

# ZORG

& ONDERSTEUNING

2024

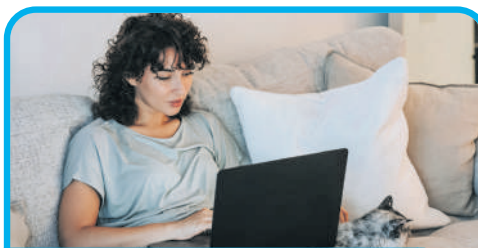
IN DE GEMEENTE HOLLANDS KROON

DEZE  
KRANT IS  
OOK TE LEZEN OP  
THEMANIEUWS.NL



HET JONGEREN-  
TEAM HELPT!

PAGINA  
5



GRATIS ONLINE  
TRAININGEN  
VIA INCLUZIO

PAGINA  
7



TAALHUIZEN  
IN HOLLANDS  
KROON

PAGINA  
9



Samen  
meer  
kunnen

## Zelfstandig thuis blijven wonen?

We worden steeds ouder en blijven steeds langer gezond. Ook als het allemaal niet meer zo makkelijk gaat, willen we thuis blijven wonen. Dat kan, want er is thuiszorg. Bij Thuiszorg Samen heeft u de keuze uit veel vormen van zorg en dienstverlening die u helpen en ondersteunen om zelfstandig thuis te kunnen blijven wonen. Samen met u stellen we vast welke ondersteuning u nodig heeft. Onze kracht ligt in samenwerking. Daarom kijken we ook naar wat u zelf kunt en waar uw familie kan bijspringen. Elkaar helpen. Dat is Samen meer kunnen.

We komen bij u thuis voor:

- **Persoonlijke verzorging**
- **Verpleegkundige hulp**
- **Individuele begeleiding**
- **Alarmering**
- **Huishoudelijke hulp**

Wilt u contact of heeft u vragen over de mogelijkheden? Ons bemiddelingsbureau zorg en wonen staat u graag te woord. Bel voor meer informatie naar 088 619 4100 of kijk op [www.samenbijthuis.nl](http://www.samenbijthuis.nl)

Meer informatie? Neem contact op  
via 088-6194100 of kijk op [www.samenbijthuis.nl](http://www.samenbijthuis.nl)

**samen**  
bij u thuis

# BESTE INWONER VAN HOLLANDS KROON

**Gezondheid is belangrijk voor onze kwaliteit van leven. En kunnen vertrouwen op goede en vooral toegankelijke zorg is een kwaliteit van onze samenleving.**

We leven in veranderlijke tijden. De vraag naar zorg neemt toe terwijl de ontwikkelingen op de arbeidsmarkt ertoe leiden dat het aantal zorgmedewerkers niet in hetzelfde tempo meegroeit. Ook kennen we de tendensen van inflatie en woningnood. Direct of indirect raakt het ons vroeg of laat allemaal. Het is dus belangrijk goed met elkaar in gesprek te gaan en blijven, om samen te ontdekken hoe we de kwaliteit van onze zorg kunnen blijven garanderen.

### FOCUS OP POSITIEVE GEZONDHEID

Binnen de gemeente Hollands Kroon is positieve gezondheid een heel belangrijk onderwerp. Hierbij wordt gezondheid niet enkel gezien als wel of niet ziek zijn, het gaat om het vermogen om goed met lichamelijke, emotionele en sociale uitdagingen om te gaan en hierin zoveel mogelijk de eigen regie te voeren. In deze visie richten we ons op factoren die bijdragen aan gezond en krachtig opgroeien en ouder worden. In deze krant leest u hoe we daaraan willen bijdragen.

### HET DIGITAAL JONGEREN CENTRUM: DE ONLINE ONTMOETINGSPLEK

Voor de jeugd in Hollands Kroon is het Digitaal Jongeren Centrum opgericht. Dit is een online platform waar jongeren digitaal samenkomen. Hier vinden zij infor-

matie passend bij hun leeftijd. Thema's als werk, wonen en financiën komen aan bod. Ook kan er gegamed worden, zijn er inspiratiesessies en workshops. Wanneer het nodig is, kan er contact worden opgenomen met een jongerenwerker. En dat alles 24 uur per dag!

### HULP BIJ

Scheidingsplein.nl biedt allerlei mogelijkheden als het gaat om informatie, advies en ondersteuning bij echtscheiding. Er is hierbij speciale aandacht voor de kinderen waarvan de ouders gaan scheiden. Jongeren kunnen onder andere aanhaken op een buddy systeem. Er zijn ouderbijeenkomsten en onlinetrainingen. Ook bieden we hulp vanuit de wijkteams. Juist wanneer het al zo lastig is, kan deze ondersteuning heel waardevol zijn.

