

Computerlessen voor senioren

## E-mailen met je nicht in Canada



Een jaar geleden waren computers en internet nog een raadsel voor haar, maar tegenwoordig checkt Annie Rethans (88) elke dag even haar e-mail. Ook internet heeft geen geheimen meer. 'Onlangs heb ik het hotel gegoogled waar ik in september ga logeren.'

Door Tineke Pauw

Annie kreeg een computer van haar dochter cadeau. Ze gaf hem een prominente plek in de woonkamer en trok vervolgens de stoute schoenen aan: ze ging op les. Dat is nu een jaar geleden. "In de krant las ik een advertentie van DIVA Delft over computerlessen voor senioren. Ik heb me meteen ingeschreven. Dat was wel even wennen hoor, want het ging allemaal vrij vlug. En ik moest natuurlijk eerst leren typen, want dat had ik nooit gedaan. Maar langzaam maar zeker leerde ik de computer kennen."

### Cursussen

Annie volgde de instap- en basiscursus voor senioren. Hier leerde ze omgaan met het toetsenbord en maakte kennis met het besturingsprogramma van de computer. Ze leerde tekstverwerken en tekenen op de computer. "Hoe kom je met de muis van boven naar beneden op het beeldscherm? Het lijkt zo eenvoudig, maar

als je het nog nooit hebt gedaan? Lastig hoor", verzucht Annie. "Ik leerde knippen en plakken, klikken en slepen. En kaartspelletjes spelen, zoals patience. Dat spreekt me aan, want ik bridge zelf met vriendinnen. Maar dan in het echt."

### E-mail checken

"Mijn kinderen leerden me e-mailen en internetten", vertelt Annie. "Onlangs belde mijn zoon die voor zijn werk in Amerika was. Of ik zijn e-mail wel had gelezen? Hij had een belangrijke onderscheiding gekregen voor zijn werk bij de universiteit van Maastricht. Had ik nét die dag niet in mijn mailbox gekeken. Dat gebeurt me niet weer hoor. Nu zet ik 's morgens de computer aan en kijk ik even of er post is. Overigens hoef ik van mijn vriendinnen geen mail te verwachten. Die beginnen er niet aan. Maar ik ga wel corresponderen met mijn nichtje in Canada." Annie e-mailde ook met een

bevriende buurvrouw, die opgenomen was in een verpleeghuis. "Ze had haar laptop meegenomen. Zo hielden we contact."

### Surfen op internet

"Het leukste vind ik nog iets opzoeken op internet", vertelt Annie. "Nu heeft mijn dochter nog kaarten gekocht voor de Taptoe, maar de volgende keer doe ik het zelf. Als ik een adres of telefoonnummer nodig heb, zoek ik het op internet op. En soms zie je op televisie of in de krant een website voor meer informatie over een onderwerp. Over wat er te doen is in een museum bijvoorbeeld. Dat zoek ik dan op. Weet je wat ik ook spannend vind? Foto's op de computer. Mijn kinderen sturen me regelmatig foto's en onlangs heb ik ook een digitale fotocamera gekocht. Ik weet nog niet precies hoe ik de foto's erop krijg en hoe ik ze tevoorschijn tover, maar dat komt nog." Annies kinderen zijn trots op hun moeder, vertelt ze. "Ze vinden het hartstikke leuk dat ik dit doe." Ze heeft de smaak te pakken. In het najaar staat de vervolgcursus op het programma. "Echt, ik kan iedereen het aanraden. Je wereld wordt zóveel groter!"

## Computer-cursussen komend seizoen

Bent u enthousiast geworden door Annies verhaal? Geef u dan ook op voor een cursus. Ze zijn speciaal ontwikkeld voor ouderen en worden gegeven in activiteitscentrum De Wipmolen aan de Prof. Krausstraat 71b. Hieronder leest u over het aanbod.

### Instapcursus

Speciaal bedoeld voor wie nog nooit met een computer heeft gewerkt. Heeft u thuis geen computer? Geen probleem. U hoeft thuis niet te oefenen. Duur: drie lessen van twee uur. Prijs, inclusief materiaal: € 25.

### Basiscursus

Voor wie weinig van computers weet. Op het programma: Windows XP, Windows 7 of Vista, Wordpad, Paint. Vereist: computer thuis voor huiswerkopdrachten. Duur: acht lessen van twee uur. Prijs, inclusief cursusboek: € 75.

