



Hallo beste **LKGX** gebruiker(s),

Voor velen is de vakantie weer voorbij of bijna voorbij.

Mede gezien de omstandigheden zijn en waren de overnachtingsaccommodaties in eigen land zeer populaire bestemmingen en het soms minder mooie weer mocht de stemming niet drukken.



Van alle kanten hebben de campings, -recreatie- parken, hotels, B&B's en andere accommodaties hun uiterste best gedaan om vakanties te laten slagen.



Veel accommodaties hebben extra moeite gedaan om iedereen een echt vakantiegevoel te geven en zijn daar goed in geslaagd.

Voor jong en oud werden bijvoorbeeld activiteiten georganiseerd en ook voor wie van de rust en de natuur wilde genieten waren er volop mogelijkheden.

Ovenachten en verblijven van luxe tot eenvoud, voor elk wat wils.



Wellicht bent u alweer voorzichtig plannen aan het maken voor het komende jaar of dit najaar. Er zijn heel veel mogelijkheden. Wat dacht u bijvoorbeeld van stoer winter kamperen of het verblijf in een hotel waar geschiedenis is geschreven.

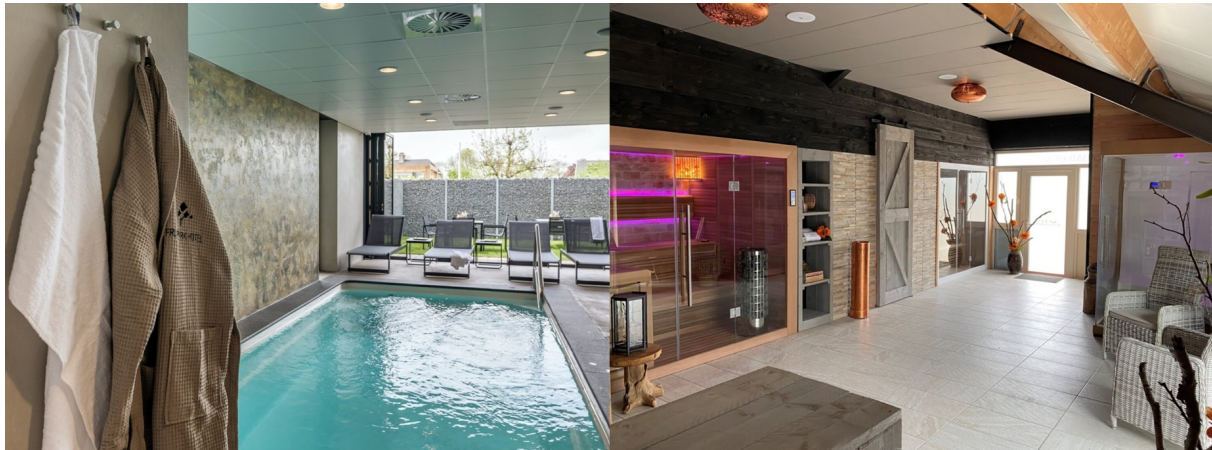


Er zijn de afgelopen periode een aantal leuke en originele verblijfsmogelijkheden toegevoegd aan de site van LKGX. Kijk voor meer uitgebreide informatie op www.lkgx.nl onder de rubrieken **B&B's; Hotels; Campings; Recreatie - Vakantie parken & Resorts; Reizen, Recreatie & Ontspanning** en ook **Zorg & Welzijn** (voor personen met een beperking/handicap).

Ook lekker uit eten en drinken gaan of een terrasje pakken hoort bij recreatie en ontspanning. Kijk voor diverse gezonde en lekkere opties onder de rubriek www.lkgx.nl/eten-drinken



Recreëren en ontspannen kan ook betekenen dat u zich eens lekker laat verwennen, wellnessen!
Heerlijk gezond ontspannen.



Op de site van LKGX vindt u onder de rubrieken [Recreatie & Ontspanning](#) en ook [Mode & Persoonlijke Verzorging](#) meer informatie.



Blijf vooral ook actief bewegen.
Maak eens een flinke wandeling of fietstocht.
En wanneer lopen en fietsen niet meer gaat zoals u graag zou willen, dan zijn er gelukkig hulpmiddelen en goede alternatieven om toch zo goed mogelijk actief te blijven bewegen.
Lukt bijvoorbeeld een lange wandeling niet meer probeer dan per dag enkele kortere afstanden (eventueel met hulpmiddel) te lopen.



