



SproakSaam

Actief en vitaal

Evenmens houdt café's

datums zijn bekend van
mantelzorg en alzheimercafé

ZIP special

vier pagina's over het
Zorginformatie • punt

Aan het woord Henny Poffers

over haar inzet als
Senioren Adviseur

Jaargang 55, nummer 3 | najaar 2024



55 jaar SproakSaam

terug- en vooruitblik; we
gaan door maar dan anders

Overzicht activiteiten

het (gratis) aanbod blijft
groeien omdat u dat wilt

Laat geen geld liggen

onze belastingconsulenten
weten er alles van

Met
Memory Lane
meer regie en
minder
eenzaam.



Memory Lane:

een digitaal fotolijstje met veel mogelijkheden: videobellen, een knop voor bewegen, vermaak en muziek.

Meer informatie?

Neem dan contact op met de kennisdragers zorgtechnologie van ZorgAccent
Mail naar: kennisdragerszorgtechnologie@zorgaccent.nl of bel 0900 0678

Volg ons op
Social Media!

- Hoesosaai
- Talent voor ZorgAccent
- ZorgAccent
- ZorgAccent_nl
- ZorgAccent Almelo

Beste lezers,

Hierbij ontvangt u de najaarseditie van de SproakSaam, het magazine voor 65-plussers in de gemeente Twenterand. Deze bijzondere uitgave staat in het teken van het Zorginformatie•punt [kortweg ook wel ZIP genoemd]. De medewerkers van het Zorginformatie•punt staan voor iedereen klaar om advies en ondersteuning te bieden op het gebied van welzijn, wonen, Wmo en zorg. In de special op de middenpagina's meer hierover.

Daarnaast nemen we je in deze editie graag mee in een terugblik op de activiteiten welke de afgelopen maanden hebben plaatsgevonden én kijken we vooruit naar wat er in het nieuwe jaar op de agenda staat. Zoals de (Buurt)Huiskamers in onze gemeente, Alzheimercafé en de start van het Mantelzorgcafé in Den Ham. De Koersbalgroep in Den Ham en de wandelgroep Loop Maar Raak zijn op zoek naar nieuwe deelnemers en Henny Poffers geeft een inkijkje in haar werk als vrijwillige Senioren Adviseur.

Tevens staan we in deze editie stil bij het feit dat dit de laatste editie van de SproakSaam in de huidige vorm is. Vanaf volgend jaar zal dit blad huis-aan-huis verspreid worden. Het magazine zal dan voor alle inwoners in de gemeente Twenterand zijn. We kijken in deze editie nog even terug hoe SproakSaam met haar voorgangers ooit is ontstaan. We hebben hiervoor diep in onze archieven moeten graven. Het resultaat zal bij sommige mensen vast en zeker herinneringen oproepen.

Via deze weg willen wij iedereen bedanken die zich de afgelopen 55 jaar heeft ingezet voor (Raads)Flitsen, Vjennepluuzer en SproakSaam.

Namens de redactie van de SproakSaam wensen wij iedereen hele fijne kerstdagen en een gezellig en gezond nieuwjaar!

Wij wensen u heel veel leesplezier!

Namens de redactie:
Janny Kassies – Jantje's column
Henk Pasterkamp – Redactie
Medewerkers ZorgSaam Twenterand

Openingstijden Zorginformatie•punten

- Vroomshoop, Oranjeplein 7h - maandag/dinsdag/vrijdag 9-13 uur
- Vriezenveen, Koningsweg 28 - dinsdag/woensdag/donderdag 9-13 uur
- Westerhaar, Hoofdweg 132j - maandag 14-16 uur/donderdag 9-13 uur
- Den Ham, Goosensplein 1d - woensdag 14-16 uur/vrijdag 9-13 uur

Telefonische bereikbaarheid Zorginformatie•punt: 0546 - 481 450 van 9.00-17.00 uur (werkdagen) e-mail info@zorginformatietwenterand.nl

Coverfoto: Laureen Velnaar, medewerker Zorginformatie•punt

Inhoud deze editie

- De Kracht van Samen-markt succesvol ●
- Warme steun Zorg voor elkaar-winkel ●
- Wandelen in het mooie Twenteland ●
- Evenmens: mantelzorg- en Alzheimercafé ●
- Kom langs bij onze (Buurt)Huiskamers ●
- SproakSaam gaat door, maar dan anders ●
- SPECIAL: ZORGINFORMATIE•PUNT** ●
- Senioren Adviseur Henny Poffers vertelt ●
- Puzzelpagina: winter woordzoeker ●
- Jantjes' column: "maagdelijke" Amaryllys ●
- Met gemeentepolis naar de (tand)arts ●
- Eetmee Vriezenveen zoekt vrijwilligers ●
- Hulp bij aangifte Inkomstenbelasting ●
- Activiteitenoverzicht t/m juni 2025 ●

Colofon

SproakSaam is een seniorenmagazine dat tot en met dit jaar 3x per jaar gratis werd verspreid door vrijwilligers. SproakSaam is bedoeld voor inwoners vanaf 65 jaar woonachtig in de gemeente Twenterand. Ontvangt u het blad onbedoeld niet, neem dan contact met ons op.

