

Onze wijk wordt steeds hartveiliger

Heeft u hem al gespot: de nieuwe AED aan de buitenmuur van appartementengebouw de Lavendel? We zijn blij dat op deze drukbezochte plek, tegenover de Jumbo, nu een AED 24/7 beschikbaar is.

Leren hoe u met een AED levens kunt redden? Geef u dan op voor een reanimatiecursus. Na een lange corona-onderbreking hebben we in november gelukkig weer twee reanimatietrainingen kunnen organiseren in wijkaccommodatie De Nielt. Volgend jaar gaan we hiermee door! Zo maken we onze wijk steeds weer een beetje hartveiliger.



De nieuwe AED

Interesse in een training? Mail naar info@heeswijksekampen.nl

Afvalkalender ook in 2023 digitaal

De gemeente biedt ook komend jaar de afvalkalender alleen digitaal aan. Zo is de informatie altijd actueel en het is duurzamer want het bespaart papier en transport. Wie toch liever een papieren versie heeft, kan de kalender vanaf half december via de website van de gemeente printen. Kijk hiervoor op www.landvancuijk.nl.



De afvalkalender is ook beschikbaar in DeAfvalApp. DeAfvalApp heeft handige functies. Zo kun je herinneringen ontvangen en krijg je een melding als de ophaaldag verandert, bijvoorbeeld bij gladheid of sneeuw.

DeAfvalApp is te vinden in de App Store (Apple) en in de Google Playstore (Android). Of scan de QR-code hiernaast.

Wijkraad informatie

De wijkraad vergadert van 19.30 - 22.00 uur. Van 19.00 - 19.30 uur kunt u met de wijkraad van gedachten wisselen. Stuur hiervoor een mailtje naar info@heeswijksekampen.nl met een korte toelichting waarover u ons wilt spreken.

Agenda

16 januari	-	wijkraadvergadering
13 februari	-	wijkraadvergadering
13 maart	-	wijkraadvergadering
13 april	-	wijkraadvergadering

De wijkraad zet zich samen met bewoners in voor een prettige en veilige woonomgeving. Wilt u een steentje bijdragen binnen de wijkraad of bij activiteiten? Wij horen graag van u! Mail naar voorzitter@heeswijksekampen.nl

Op weg naar een dementievriendelijk Cuijk

Er staat een oudere vrouw midden op straat, ze oogt onrustig en verward en lijkt niet te weten waar ze is. Wat doe je dan? Gewoon maar negeren? Of stap je op haar af en spreek je haar aan? Maar hoe doe je dat het beste?

Er is sinds enige tijd in de media veel aandacht voor dementie. Niet zo vreemd als je bedenkt dat in Nederland één op de vijf mensen dementie krijgt en zij het grootste deel van het ziekteproces gewoon thuis wonen, met hulp van hun naasten. De kans is dus groot dat je op een of andere manier met dementie te maken krijgt.



Werkgroepen Dementievriendelijke Gemeente

De gemeente Land van Cuijk wil graag een 'dementievriendelijke' gemeente worden. Een gemeente waar mensen met dementie zo lang mogelijk mee kunnen doen in de samenleving. Een belangrijke voorwaarde daarvoor is dat omstanders weten hoe ze kunnen helpen. Om dit te realiseren zijn er in Land van Cuijk vijf werkgroepen opgericht met mensen uit o.a. de zorg, maatschappelijke organisaties en lokale ondernemers. Deze werkgroepen brengen het onderwerp op diverse manieren onder de aandacht en bieden ook een training aan: 'Goed omgaan met dementie'. In de training leer je de signalen van dementie herkennen en hoe je iemand met dementie kunt helpen.

Olievlek

In Cuijk zijn Christa Nijkamp en Joop Bosmans (van de Jumbo) de kartrekkers voor deze training. "We willen vooral ook bewustwording creëren", vertelt Joop desgevraagd. "Om te beginnen, hebben we de dorps- en wijkraden voor een training uitgenodigd. Via hen hopen we weer nieuwe deelnemers te vinden voor de trainingen die volgend jaar op de planning staan. Zo moet het zich uiteindelijk als een olievlek verder door de gemeente verspreiden."