### EEN SAMENLEVING VAN EN VOOR ELKAAR;

Bovenstaande is slechts een greep uit de vele mooie zorginitiatieven binnen onze gemeente. In deze zorgkrant leest u er alles over. En dat aanbod maken we samen. De gemeente Hollands Kroon, de wijkteams en natuurlijk de maatschappelijke organisaties. Om de kwaliteit van onze zorg te blijven garanderen, is het mijn wens en oproep met elkaar in gesprek te gaan en blijven. Juist het contact met de inwoners is daarbij van



belang. Want vanuit die wederzijdse betrokkenheid dragen we bij aan een samenleving waarin iedereen mee kan doen.

Mary van Gent - Wethouder Hollands Kroon

## Colofon

### Concept en realisatie

ETT  Media 

I: [www.ettmedia.nl](http://www.ettmedia.nl) I: [www.skitter.nl](http://www.skitter.nl)  
T: 050 313 76 00 T: 050 750 15 91  
@ETTMedia

Met medewerking van de gemeente Hollands Kroon.

### Oplage

18.000 exemplaren

### Teksten en redactie

& Teksten in samenwerking met de in de redactie genoemde organisaties.

### Vormgeving

Skitter, Groningen

### Druk

Janssen/Pers Rotatiedruk, Gennepe

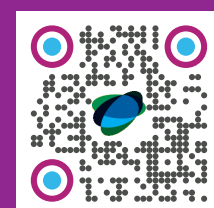
Januari 2024

Overname van artikelen is alleen toegestaan mits ETT Media hier toestemming voor heeft gegeven. ETT Media is niet aansprakelijk voor fouten en/of omissies in deze krant.



## Deze krant online lezen?

Kijk op [themanieuws.nl](http://themanieuws.nl)! Deze online versie van de krant maakt het mogelijk de berichten via social media te delen en linkt u door naar interessante websites. Ga direct naar de uitgave door de QR-code te scannen.





# Zorg bij u thuis

Douchen, opstaan uit bed, wondverzorging of het innemen van medicijnen: wat als u deze handelingen in uw dagelijkse routine niet meer zelfstandig kunt uitvoeren? Thuiszorg van Omring biedt ondersteuning! Houd de regie in eigen hand en vraag de hulp die u nodig heeft.

**Maak  
vrijblijvend  
een  
afpraak**

Waarmee kunnen wij u helpen?

## Verzorging

Wij zorgen voor ondersteuning bij lichamelijke verzorging, zoals wassen, het aan- en uitkleden, eten en drinken of innemen van medicatie.

## Verpleging

Bijvoorbeeld na een ongeval of bij een ernstige ziekte. De verpleging verzorgt wonden of ondersteunt in de laatste levensfase. Overdag en 's nachts.

## Thuisbegeleiding

Krijg weer grip op uw leven. Wij ondersteunen u bij administratie, gezinsproblematiek, verslaving of het op orde krijgen van de huishouding.

## U HEEFT MISSCHIEN RECHT OP EEN AANTAL REGELINGEN VAN DE GEMEENTE

Heeft u een laag inkomen, weinig spaargeld en weinig bezit? Wij helpen u graag!

Wij vinden het belangrijk dat u weet waar u misschien recht op heeft. Een aantal voorbeelden hiervan zijn:

- **Het meedoen-budget:** een geldbedrag voor inwoners vanaf 4 jaar oud. Dit bedrag is bedoeld voor sport, zwemles, schoolkosten en lidmaatschap van verenigingen (zoals bijvoorbeeld een muziekschool of biljartclub). Ook kunt u dit gebruiken voor cadeaubonnen. Bijvoorbeeld om sportkleding of sportartikelen van te kopen of voor een dagje uit, zoals naar de bioscoop. Dit meedoen-budget kunt u ieder kalenderjaar aanvragen.
- **De individuele inkomenstoeslag:** een extra geldbedrag wanneer u minimaal drie jaar een laag inkomen heeft. Dit is bedoeld voor de vervanging van noodzakelijke spullen. Bijvoorbeeld voor een koelkast, wasmachine of bed. U kunt dit één keer in de twaalf maanden aanvragen.

- **Bijzondere bijstand:** voor onverwachte kosten die u niet zelf kunt betalen. Bijvoorbeeld voor de kosten van een bewindvoerder, budgetbeheer of mentor. Dit kunnen maandelijkse kosten zijn of kosten die u één keer maakt.
- **Bijstandsuitkering:** een maandelijkse uitkering om van te leven. Is uw inkomen lager dan de bijstandsgrens? Dan kan met deze uitkering uw inkomen worden aangevuld tot deze grens.

