

# Extra activiteiten januari wijkcentrum Balieweide

Baliëndijk 82, 4816 GH Breda, tel. (076) 587 50 28  
www.wijbeginbijjou.nl/wijkactiviteiten

ma	1	<b>Nieuwjaarsdag</b>
di	2	• Aanloop • Spelletjesmiddag
wo	3	
do	4	Creatieve ochtend
vr	5	• <b>Koffie met gebak</b> • Hersengymnastiek
za	6	
zo	7	
ma	8	
di	9	• Aanloop • <b>Bingo</b>
wo	10	<b>Chinese maaltijd</b>
do	11	• Creatieve ochtend • <b>Rikken en jokersen</b>
vr	12	Hersengymnastiek
za	13	
zo	14	
ma	15	
di	16	• Aanloop • Spelletjesmiddag
wo	17	
do	18	• Creatieve ochtend • <b>Speciale lunch</b>
vr	19	Hersengymnastiek
za	20	
zo	21	
ma	22	
di	23	• Aanloop • Spelletjesmiddag
wo	24	
do	25	Creatieve ochtend
vr	26	• Hersengymnastiek • <b>Winterse maaltijd</b> • <b>Kaartavond</b>
za	27	<b>Bingo avond</b>
zo	28	
ma	29	
di	30	• Aanloop • Spelletjesmiddag
wo	31	



Het team van wijkcentrum  
Balieweide wenst u  
een mooi en gezond 2018 toe!

**Maandag 1 januari** gesloten i.v.m. Nieuwjaarsdag.

## Elke ochtend: Samen fit

Van 9.15-9.45 uur samen bewegen. Blijf fit en soepel met een wisselend programma van ochtendgym of TaiChi.



## Elke dinsdagochtend: Aanloop

Van 9.30-12.30 uur. Een Aanloop biedt mensen ruimte voor bezinning en steun om weer in eigen kracht te komen. Dit kan door het ontdekken van eigen kwaliteiten, door een oriëntatie op lokale activiteiten of misschien wel door het oefenen van vaardigheden.

De begeleider van de Aanloop kan met de bezoeker meedenken. Ben je liever bezig, dan kan je ook ontspannende bezigheden meebrengen van huis zoals hand-en breiwerk of een eigen tablet. Binnen elke locatie is er altijd een krant aanwezig, klein hobby materiaal en spelletjes.

## Elke donderdagochtend: Creatieve ochtend

Van 9.45 tot 11.30 uur samen creatief bezig zijn.

## Elke vrijdagochtend: Hersengymnastiek

Van 10.00 tot 12.00 uur. Verschillende geheugen-spelletjes om je brein fit te houden. Kom jezelf uitdagen!

## Dinsdag 2, 16, 23 en 30 januari: Spelletjesmiddag

Ga de uitdaging aan en speel mee met bijv. Rummikub, Scrabble, schaken, dammen, kaartspellen, sjoelen of andere gezelschapsspellen. Van 14.00-16.00 uur.

## Vrijdag 5 januari: Koffie met gebak

Iedere eerste vrijdag van de maand is er inloop van 09.30 tot 12.00 uur met koffie en gebak. Kosten: € 2,95.

## Dinsdag 9 januari: Bingo

Bingo met leuke prijzen van 14.00 tot 16.00 uur (zaal open 13.30 uur). Er zijn vijf rondes. Bingokaart € 3,00.

## Woensdag 10 januari: Chinese maaltijd

Vanaf 17.30 uur serveren we een Chinese maaltijd. De kosten zijn € 8,30 (BredaPas € 5,15) inclusief nagerecht. Aanmelden tot en met maandag 8 januari.

**Vervolg activiteiten zie andere zijde**

Zorg voor elkaar Breda is een netwerk waarin Bredase inwoners samenwerken met vrijwilligers en professionals van 36 Bredase instellingen en de gemeente Breda. Samen zorgen ze ervoor dat er voor iedereen goede hulp en zorg is. WIJ is een van de deelnemers aan Zorg voor elkaar Breda. De deelnemers hebben afgesproken om 'aan de voordeur' allemaal de naam Zorg voor elkaar Breda te voeren. Goede zorg doen we samen!