Training volgen?

Van onze wijkraad hebben drie mensen de training gevolgd. Wij kunnen uit eigen ervaring zeggen dat het een interessante en vooral leerzame avond was! Wilt u volgend jaar deze training graag bijwonen? Mail dan naar info@heeswijksekampen.nl met in de onderwerpregel 'training dementie'. Vermeld in de mail welke datum uw voorkeur heeft (zie kader). U ontvangt dan kort voor de training meer informatie.

Training

'Goed omgaan met dementie'

In 2023 zijn er trainingen op de volgende data: 28 februari, 9 mei, 5 september en 7 november. De trainingen worden gegeven in de MFA (de voormalige kerk) in de Valuwe, van 19.00 - 21.30 uur. Interesse? Mail naar info@heeswijksekampen.nl. Kort voor de training ontvangt u meer informatie.

Liever meteen aan de slag?

Op de website www.samendementievriendelijk.nl/trainingen kun je je kennis testen en diverse gratis online trainingen volgen.



De wijkraad wenst u en iedereen die u lief is,
fijne feestdagen en een mooi en gezond nieuw jaar
met veel plezier en een beetje begrip voor elkaar



Nieuws van de wijkraad



‘Een glimlach, een groet kan zo veel betekenen’

Onlangs hadden we onze jaarlijkse bewonersavond. Het was een gezellige avond waar we iedereen hebben bijgepraat over de behaalde resultaten in het afgelopen jaar en de plannen voor komend jaar. Ook kregen we verschillende goede ideeën aangereikt vanuit het publiek. Helaas viel de opkomst wat tegen. In een wijk met zo'n 8.000 bewoners zou je een vollere zaal verwachten. Enkele aanwezigen gaven aan dat ze het heel interessant vonden, maar van tevoren eigenlijk geen idee hadden wat ze konden verwachten van een bewonersavond. We kregen de suggestie om vooraf de agenda te publiceren zodat duidelijk is welke onderwerpen besproken zullen worden. Dat advies nemen we zeker mee voor de volgende keer. Wellicht voelt u zich dan ook eerder geroepen om onze avond te bezoeken en uw suggesties en ideeën met ons te delen!



Donkere dagen voor kerst

Het Sinterklaasfeest is weer achter de rug en we zitten inmiddels middenin de spreekwoordelijke 'donkere dagen voor kerst'. Buiten is het grijs en guur en somberheid ligt op de loer. Tegelijkertijd is dit ook de tijd van knus en gezellig samenzijn, met versierde huizen en vrolijke lichtjes die de winterse somberheid verdrijven.

Wat een verschil

Vanwege de gestegen energieprijzen is het bij mij thuis nu toch wel iets minder warm dan voorheen. De kachel staat twee graden lager en de warmwaterzak en fleecedekentjes zijn hier nog nooit zo populair geweest. Het went en meestal is het prima uit te houden. Maar wát een verschil; ons gasverbruik van de afgelopen maanden was bijna de helft van ons verbruik in dezelfde periode vorig jaar. Het laat me wel even reflecteren op de maatschappij van vandaag... wat waren we verwend en wat hebben we het eigenlijk nog goed.

Behoeftte aan warmte

Helaas gaat dat niet voor iedereen op. Er zijn mensen die geen gezellig thuis hebben in deze koude donkere dagen, mensen die eenzaam zijn, mensen met geldzorgen waar de kachel nog lager of zelfs uit staat. Voor hen zullen de winter en de feestdagen vooral een beproeving zijn. En dat geldt ook voor de vele vluchtelingen waar we dagelijks mee geconfronteerd worden in het nieuws. Of we ze nu welkom willen heten of niet, ook zij hebben het zwaar. Ook zij hebben behoefte aan saamhorigheid, warmte en gezelligheid.

Klein gebaar, groot verschil

Ik wil u vragen om eens om u heen te kijken wanneer u op straat loopt. Een groet, een warme lach, een vriendelijk gebaar naar iemand die u niet kent; het kost zo weinig maar kan soms – zonder dat we het zelf beseffen – een wereld van verschil maken. Laten we een beetje warmte en liefde met elkaar delen.

