.

## Zelf de regie houden

Het is prettig dat je op mensen kunt terug vallen als dat nodig is. Ook als je beperkingen hebt bij het zelfstandig wonen bijvoorbeeld op sociaal, emotioneel of medisch gebied wil je zelf kunnen bepalen wat je wel of niet wil.

- ◆ Wil je hulp voor bepaalde dingen? Kleine dingen als boodschappen doen.
- ◆ Wil je gezelschap, omdat je je soms eenzaam voelt?
- ◆ Wil je mee blijven doen met activiteiten maar heb je hulp nodig om er naar toe te gaan?
- ◆ Wil je regelmatig contacten met je familie, burens of anderen?
- ◆ Wil je nog andere dingen die je belangrijk vindt?

## Project: Langer thuis in eigen huis

Het project is bedoeld voor mensen met een beperking bij het zelfstandig wonen om medische, sociale of emotionele redenen.

Het project bestaat uit drie onderdelen die elk los van elkaar kunnen worden bezocht:

1. Twee startbijeenkomsten: In die bijeenkomsten ontmoet u ongeveer 15 deelnemers aan het project. Samen met de leiding worden de wensen en ideeën van de deelnemers onderzocht en probeert men samen met u diensten te formuleren die gericht zijn op langer thuis blijven wonen.
2. Tweewekelijks worden een achttal bijeenkomsten gehouden waarin met digitale hulpmiddelen (tablet) een onderwerp wordt uitgediept. Daarbij krijgt u een maatje die met u de oefeningen kan doornemen en eventueel hulp kan bieden.
3. De tussenliggende weken, ook acht bijeenkomsten, zijn inloopbijeenkomsten. Daar kunnen allerlei zaken rond de beperkingen in het zelfstandig wonen worden besproken evenals het werken met de digitale middelen.



Het project staat onder leiding van Patricia Braat. Het traject wordt ondersteund door de dorpsraad van Weebosch (dit project loopt daar al), het Oranje Fonds en de gemeente Bergeijk.

In Luyksgestel wordt het mede vorm gegeven door Welzijnscentrum Lucia, Den Eijkholt en de Dorpsraad. Verder zal de Dorpsondersteuner Sandra van de Haterd niet alleen aanwezig zijn, maar ook veel zaken ondersteunen.