### HEEFT U ALLEEN EEN LAAG INKOMEN?

Ook dan zijn er een aantal regelingen waar u mogelijk recht op heeft. Bij de volgende regelingen kijken wij niet naar uw spaargeld en uw bezit:

- **Collectieve zorgverzekering via Univé:** een verzekering waaraan de gemeente meebetaald en waarbij u ruime vergoedingen krijgt. Wilt u hier gebruik van maken? Dan moet u wel al verzekerd zijn bij Univé.

- **Energietoeslag 2023:** een bedrag dat u één keer kunt krijgen voor de hoge energiekosten in 2023;
- **Studietoelage:** een maandelijks bedrag voor scholieren/studenten die naast hun opleiding niet kunnen werken door een medische beperking.

Op [hollandskroon.nl/rondkomen](https://hollandskroon.nl/rondkomen) vindt u alle regelingen en voorwaarden. Voor een aanvraag heeft u uw DigiD nodig.

### LUKT HET U NIET OM DIGITAAL EEN AANVRAAG TE DOEN?

Dan horen wij dit graag. U kunt dan bellen naar de gemeente Hollands Kroon. U kunt ons bellen op: 088 - 321 5000. Wij sturen dan een papieren aanvraagformulier met de post naar u op.

## BEN JE JONGER DAN 27 JAAR EN HEB JE VRAGEN? DAN KUNNEN WIJ JE MISSCHIEN HELPEN!

Lukt het niet om werk te vinden of loop je vast op je werk? Weet je niet welke school je moet kiezen of zit je op school maar lukt het niet om heen te gaan? Heb je onvoldoende inkomen?

Dit zijn voorbeelden van vragen waarbij we jou kunnen helpen. Het jongerenteam van de gemeente Hollands Kroon bestaat uit de leerplichtambtenaar, de doorstroomcoach, het WSP (Werkgeversservicepunt) en de jongerenconsulent. Samen met jou gaan we graag op zoek naar antwoorden! We zijn bereikbaar, denken in oplossingen en komen graag met je in contact.

Voor vragen over school of het vastlopen op school mail naar: [leerlingzaken@hollandskroon.nl](mailto:leerlingzaken@hollandskroon.nl).  
Voor vragen over werk of uitkering mail naar: [jongeren@hollandskroon.nl](mailto:jongeren@hollandskroon.nl).





## SCHRIJF JE IN ALS WONINGZOEKENDE!

Iedereen die ingeschreven staat voor een huurwoning in Hollands Kroon heeft te maken met een wachttijd. In noodgevallen kunt u voorrang krijgen op een sociale huurwoning. Daar heeft u een positief urgentiebesluit voor nodig. We werken hiervoor met strenge regels omdat we de vrijkomende woning zo eerlijk mogelijk willen verdelen. Het voorrang geven aan de één, betekent namelijk langer wachten voor de ander.

In deze situaties moet u zelf een woning vinden:

- echtscheiding of relatiebreuk;
- u woont in een huis dat te groot of te klein is voor uw huishouden;
- u bij een ander huishouden inwoont of nog geen zelfstandige woonruimte hebt gehad;
- u verwacht een kindje.

Het is daarom belangrijk om altijd ingeschreven te zijn als woningzoekende, ook als u niet op zoek bent naar een woning. U kunt zich inschrijven als woningzoekende via [www.woonmatchkopnh.nl](http://www.woonmatchkopnh.nl).

### GETROUWD OF SAMENWONEND?

Schrijf u beide in! De inschrijving als woningzoekende is op naam, u bouwt dus samen geen punten op. Bij een relatiebreuk of overlijden van uw partner kunt u de punten niet overnemen of verdelen.

### WOONKOSTENTOESLAG

Kunt u uw huur of hypotheek niet betalen? En leeft u van een minimum inkomen met weinig vermogen? Dan kunt u hiervoor mogelijk geld krijgen of lenen. Dit heet bijzondere bijstand voor woonkostentoeslag. Kijk op onze website [www.hollandskroon.nl](http://www.hollandskroon.nl) voor meer informatie, de voorwaarden en het aanvragen.

### URGENTIE

Voor meer informatie over een urgentiebesluit of het aanvragen van een telefonisch adviesgesprek kijkt u op [www.hollandskroon.nl/urgentiebesluit](http://www.hollandskroon.nl/urgentiebesluit).

## HET SCHEIDINGSPLEIN: OMDAT JULLIE ALTIJD DE OUDERS VAN JULLIE KINDEREN BLIJVEN

Het Scheidingsplein.nl is een website met informatie, advies en ondersteuning over scheiden. De website is voor mensen die gaan scheiden, mensen die betrokken zijn bij een scheiding en voor de kinderen waarvan de ouders gaan scheiden.