Bij fietsers is de E-bike populair omdat deze wat extra ondersteuning biedt tijdens het fietsen zodat u ook in staat bent wat langere afstanden af te leggen.
En wanneer u zich niet meer helemaal vertrouwd dan is er de drie- of zelfs vierwiel fiets.

Het wordt steeds drukker in het verkeer en helaas zijn bij verkeersongevallen vaak oudere fietsers betrokken.

Daarom is het verstandig een passende fietshelm te dragen, vooral op een E-bike of wat sportiever (sneller) op een mountainbike, racefiets of pedelec.

Met het dragen van een voorkomt u vaak onnodig letsel.

En met het huidige aanbod mag u best worden gezien.

Daarom: *Voel je top, helm op!*

Kijk onder de rubrieken www.lkgx.nl/mobiliteit en www.lkgx.nl/zorg-welzijn (mobiliteit) voor meer informatie want blijven bewegen is belangrijk voor de gezondheid.

Naast regelmatig bewegen is ook goed en gezond eten belangrijk.

Maar door omstandigheden kunt misschien geen of niet altijd zelf een verse en gezonde maaltijd koken.

Gelukkig zijn er een aantal bedrijven die een gezonde en verantwoorde maaltijd voor u kunnen bereiden en deze bij u bezorgen zodat u thuis lekker kunt genieten van een goede maaltijd.

Kijk onder de rubriek www.lkgx.nl/zorg-welzijn voor meer informatie.



Levensloopbestendig wonen wordt steeds actueler omdat we in Nederland gemiddeld steeds ouder worden en de woningschaarste toeneemt.

Misschien is het daarom verstandig om uw huidige woning goed toegankelijk en meer levensloopbestendig te maken zodat u er langer veilig en comfortabel kunt blijven wonen.

Onder de rubrieken www.lkgx.nl/huis-tuin-interieur en www.lkgx.nl/zorg-welzijn vindt u verschillende mogelijkheden om dit te realiseren.



Helaas zijn er door diverse ontwikkelingen en bezuinigingen steeds minder service- en zorg faciliteiten beschikbaar waardoor mantelzorg niet meer weg te denken is.

Vroeg of laat krijgen veel personen hier dan ook mee te maken.

Dit betekent vaak een extra belasting vooral voor personen die mantelzorg verlenen.

Een mantelzorgwoning of zorgunit (wmo unit) kan zowel voor de zorgverlener als de persoon die zorg nodig heeft een praktische oplossing bieden.

Gelukkig zijn er in Nederland een aantal bedrijven die zich hebben toegelegd op het ontwerpen en de productie van deze, vaak op maat gemaakte en aangepaste, voorzieningen.

Neem eens contact op met een van deze specialisten welke u vindt onder de rubriek [Zorg & Welzijn](#) (mantelzorgwoningen).

Breng, indien mogelijk, een bezoek aan een van de vermelde bedrijven of bezoek open dagen zoals hieronder vermeld, en u zult verrast zijn wat er allemaal mogelijk is.



**Thuis
aan Huis**
ZORGWONINGEN

Open dagen
24 en 25 september
2021

Kom op de koffie bij Thuis aan Huis
specialist in mantelzorgwoningen.

Interesse?
Meldt u zich aan via:
thuisaanhuis.com/opendag

Een groot voordeel van een zorgwoning/zorgunit is dat de persoon die zorg nodig heeft sociale omgang en contacten houdt met niet alleen de mantelzorger maar vaak ook met de kinderen en/of kleinkinderen.

Daarbij komt dat de landelijke en regionale overheden de problemen onderkennen en daarom wordt het realiseren van een mantelzorgwoning steeds gemakkelijker.

Nu kan het zijn dat u bijvoorbeeld in een stedelijk gebied woont of niet de beschikking heeft over een groot erf waardoor een vrijstaande mantelzorgwoning moeilijk is te realiseren.



Dan zijn er alternatieven waarbij u kunt denken aan bijvoorbeeld een -zorg- unit die aan huis kan worden geplaatst.



Het kan ook zijn dat u niet beschikt over voldoende eigen middelen om een van genoemde oplossingen te realiseren.

Wellicht bestaat dan de mogelijkheid tot de aanschaf van een tweedehands woning welke veelal goedkoper is in aanschaf of eventueel huur.

Met welke situatie u ook te maken heeft, er is bijna altijd een passende oplossing.

Bij vermelde bedrijven zal men u graag informeren, adviseren en begeleiden.

Dit is een kleine greep uit de vele zaken die u kunt vinden op de site van www.LKGX.nl.

Heeft u suggesties en/of ideeën? Deze zijn natuurlijk altijd welkom!