## Vervolg extra activiteiten januari 2018



### Donderdag 11 januari: Rikken en jokersen

Rikken en jokersen van 13.30 tot 16.30 uur met leuke prijzen. Kosten: € 1,50.

### Donderdag 18 januari: Speciale lunch

Vanaf 12.00 uur: een verse groentesoep, een broodje kroket/frikandel en een toetje na. Kosten € 4,00 (BredaPas € 3,10). Losse verkoop van een broodje kroket of frikandel is ook mogelijk à € 1,80. Aanmelden tot en met dinsdag 16 januari.

### Vrijdag 26 januari: Winterse maaltijd

Het is weer wanten en mutsenweer dus tijd voor een heerlijke vers gemaakte erwtensoep met roggenbrood en katenspek. Prijs € 5,50 (BredaPas € 4,45) inclusief een toetje. Aanmelden tot en met woensdag 24 januari.

### Vrijdag 26 januari: Kaartavond

Vanaf 19.30 uur: rikken en jokersen. Kosten € 2,50.

### Zaterdag 27 januari: Bingo avond

Van 19.30-22.00 uur (zaal open om 19.00 uur). Er zijn zeven rondes voor € 4,20. Superronde € 1,50.

**Wijkrestaurant Balieweide zoekt versterking. Voor info bel (076) 587 50 28.**

De kinderen zeiden: “Wat doen we met ons moeder?”

## Als je partner die voor jou zorgt ziek wordt

### Wat als je mantelzorger voor je partner bent en je moet zelf naar het ziekenhuis?

Mevrouw Hemmes heeft beginnende vasculaire dementie. Ze kan hooguit een paar uur alleen thuis zijn. Vier keer per week gaat ze naar de dagbesteding. Elke morgen en avond helpt Thebe wijkzorg met aan- en uitkleden. Want als ze valt, kan meneer haar niet optillen. Ze kan nog veel zelf, maar heeft ook hulp nodig.

Meneer vertelt: “Al jaren zit ik bij een club die spoorbanen voor modeltreinen bouwt. Op dinsdag is mijn vrouw dan alleen thuis. Dat gaat net, de huishoudelijke hulp is er 2 uur en om half 4 ben ik er weer. Laatst wilde ik op zondag naar een tentoonstelling van modeltreinen. De kleinkinderen hebben elkaar toen afgewisseld, zodat ik kon gaan.”

Deze zomer hoorde meneer dat hij darmkanker had. Hij moest snel worden geopereerd. De kinderen vroegen meteen: “Wat doen we met ons moeder?” Meneer Hemmes zegt: “Er is niets geregeld als je niet alleen thuis kunt blijven en je partner moet worden geopereerd! Dat kan toch niet? Ja, een verpleegkundige huren, maar dat is niet te doen.”

Het liep echt hoog op. De dag voor de operatie was er nog niets geregeld. Ik wilde het daarom zelfs uitstellen. Toen is Thebe mee gaan zoeken. De wijkverpleegkundige ging zelfs naar de huisarts. Ook de specialist bemoeide zich er mee. Ze kregen het niet voor elkaar!”



Foto: Jille Zuidema

Hoe het precies is gegaan, weet meneer Hemmes niet. “De kinderen hebben ons erbuiten gehouden. Ze hebben contact gehad met de gemeente over de WMO en met de zorgverzekeraar. Mijn vrouw had geen indicatie. Uiteindelijk was er plaats bij Aeneas. Fijn, want dat is vlakbij ziekenhuis Langendijk. Na de operatie kon ik ook gaan revalideren in ‘Aeneas’. We zaten wel op aparte afdelingen, maar konden 3 weken blijven. Een week eerder dan verwacht mochten we naar huis. We zijn heel blij met hoe het is afgelopen!”

Door: Liesbeth de Jong

[www.thebe.nl/thebe-in-uw-buurt](http://www.thebe.nl/thebe-in-uw-buurt)



**Zorg voor elkaar Breda, telefoon (076) 525 15 15,  
e-mail: [samen@zorgvoorelkaarbreda.nl](mailto:samen@zorgvoorelkaarbreda.nl); website: [www.zorgvoorelkaarbreda.nl](http://www.zorgvoorelkaarbreda.nl)**