In Hollands Kroon bieden we de volgende hulp aan ouders die gaan scheiden:

- **Ondersteuning Wijkteam:** Je kunt bij het wijkteam terecht met hulpvragen over de scheiding. Bijvoorbeeld over de opvoeding van de kinderen, of voor praktische ondersteuning.
- **Echtscheidingspreekuur met het Juridisch Loket:** Als er ondersteuning nodig is bij het regelen van de scheiding, kun je terecht bij het gratis spreekuur van het Juridisch Loket in Wieringerwerf. Ook andere praktische, juridische vragen kun je tijdens dit spreekuur stellen.
- **Ouderbijeenkomst met Villa Pinedo:** Vier keer per jaar delen twee jongeren met gescheiden ouders hun persoonlijke verhaal tijdens een ouderbijeenkomst. Zo krijg je als aanwezige een inkijkje in het hoofd en hart van kinderen die betrokken zijn bij een scheiding. Aanmelden kan via de website van het scheidingsplein.
- **Online-training van Villa Pinedo:** Deze training biedt handvatten om jezelf en de kind(eren) zo goed mogelijk te begeleiden tijdens en na het scheidingsproces. De training is voor inwoners van Hollands Kroon gratis. Je kunt je aanmelden via de website van het scheidingsplein.



- **Buddy:** Buddy's zijn jongeren die zelf ook een scheiding hebben meegemaakt en weten hoe het is om een scheiding mee te maken. Jongeren kunnen met een buddy praten. Hoe ze zich voelen of het natuurlijk over andere leuke dingen hebben!

Ga voor meer informatie naar:  
[www.scheidingsplein.nl/hollandskroon](http://www.scheidingsplein.nl/hollandskroon)

## HET DIGITAAL JONGEREN CENTRUM

Het Digitaal Jongeren Centrum is een website speciaal voor jongeren uit de gemeente Hollands Kroon en omgeving. Op [djc-hollandskroon.nl](http://djc-hollandskroon.nl) ontmoeten jongeren tussen de 10 en 23 jaar elkaar. Ook is er meer informatie te vinden over bijvoorbeeld activiteiten, werk, wonen, zorg en financiën.

### WAT KAN JE DOEN?

- Gaming events, inspiratiesessies, workshops en meer.
- In contact komen met andere jongeren en gezellig kletsen.
- Informatie vinden over heel veel onderwerpen zoals geld, (bij)baantjes, wat je allemaal moet regelen als je 18 wordt en vrijwilligerswerk. In de "Don't Worry Be Happy" kamer kan je heel veel informatie vinden als het even niet zo goed met je gaat.

- Direct hulp aanvragen of in contact komen met een jongerenwerker als je over bovenstaande onderwerpen wat meer wilt weten.

EN DAT 24 UUR PER DAG!

Meer informatie?  
[www.djc-hollandskroon.nl](http://www.djc-hollandskroon.nl)

## GRATIS ONLINE TRAININGEN VIA INCLUZIO HOLLANDS KROON

Voel je je wel eens eenzaam? Heb je moeite met planning en structuur aanbrengen in je leven? Heeft jouw kind autisme of AD(H)D en kun je hier wel wat handvatten voor gebruiken? Heb je vragen over relaties en seksualiteit? Heb je te maken met verlies of rouw? Of kun je wel een mentale opkikker gebruiken? Over deze en vele andere onderwerpen kun je nu gratis online trainingen volgen via Includio Hollands Kroon.



Via de nieuwe website van Includio Hollands Kroon, kun je gratis online trainingen volgen: zelfstandig en op het moment dat het jou uitkomt. We noemen dit ook wel zelfhulpprogramma's. Er zijn veel verschillende programma's beschikbaar voor volwassenen, jongvolwassenen, ouders en kinderen. Je doet dit volledig zelfstandig, zonder tussenkomst of ondersteuning van Includio. Wij gebruiken hiervoor het online platform Gezondeboel.

### WAT IS HET VOORDEEL VAN ONLINE TRAININGEN?

Bij een online training leer je aan de hand van filmpjes, animaties, achtergrondinformatie en praktische tips. Je doet korte opdrachten en vult vragenlijsten in. Heb je een hulpvraag, maar wil je eerst proberen hier zelfstandig aan te werken? Ga dan zeker eens kijken welke trainingen er beschikbaar zijn in Gezondeboel.

Er zijn veel verschillende zelfhulpprogramma's beschikbaar, over verschillende thema's of hulpvragen. Denk aan veerkracht, omgaan met geld, piekeren, leefstijl, somberheid en planning en structuur. Alle programma's zijn zo ingericht, dat ze jou op een laagdrempelige en effectieve manier helpen bij je hulpvraag. Waar en wanneer het jou uitkomt!

### MENTAAL VEERKRACHTIG WORDEN EN BLIJVEN

Wij geloven in eigen regie. Met de juiste hulpmiddelen kan iedereen aan zijn eigen

mentale gezondheid en vitaliteit werken. Wij willen alle inwoners van Hollands Kroon de mogelijkheid bieden om aan zichzelf te werken, op een laagdrempelige manier. Dat doen we met behulp van dit zelfhulpplatform.

