



Nieuws en Bijeenkomsten bij Theek 5 Oosterhout

Maand november 2024

Wij hebben weer volop nieuws voor jullie vanuit Theek 5.

Voor alle activiteiten geldt: Aanmelden via
www.theek5.nl/activiteiten of in de bibliotheek!

Bijeenkomsten / Workshops / cursussen

Inloospreekuur Toeslagen

Kom naar het gratis **inloospreekuur** over toeslagen in jouw bibliotheek. De medewerker van DJF advies checkt samen met jou de Toeslag(en). Stel ook je vragen over kinderopvang-, zorg- en huurtoeslag en het kindgebonden budget. Loop geen geld mis, misschien heb jij ook recht op een bijdrage voor de kosten van zorgverzekering, kinderen, huur en kinderopvang. Met aanvragen van Toeslagen word je ook geholpen.

Veranderingen in je leven kunnen invloed hebben op de hoogte van je toeslagen. Verandert je situatie? Dan is het belangrijk om de wijziging(en) snel door te geven. Zo krijg je het bedrag waar je recht op hebt. Enkele voorbeelden: verandering in je inkomen, trouwen of samenwonen, verhuizing, meer of minder uren kinderopvang.

Toeslagen app

Er is ook een handige app, de Toeslagen app. Met deze nieuwe app kun je de gegevens van al jouw toeslagen bekijken. Sommige gegevens kun je ook makkelijk en snel wijzigen. Daarnaast krijg je een seintje als er een nieuw bericht voor je is. Heb je hulp nodig bij het installeren? Kom naar het Informatiepunt Digitale Overheid, tijdens de bemenste openingsuren van de bibliotheek. Meer informatie kun je vinden op www.theek5.nl/ido. Je kunt je vragen ook stellen via e-mail (informatiepunt@theek5.nl) of Whatsapp (06) 217 040 56.

Dinsdag 5 november 15.00 – 17.00 uur

Woensdag 27 november 11.00 – 13.00 uur

Thema-avond Slechthorendheid & (vrijwilligers)werk & zelfredzaamheid

Met een hoortoestel ben je al een heel eind op de goede weg naar meer hoorplezier. Maar soms heb je net nog ietsje meer nodig om in gezelschap goed te horen of televisieprogramma's te kunnen verstaan. Of heb je andere hoorhulpmiddelen als bijvoorbeeld een alarmeringssysteem of wekker nodig? Daar zijn veel mogelijkheden voor, maar welke is nou juist voor jou geschikt?

Om je hierover te informeren hebben Stichting Hoormij en Theek5 de handen in elkaar geslagen en hebben we 3 sprekers uitgenodigd om hun expertise aan ons over te brengen.

Hoorspecialist Dominique legt graag uit dat het echt tussen je oren zit. Er komt zoveel bij kijken voordat je ook daadwerkelijk met elkaar kunt communiceren.

Waarnemen/Horen/Verstaan/Begrijpen.

Verminderd horen is dan ook lastig uit te leggen als je het zelf niet zo ervaart. Vaak merken de mensen om je heen het eerder op, omdat ze dan moeten herhalen of dat ze geregeld een verkeerd antwoord terug krijgen.

Graag vertel ik wat je van een audicien en hoortoestellen mag verwachten.

Een hoortoestel is een mooi begin, maar je hebt een audiologische gids nodig om het plaatje compleet te maken.

Phonak licht hun assortiment aan accessoires (solo-apparatuur) toe.

Phonak heeft een assortiment aan accessoires bedoeld om uw gehoor in bepaalde situaties te verbeteren. Zoals een TV-connector, een partnermicrofoon en de Roger™ draadloze hoortoestelmicrofoons. Roger geeft mensen met hoortoestellen én cochleaire implantaten die extra hoorprestaties die ze nodig hebben om meer van het leven te genieten.

Hoorcoach en communicatietrainer Anke Heij legt uit hoe ze bereikte dat haar werk en leven mét gehoorverlies nu minder energie kost. 'Met de juiste hulpmiddelen kan ik weer uit eten met mijn lief of een vriendin, terwijl ik ze makkelijker versta. Mijn werk is ontspannender geworden, doordat ik minder hard hoeft te werken om te horen wat gezegd wordt.' Daarnaast is er zoveel meer dan hoortechniek. Ze vertelt hoe je slim om kunt gaan met je gehoorverlies. Zodat je vol zelfvertrouwen mee kunt doen, zonder je te verliezen in vermoeiende situaties.

Er zal een schijftolk aanwezig zijn om live-ondertiteling te verzorgen.

Heb je liever ringleiding? Mail dan naar breda@stichtinghoormij.nl

Data

dinsdag 12 november 19.30 tot 21.00 uur bij Theek 5 Oosterhout Centrum.

Kosten

Deelname kost € 5,00 voor 4 lessen, inclusief een kopje koffie of thee.

Aanmelden via: <https://www.theek5.nl/activiteiten> of in de bibliotheek.

Cursus Digivitaler

Jouw zorg en gezondheid kun je steeds meer met jouw computer, tablet of smartphone controleren en regelen. Dat noemen we digitale zorg. Digitale zorg is handig, omdat het je minder tijd kost en je jouw gegevens altijd bij de hand hebt. Wil je dit leren? Volg de cursus Digivitaler bij bibliotheek Theek 5

Steeds meer zorgverleners bieden een deel van hun zorg digitaal aan. Zo hebben huisartsen een patiëntenportal en kun je bij het ziekenhuis terecht via de app Mijn Amphia of MijnETZ.