### Vervolgcursus

Op het programma: teksten maken en bewerken in Word en rekenen in Excel. Vereist: computer thuis voor huiswerkopdrachten. Duur: twaalf lessen van twee uur. Prijs, inclusief cursusboek: € 95.

### Internetcursus

Alles over internet en e-mailen. Duur: zes lessen van twee uur. Prijs, inclusief cursusboek: € 50.

### Meedoen?

De cursussen starten eind augustus. Bel voor informatie en aanmelden naar SeniorWeb Delft, telefoonnummer 215 21 30.

**DIVA**  
delft

DIVA Delft voor dienstverlening, informatie, voorlichting en advies  
Belastingspreekuur  
Computerlessen  
Delfts Zorgabonnement  
Formulierenbrigade  
Hulp bij Thuisadministratie  
Informatieve Huisbezoeken  
Maaltijdvoorziening Onder de Pannen  
Mantelzorgondersteuning  
Ouderenadviseurs  
Ouderenproof  
Samen Eruit  
Sport en bewegen  
Startpunt wonen zorg welzijn

DIVA Delft  
Van Bleyswijkstraat 91,  
2613 RR Delft  
Telefoon: 215 21 30  
www.divadelft.nl  
info@divadelft.nl

Deze Delft Plus wordt u aangeboden door DIVA Delft en verschijnt eens per maand.

## Van DIVA Delft naar SeniorWeb Delft

Vanaf eind augustus worden de computerlessen niet meer door DIVA Delft georganiseerd, maar door Leercentrum SeniorWeb Delft. SeniorWeb organiseert door het hele land cursussen en workshops computer- en internetgebruik voor senioren. Bedoeld voor alle vijftigplussers: leden én niet-leden van SeniorWeb. Lees verder op [www.seniorweb.nl](http://www.seniorweb.nl). Voor u als cursist verandert er weinig: de docenten die al jaren de cursussen verzorgen (Han Aarts en Coby Olsthoorn, Dik Ligterink en Gerard van der Heijden, Ineke Nieuwpoort en Jan Ruijgt, Herman Meinardi en Annie van der Knaap) zullen ook nu weer uw vertrouwde gids in computerland zijn. Ook aan de cursuslocatie verandert niets. Die blijft: activiteitscentrum De Wipmolen aan de Prof. Krausstraat 71b.

## Ouderenwerk Delft is nu DIVA Delft

Ouderenwerk Delft heeft een nieuwe naam: DIVA Delft. Een naam die staat voor Dienstverlening, Informatie, Voorlichting en Advies. DIVA biedt steeds meer diensten aan die niet alleen voor ouderen zijn. Zoals Startpunt wonen zorg welzijn en het Samen Eruit, dat helpt bij het tegengaan van sociaal isolement bij ouderen en

jongeren. Daarom werd het tijd voor een nieuwe naam. De missie bleef onveranderd: DIVA Delft richt zich door dienstverlening, informatie, voorlichting en advies op maatschappelijke zelfstandigheid en participatie van de Delftse burger, met bijzondere aandacht voor ouderen en mensen met een functiebeperking.

## PGB Coach: een nieuwe service van MEE

Steeds meer mensen willen zelf bepalen welke zorg zij inkopen. Met een persoonsgebonden budget (pgb) is dat mogelijk. Maar veel mensen zien op tegen de organisatie en administratieve rompslomp. Daarom is er nu een nieuwe service van MEE: de PGB Coach. Die helpt bij het vinden van zorgverleners, contracten op-

stellen en de administratie. U hoeft geen cliënt van MEE te zijn om er gebruik van te kunnen maken.

### Informatie

Bel voor meer informatie 213 11 51 of schrijf naar [info@pgbcoach.nl](mailto:info@pgbcoach.nl). Op [www.pgbcoach.nl](http://www.pgbcoach.nl) leest u meer. Hier kunt u zich ook aanmelden.

## Vrijwilligers gezocht

Maaltijdservice Onder de Pannen zoekt chauffeurs en rijders om met een koelauto maaltijden te bezorgen. Heeft u een paar uur per week beschikbaar? Bel dan 215 21 45.