Gebruikersgemak staat centraal. Iedereen in Hollands Kroon kan met plezier en gemak gebruik maken van de programma's. Ook als je weinig ervaring hebt met computers. Je kunt zelfstandig aan de slag met een onderwerp of thema waar jij wel wat hulp bij kunt gebruiken.

### DIRECT STARTEN, WANNEER HET JOU UITKOMT

Op de nieuwe website van Includio Hollands Kroon: [incluiohollandskroon.nl](http://incluiohollandskroon.nl), vind je een overzicht van alle online trainingen waar je zelf mee aan de slag kunt. Hier maak je ook gelijk een account aan bij Gezondeboel. Je kunt dan direct starten met de training van jouw keuze. Goed om te weten: de informatie die je invult, en de resultaten van de trainingen, worden niet gedeeld met Includio Hollands Kroon.

Heb je een zelfhulpprogramma gedaan, maar ben je daar niet mee geholpen? Dan kun je je natuurlijk alsnog aanmelden bij het wijkteam via [hollandskroon.nl/contactformulier](http://hollandskroon.nl/contactformulier).

## HEEFT U VRAGEN OVER GELDZAKEN OF SCHULDEN? WIJ HELPEN U GRAAG VERDER!

Alles wordt steeds duurder. Steeds meer mensen vinden het daarom lastig om alle rekeningen te betalen. Wij kunnen u helpen!

Als u graag wat meer inzicht wilt in uw geldzaken kunnen wij u helpen. Samen maken wij een overzicht van uw inkomsten en uitgaven. Met dit overzicht kijken wij of u recht heeft op andere inkomsten, zoals toeslagen. Ook kunnen wij u bespaartips geven, waardoor u meer geld kan overhouden. Hierdoor voorkomt u problemen in de toekomst.

Moet u nog een aantal rekeningen betalen? Ook dan kunnen wij u helpen. Samen maken wij een plan om de rekeningen terug te betalen. Wij helpen om afspraken te maken met iedereen die nog geld van u krijgt.

### WILT U CONTACT MET ONS OPNEMEN?

U kunt ons bellen of mailen via:  
088 - 321 5000 of via  
[schulddienstverlening@hollandskroon.nl](mailto:schulddienstverlening@hollandskroon.nl).

### WILT U WETEN VAN WAT VOOR GEMEENTELIJKE REGELINGEN U GEBRUIK KUNT MAKEN?

Soms vinden mensen het lastig om hulp te vragen. En willen zij het liever nog zelf oplossen. Daarom bieden wij een handige website aan. Hiermee kunt u makkelijk zelf aan de slag!

Via de website van Bereken Uw Recht komt u er in aantal stappen achter waar u gebruik van kan maken. Hierdoor laat u geen geld liggen! De website kunt u vinden via:  
[www.hollandskroon.nl/berekenuwrecht](http://www.hollandskroon.nl/berekenuwrecht)

### WILT U TOCH DAT WIJ MEEKIJKEN?

Ook dan kunt u contact opnemen. Dan kijken wij met u mee.

Wilt u weten waar wij allemaal nog meer bij kunnen helpen? Scan dan de QR-code of ga naar:  
[www.hollandskroon.nl/schulddienstverlening](http://www.hollandskroon.nl/schulddienstverlening).





## SAMEN IN DE STRIJD TEGEN LAAGGELETTERDHEID

In Nederland zijn ongeveer 1 op de 6 mensen laaggeletterd. Dat gaat om maar liefst 2,5 miljoen mensen van 16 jaar en ouder. Zij hebben moeite met lezen, schrijven en/of rekenen. De kans is groot dat jij ook iemand in je omgeving hebt die laaggeletterd is. Wat jij kunt doen om te helpen, lees je hier.

### GROTE GEVOLGEN

Naar Maastricht rijden in plaats van Haarlem, diarree remmers nemen tegen hoofdpijn of op het schoolplein staan op een margedag. Laaggeletterdheid kan in het dagelijks leven tot onhandige situaties leiden, maar heeft ook ingrijpende gevolgen op de lange termijn. Uit onderzoek blijkt dat laaggeletterden vaker een lager inkomen hebben dan niet-laaggeletterden en ze voelen zich fysiek en geestelijk minder gezond. Ook hebben hun kinderen een veel grotere kans om op latere leeftijd laaggeletterd te worden.