Online een afspraak plannen, dossiers inzien, een videoconsult of een app die je helpt met oefeningen of jouw dieet. De lijst met nieuwe zorgmogelijkheden is groot. Maar hoe werkt dat dan allemaal? En is dat wel veilig? Zomaar wat vragen waar je mee kunt zitten als je digitale zorg wilt gebruiken. Tijdens de cursus DigiVitaler komen veel van deze nieuwe mogelijkheden aan bod.

Cursus

Tijdens de cursus leer je in een klein groepje (8 personen) werken met de digitale zorg. We gaan o.a. oefenen met het portal van de huisarts en van het ziekenhuis en je leert hoe een videoconsult in zijn werk gaat. Ook komen diverse handige gezondheidsapps aan bod. Tijdens de lessen is er veel gelegenheid om te oefenen, vragen te stellen en met elkaar in gesprek te gaan.

Data

De cursus vindt plaats op woensdagen 27 november, 4, 11 en 18 december van 14.00 tot 16.00 uur bij Theek 5 Oosterhout Centrum.

Kosten

Deelname kost € 5,00 inclusief een kopje koffie of thee.

Aanmelden via: <https://www.theek5.nl/activiteiten> of in de bibliotheek.

Hoorcafé

Slechter horen of te maken hebben met een gehoor- en evenwichtsandoening kan een strijd zijn. Met jezelf, voor acceptatie. Met mensen in je omgeving, die niet echt doorhebben wat je meemaakt. Het helpt om in contact te zijn met anderen die jouw situatie kennen.

Ervaringen delen

Tijdens het hoorcafé is er gelegenheid om informatie te verkrijgen en ervaringen uit te wisselen met lotgenoten en ervaringsdeskundigen. Er is ook een schrijftolk aanwezig en af en toe sluiten er specialisten aan met solo-apparatuur.

Voor wie?

Iedereen die te maken heeft met een gehoor- of evenwichtsandoening, of die iemand kent die

hiermee te maken heeft, is welkom. Ook over tinnitus, ménière of CI kunnen ervaringen gedeeld worden.

Data en locatie

Oosterhout - Torenstraat 8

Om de 2 maanden op de laatste donderdag

10.30 - 12.00 uur: 28 november, 30 januari, 27 maart en 22 mei

Deelname is gratis en je hoeft je niet aan te melden.

Meer informatie?

Het hoorcafé wordt georganiseerd door Stichting Hoormij. Neem voor meer informatie contact op via breda@stichtinghoormij.nl of 06-48507861.

Voor advies, hulp en vragen:

- **Inlooppreekuur Informatiepunt Digitale Overheid – Oosterhout**

Wanneer: elke woensdag en zaterdag van 13.30 – 15.30 uur

Gratis hulp bij omgaan met de Digitale Overheid

De overheid vraagt steeds vaker aan je om zaken te regelen via het internet. Bijvoorbeeld:

* Je huurtoeslag aanvragen, * Regelen van zorg, * DigiD regelen, * Doorgeven van je verhuizing, * Verlengen of aanvragen van je rijbewijs, * Donorregistratie, * Afspraak voor coronavaccinatie

Maar nog niet iedereen weet hoe je deze dingen moet regelen op je telefoon, computer of tablet. Als je hier vragen over hebt, kun je naar het Informatiepunt Digitale Overheid in de bibliotheek komen.

Tijdens het speciale spreekuur kan onze medewerker je informatie geven en verder helpen. Wij kunnen ook een afspraak voor je maken met een organisatie die je verder helpt. Deze hulp is gratis en voor iedereen. Ook als je geen lid bent van de bibliotheek.

- **Webstek Oosterhout**

Wekelijks op vrijdag 14-16 uur vanaf 4 oktober

Webstek is hét inlooppunt voor al je digitale vragen.

Je kunt bij ons terecht voor vragen over e-books, sociale media (Twitter, Facebook, Pinterest), fotobewerking, skype, online fotoalbum, apps en computertoepassingen, zoals Word, Windows, Excel. We helpen je graag op weg in dit digitale tijdperk. Ook kun je er terecht met vragen over veiligheid en privacy.

Aanmelden is niet nodig, je kunt gewoon binnenwandelen!

Webstek loopt t/m april en is opgezet in samenwerking met Seniorweb.

Het spreekuur is niet bedoeld voor het repareren van kapotte computers of computerstoringen!

- **Gratis online cursussen van SeniorWeb**

Voor iedereen, jong en oud, leden en niet-leden

Wil je beter leren omgaan met de computer, tablet of smartphone? Bijvoorbeeld om e-mails te versturen, foto's te bewerken of WhatsApp te gebruiken en nog veel meer. Deze online cursussen zijn **gratis** en je hoeft geen lid te zijn van de bibliotheek.

De SeniorWeb cursussen volg je in de bibliotheek of thuis. In beide gevallen gaat het online en in je eigen tempo. Je doet dat op het moment dat het jou goed uitkomt. In een cursus staat de lesstof in een logische volgorde, maar je bepaalt zelf welke onderdelen je doorneemt of overslaat.

Een overzicht van alle beschikbare cursussen vind je op:

<https://bibliotheek.seniorweb.nl/cursussen>

Aanmelden via: <https://www.theek5.nl/activiteiten> of in de bibliotheek. Dan ontvang je via onze klantenservice de inloggegevens voor jouw persoonlijke account en kun je aan de slag.