Namens de wijkraad wens ik u een fijne kerst en een gezond, voorspoedig en gelukkig nieuw jaar!

Yvette van Rijckevorsel,
voorzitter



Samen sterker

Dorps- en wijkraden Land van Cuijk bespreken gemeenschappelijke thema's

Maar liefst 33 kernen telt de gemeente Land van Cuijk en elke kern heeft haar eigen unieke kenmerken. Toch zijn er ook thema's die vrijwel overal spelen, zo blijkt uit de Kernencv's die 'bouwteams' het afgelopen jaar hebben opgesteld. Is het dan niet slimmer, zo bedachten enkele raden, om de handen ineen te slaan, kennis en ideeën te delen en deze zaken gezamenlijk op te pakken en bij de gemeente op de agenda te zetten?



Enkele wijk- en dorpsraden namen het initiatief en organiseerden op 17 oktober jl. de eerste thema-avond. Afgevaardigden van alle dorps- en wijkraden van de gemeente Land van Cuijk werden hiervoor uitgenodigd. Op de agenda stonden thema's als de energietransitie, verkeersveiligheid, wonen, basisschool, creëren dorpshart en het bevorderen van de sociale cohesie. Deelnemers konden intekenen op deze thema's die dan vervolgens in groepsverband besproken werden. Na afloop deelde iedere groep de conclusies met de rest van het gezelschap.

Kennis delen

Per thema werd gekeken of het probleem of de uitdaging in de verschil-

lende kernen vergelijkbaar is, welke dorpsraad/wijkraad al iets heeft gedaan op dit gebied en dus kennis en ervaringen kan delen en tot slot wat bewoners en de dorps- of wijkraad nodig hebben, en van wie, om de kwestie op te pakken en acties succesvol uit te kunnen voeren.

Volop inspiratie

Het was in ieder geval een eerste inspirerende bijeenkomst met een grote opkomst. Naast de afgevaardigden van alle dorps- en wijkraden, waren er ook wethouders, gebiedsmakelaars en gebiedscoördinatoren van de gemeente aanwezig. De deelnemers hebben deze avond met halen en brengen van kennis en elkaar leren kennen als uiterst zinvol ervaren. De animo is dan ook groot om volgend jaar weer een thema-avond te organiseren!

Kernencv – wat is dat?

Afgelopen jaar hebben bouwteams, gevormd door inwoners van een kern, een cv van hun kern opgesteld: een soort voorsteldocument met een overzicht van de sterke punten, de verbeterpunten en de prioriteiten van de betreffende kern, waar men samen met de gemeente aan wil werken.

Meer info: ons.landvancuijk.nl

Dansen met de Pieten

Het was koud, maar wat was het leuk! Circa 100 kinderen genoten op 20 november van het Pietenfeest op het Wegedoorplein. Ze deden allerlei spelletjes met de Pieten; zoals zakjes werpen, cadeautjes poepen in de schoorsteen, sjoelen en zaklopen. En na even springen op het springkussen of een dansje met de Pieten hadden ze het zo weer lekker warm.

Volgend jaar meer activiteiten

Het Pietenfeest was een initiatief van Franca Weber, een actieve wijkbewoonster die bruis van de ideeën. Ook komend jaar wil ze weer een aantal leuke activiteiten organiseren voor de kinderen in de wijk. De wijkraad is hier heel blij mee en gaat haar op diverse vlakken ondersteunen.

Wilt u Franca helpen bij (een van) de activiteiten? Stuur dan een mailtje naar info@heeswijksekampen.nl of neem direct contact met haar op via de Facebook-pagina 'Activiteiten Heeswijkse kampen'.



De kids dansten enthousiast mee met de Pieten.

Gezellige middag voor senioren

Elke donderdag van 13.30 - 15.30 uur wordt er in wijkaccommodatie De Nielt een leuke middag georganiseerd voor senioren. U kunt meedoen met kaarten (bijv. rikken), sjoelen, biljarten, koersballen, darten of met andere spelletjes. Kom gerust een keer kijken en doe gezellig mee!

Er worden overigens ook nog vrijwilligers gezocht voor de begeleiding van deze middagen. Interesse? Loop dan op donderdagmiddag even binnen.