### SCHAAMTE

Veel mensen die moeite hebben met lezen, schrijven en/of rekenen vinden het lastig om hiervoor uit te komen. Ze schamen zich of weten niet waar ze terecht kunnen voor hulp. Het kan jaren duren voordat iemand aan de bel trekt. Neem Rob uit Groesbeek. In een tv-uitzending van de NPO vertelt hij dat hij pas op 45-jarige leeftijd bij zijn huisarts om hulp durfde te vragen: "Mijn vrouw had een ernstig auto-ongeluk gehad, maar ik had haar nog steeds voor van alles nodig. Het aanvragen van trapliften en een rolstoel bijvoorbeeld. Ik kon nog geen simpel boodschap-

penlijstje lezen. Ik gooide drie verschillende soorten macaroni in het mandje in de hoop dat het goed was. Ik voelde me zo schuldig."

### LET OP DE SIGNALLEN

Vanwege het grote aantal laaggeletterden in Nederland en de negatieve impact die het heeft voor zowel henzelf als hun omgeving, is het belangrijk om laaggeletterden te herkennen en te ondersteunen. De meeste mensen die moeite hebben met lezen en schrijven vinden het lastig om er over te praten. Het kan dus handig zijn als je weet waar je op moet letten. Stichting Lezen en Schrijven heeft een aantal signalen van laaggeletterdheid op een rijtje gezet:

- Alleen kijken naar een tekst zonder de ogen te bewegen over de tekst.
- Geen e-mailadres hebben.
- Moeite hebben met mobiel bankieren.
- Een slecht leesbaar handschrift hebben.
- Niet verder groeien in het werk.
- Een uur te vroeg of te laat zijn op een afspraak.
- Moeite hebben met navigatie.
- Smoesjes gebruiken als 'bril vergeten zijn' of 'zere hand hebben' als gevraagd wordt iets te lezen of te schrijven.

### GA HET GESPREK AAN

Herken je meerdere signalen bij iemand in jouw omgeving? Stichting Lezen en Schrijven adviseert om dan het gesprek aan te gaan. Vraag niet direct of iemand laaggeletterd is, maar stel er vragen om heen. Zoals: 'Hoe gebruik jij je DigiD?' of 'Vind jij brieven van de overheid ook zo lastig?' Het kan zijn dat iemand niet meteen voor zulke vragen open staat; geef het gesprek dan meerdere kansen en blijf benoemen wat het voor je zelfvertrouwen doet wanneer je beter kan lezen of schrijven.

Met onderstaande tips kun je iemand geruststellen:

- Je bent niet de enige
- Er zijn (gratis) cursussen speciaal voor volwassenen, in kleine groepen of één-op-één
- Op [www.ikwilleren.nl](http://www.ikwilleren.nl) kun je je aanmelden. We kunnen ook samen bellen naar het landelijke nummer Startpunt Ik wil leren via 0800 - 023 44 44.

### TAALVRIJWILLIGER WORDEN?

Wil jij helpen in de strijd tegen laaggeletterdheid? Overweeg dan om taalvrijwilliger te worden bij jou in de buurt. Kijk op [www.lezenenschrijven.nl/wat-kan-ik-doen/vrijwilliger-wordsen](http://www.lezenenschrijven.nl/wat-kan-ik-doen/vrijwilliger-wordsen) voor meer informatie of bel gratis met 0800-023 44 44.



# TAA LHUIZEN IN HOLLANDS KROON

De bibliotheek is een belangrijke plek voor ontmoeting en training, waar inwoners op een laagdrempelige manier naartoe kunnen gaan. De bibliotheek biedt verschillende trainingen en cursussen aan op het gebied van taal en ontwikkeling.



verschillende leuke en handige websites en leer je stap voor stap hoe ze werken en wat je er zoal mee kunt. De cursus wordt gegeven op de computers van de bibliotheek.

#### INFORMATIEPUNT DIGITALE OVERHEID (IDO)

Er zijn tegenwoordig steeds meer zaken van de overheid die je zelf via internet moet regelen. Het aanvragen van een AOW-uitkering, het regelen van zorg of het verlengen van je rijbewijs. Veel mensen vinden dit lastig. In de bibliotheek is een Informatiepunt Digitale Overheid (IDO). Tijdens een gratis wekelijks spreekuur helpen vrijwilligers van Wonen Plus Welzijn je op weg.

#### OPENINGSTIJDEN, BEREIKBAARHEID EN ADRES

**Bibliotheek Wieringerwerf**  
(de Cultuurschuur, Loggersplein 1)  
Taalhuismedewerker aanwezig:  
woensdag van 14.00 uur – 17.00 uur.  
Informatiepunt Digitale Overheid:  
dinsdag 10.00 uur – 12.00 uur.  
Telefoonnummer 0227-601728.

**Bibliotheek Anna Paulowna**  
(De Verwachting 13)  
Taalhuismedewerker aanwezig:  
maandag 14.00 uur – 17.00 uur.  
Informatiepunt Digitale Overheid:  
woensdag 10.00 uur – 12.00 uur.  
Telefoonnummer 0223-533140.

**Bibliotheek Hippolytushoef**  
(Parkzicht 7)  
Informatiepunt Digitale Overheid:  
woensdag 14.00 - 17.00 uur.

**Bibliotheek Nieuwe Niedorp**  
(Trambaan 61)  
Informatiepunt Digitale Overheid:  
dinsdag 10.00 - 16.00 uur.

Kijk voor meer informatie op  
[www.kopgroepbibliotheken.nl](http://www.kopgroepbibliotheken.nl).

Wist je dat ongeveer 2,5 miljoen Nederlanders van 16 jaar of ouder moeite hebben met lezen, schrijven, rekenen en daardoor ook met digitale vaardigheden? Zij hebben onvoldoende vaardigheden om zich zelfstandig te kunnen redden in onze samenleving. Voor ongeveer twee derde van hen is Nederlands de moedertaal en een derde heeft een anderstalige achtergrond.

Gelukkig zijn er goede mogelijkheden om hier iets aan te doen! Vanaf medio januari opent het Taalhuis Hollands Kroon met spreekuren in Anna Paulowna en Wieringerwerf.

#### HULP BIJ TAAL

Je Nederlands verbeteren kan op allerlei manieren: door samen te praten, door te lezen of met een cursus. Het Taalhuis Hollands Kroon geeft gratis advies wat het beste bij je past. De Taalhuismedewerker neemt voor elke bezoeker tijd in een kennismakingsgesprek. Hierin wordt duidelijk

wat iemand wil leren en welke manier het beste daarbij past. Dat kan bijvoorbeeld een taalmaatje zijn van Wonen Plus Welzijn, een Klik & Tik cursus in de bibliotheek of het volgen van een cursus bij Vonk. Ook als je iemand in je omgeving kent die moeite heeft met lezen, schrijven of rekenen geeft het Taalhuis je graag advies. Het Taalhuis Hollands Kroon is mede mogelijk gemaakt door de gemeente Hollands Kroon.

#### HULP BIJ DIGITAAL

De bibliotheek biedt ook spreekuren en cursussen om je te helpen om beter en veiliger met je computer te werken en om via internet overheidszaken te regelen.

#### CURSUS KLIK EN TIK

Heb je weinig of geen ervaring met het gebruik van computers? Volg dan gratis 'Klik & Tik' in de bibliotheek. Je leert dan meer over het aan- en uitzetten van de computer, typen, het gebruik van e-mail en internet. Tijdens de cursus Klik & Tik ga je het internet op, maak je kennis met



www.progroenenmilieu.nl  
0224 - 272 386



Onderhoud, aanleg en ontwerp van openbaar en bedrijfsgroen.



www.pro-verpakken.nl  
0224 - 272 388



Verpakken, assembleren en monteren.  
Food, medical & technical. Warehousing.



www.probezorgt.nl  
0224 - 272 384



Post, bezorg & facilitaire diensten voor de zakelijke markt.  
Printing. Track & Trace.



INCLUSIEF EN CIRCULAIR, ONZE MENSEN MAKEN HET  
VERSCHIL MET EEN 5 STERREN DIENSTVERLENING.

humanitas

Kop van Noord-Holland



### Maatjes gezocht!

*Een kopje koffie, stukje wandelen, er op uit of gezellig samen een spelletje doen. Een uurtje per week, dat maakt al het verschil voor mij' - Annette*



In de gemeente **Hollands Kroon, Schagen en Den Helder** zijn we nog dringend op zoek naar vrijwilligers voor het **Vriendschappelijk Huisbezoek**.

Heb jij een uurtje in de week de tijd om een ander te bezoeken?

Neem voor meer informatie contact op:  
0223-617422 | [kopvannoord-holland@humanitas.nl](mailto:kopvannoord-holland@humanitas.nl) | [www.humanitas.nl/kopnh](http://www.humanitas.nl/kopnh)

# INLUZIO HOLLANDS KROON.

## Zorg of ondersteuning nodig?

Het wijkteam van Inluzio Hollands Kroon en haar specialisten zijn er voor u!

U kunt ons maandag tot en met vrijdag bereiken tussen 09.00 en 17.00 op telefoonnummer **088 321 5000**.



## BEN JIJ TUSSEN DE 10 EN 23 JAAR EN WOON JE IN HOLLANDS KROON?

Kijk dan eens op de website van het Digitaal Jongeren Centrum.

Hier ontmoet je leeftijdsgenoten en vind je informatie over bijvoorbeeld activiteiten, werk, wonen, zorg en financiën.

**Kijk op: [www.djc-hollandskroon.nl](http://www.djc-hollandskroon.nl)**



## NIEMAND HOEFT ALLEEN TE STERVEN

**Als je in de laatste fase van je leven bent en afscheid gaat nemen van je leven, wil je dit het liefste doen met de mensen om je heen die je lief zijn. Helaas is dit lang niet voor iedereen weggelegd.**

De vrijwillige professionals van VPTZ (vrijwillige palliatieve terminale zorg) kunnen extra steun en aandacht geven aan mensen in hun laatste levensfase. Hierdoor kan een mantelzorger even op adem komen. Ook in samenwerking met de zorg kunnen de vrijwilligers veel betekenen, zodat zij weten dat ze met een gerust hart de begeleiding over kunnen dragen, bijvoorbeeld in de vorm van waakzorg. Onze vrijwilliger Joost deelde de volgende ervaring.

"Kees ligt op bed in de huiskamer. Het bed van Sanne (huidige partner) staat er vlak naast. Zij schuift haar bed 's avonds tegen het bed van Kees aan. Ik vind hem er gelig uitzien, dat viel Sanne ook op. Sanne gaat naar haar afspraak en Kees begint te vertellen. Op een gegeven moment praat hij over zijn overleden vrouw, zijn ogen beginnen te twinkelen. Hij gaat terug in de tijd, hij vertelt over hoe ze elkaar ontmoet hebben en nog meer fijne herinneringen."

"Sanne had hem gevraagd wie hij nog wil zien. De afgelopen dagen zijn daarom wat vrienden van vroeger en collega's bij hem op bezoek geweest. Dit heeft hem goed gedaan! Kees komt zijn bed niet meer uit, staan is vrijwel niet meer mogelijk. Sanne zorgt liefdevol voor Kees, dat is mooi om te zien. Zij kennen elkaar nog niet zo lang. Toen Sanne vanmiddag thuiskwam, had ze voor ons gebakjes meegenomen. Ook Kees zat te smullen. Ik heb aangeboden dat mocht Sanne deze week nog een keer weg moeten, ik best nog een keer kan komen."

### GERAAKT DOOR DIT VERHAAL?

Neem dan contact op met Irene Ruijter coördinator VPTZ:  
kopvannoord-holland@humanitas.nl

## MANTELZORGERS STAAN ER NIET ALLEEN VOOR

**Vrijwilligerswerk, daar kies je voor. Mantelzorg overkomt je. En dat is een groot verschil. Mantelzorgers zorgen langdurig en intensief voor iemand die chronisch ziek, beperkt of hulpbehoevend is. Dat kan een partner, ouder, kind of ander familielid zijn, maar ook een vriend of buur. Ze doen dat soms 24 uur per dag en dat kan lichamelijk en emotioneel erg zwaar zijn. Gelukkig hoeven mantelzorgers niet alles alleen te doen. Ze kunnen de zorg delen met vrijwilligers en beroepskrachten.**

### AAN DE BEL TREKKEN

Om het als mantelzorger vol te houden, is het nodig om de zorg ook af en toe uit handen te geven. Toch blijkt dat mantelzorgers het vaak moeilijk vinden om hulp te vragen. Ze voelen zich verantwoordelijk en vragen te veel van zichzelf. En trekken vervolgens pas aan de bel als het echt niet meer gaat. "Had ik het maar eerder gedaan", zeggen ze dan achteraf. Vooral de oudere generatie doet haar werk vaak in stilte, ongezien en zonder hulp. "Dat doe je toch gewoon? Dat hoort er toch bij?", denken ze. Nederland kent ook jongere mantelzorgers. Veel kinderen nemen daardoor zorgtaken op zich waarvoor ze eigenlijk nog te jong zijn. Juist deze groep doet zelden een beroep op hulpverleners. Het is dan ook moeilijk een beeld te krijgen van hun problemen.

### VRIJWILLIGERS EN PROFESSIONALS BIEDEN HULP

Vrijwilligers kunnen mantelzorgers zo nu en dan vervangen. Deze vervangende zorg, respijtzorg genoemd, maakt dat de mantelzorger af en toe tijd voor zichzelf heeft. Om iets leuks te doen of om zelfs even op vakantie te gaan. Maar soms is er meer hulp nodig. Dan zijn er professionele hulpverleners die de mantelzorger kunnen ondersteunen. Praktisch, door te helpen bij het invullen van formulieren of door contacten met andere hulpverleners te onderhouden. Of door informatie en advies te geven. Maar ook emotioneel, door een luisterend oor te bieden. Zorgverleners hebben immers vooral aandacht voor de zieke. Voor mantelzorgers is het prettig dat ze ook hun verhaal kwijt kunnen.



# In de bieb vergroot ik mijn wereld

Benieuwd wat jij kunt  
leren? Kom langs bij de  
bibliotheek, wij helpen  
je graag op weg.



[kopgroepbibliotheken.nl](https://kopgroepbibliotheken.nl)

de Bibliotheek   
KopGroep Bibliotheken