Contact:
Burgemeester Koetjestraat 2
7681 ZP Vroomshoop
telefoon 0546 - 481 456
mail: sproaksaam@zorgsaamtwenterand.nl

SproakSaam is digitaal in te zien via de website www.zorgsaamtwenterand.nl

Oplage: 5.250 exemplaren
Formaat: magazine - A4
sluitingsdatum kopij - 1 maart 2025
Uitgave van ZorgSaam Twenterand Projecten

In de Huiskamer: een gezellige ochtend bloemschikken

"Wat hebben we een leuke ochtend gehad in de Huiskamer in Vroomshoop!", aldus één van de deelnemers.



Met 14 deelnemers gingen we aan de slag om een mooi herfststuk te maken. Er waren allerlei materialen om uit te kiezen, zoals gekleurde bladeren, bessen en herfstbloemen. Iedereen maakte iets unieks, en de resultaten waren geweldig: mooie bloemstukken die helemaal bij de herfst passen.

Met dank aan Het Goeie Gevoel

Een speciaal bedankje gaat naar kringloopwinkel Het Goeie Gevoel voor het leveren van de materialen. Zonder hen was deze ochtend niet mogelijk geweest. We hopen dat iedereen heeft genoten en kijken nu al uit naar de volgende bloemschikochtend.

Infomarkt 'De Kracht van Samen' goed bezocht

ZorgSaam Twenterand en Mijande Wonen organiseerden op dinsdag 15 oktober de infomarkt 'De Kracht van Samen' in Het Punt. Tijdens deze markt kregen bezoekers tips over besparen, verduurzamen en slim omgaan met hun budget. Dit helpt hen hun financiën te verbeteren en voor de toekomst te sparen.

Organisaties als BOOT, Meldpunt Geldzorgen, Stadsbank, Leergeld, Ieder kind een Sint, Bibliotheek, het Kerkenwinkeltje en Het Punt waren aanwezig om advies te geven. Bezoekers konden bij hen terecht voor vragen en hulp bij hun financiële situatie.

Hoe kosten te besparen

"Het is geweldig om te zien hoe bewoners samen met ons werken aan een betere toekomst", aldus één van de medewerkers. De organisatie hoopt vaker zulke bijeenkomsten te organiseren.

Met het succes van deze infomarkt hopen ZorgSaam Twenterand en Mijande Wonen ook in de toekomst vergelijkbare initiatieven te organiseren om inwoners van Twenterand te ondersteunen.

Warme bijdragen en steun voor 'Zorg voor elkaar'-winkel

De Zorg voor Elkaar winkel leeft onder de inwoners en organisaties in Twenterand. De 'winkel' heeft namelijk de afgelopen periode hele mooie giften ontvangen, waarvoor ze enorm dankbaar zijn.

Zo werd de opbrengst van de vakantie bijbelweek, een bedrag van 350 euro, geschonken aan de winkel. Werd er een bedrag van 400 euro geschonken door de gezamenlijke diaconieën de Bron en de Ontmoetingskerk na hun actie 'Appeltje voor de dorst'. Kregen ze een gift van 170 en 150 euro van de Zevendedagsadventisten en werd de voedselkast aan de Hoofdweg in Westerhaar gevuld met enkele spullen die over waren van de Vriezenveense Revue.

Daarnaast is er een oproep voor de Postcodeloterij kaarten gedaan. Ook dat leverde een enorm aantal kaarten op, waarvoor heel veel boodschappen gehaald zijn voor in de voedselkasten.

"Wij zijn onvoorstelbaar dankbaar dat er zoveel lieve mensen aan het winkeltje denken en dat de vrijwilligers van het winkeltje zich elke week met zoveel liefde enorm inzetten", zegt één van de initiatiefnemers.



Openingstijden winkel en uitgifte voedsel

Het Zorg voor Elkaar Winkel is op maandag geopend van 9.30 tot 11.30 uur en donderdag van 12.30 tot 14.30 uur. Het is te vinden in Gereformeerde kerk De Bron in Westerhaar. Overigens, elke vrijdag is er van 18.30 tot 19.30 uur een uitgifte van verse producten.

TussenBalans Actieve Ontmoeting

Dit jaar is in vier kernen in Twenterand het project 'In Balans met Actieve Ontmoeting' gestart en enkele zijn zelfs al afgerond. Het doel is: elkaar te ontmoeten, valrisico te verminderen en het bevorderen van een gezonde levensstijl.

Dit wordt gedaan door ontvangst met een kop koffie, waarbij we met elkaar de week doornemen. Vervolgens is er een actief gedeelte, waarbij de deelnemers sport en beweegvormen krijgen aangeboden uit de stof van dit project en/of rondom het thema balanceren. Er wordt afgesloten met een gezamenlijke gezonde lunch. Rondom deze 10 trainingen vinden 3 cursusbijeenkomsten plaats die te maken hebben met balans of het bevorderen van een gezonde levensstijl.



De helft van de (2) groepen hebben het project erop zitten. Er draaien nog groepen in Westerhaar en Vroomshoop.



De ervaringen en vooruitzichten zijn gunstig

Het programma zal in 2025 en 2026 worden herhaald. De reacties en de evaluaties zijn nagenoeg allemaal positief. Er is verbetering bij verschillende deelnemers rondom balans. Dit blijkt onder andere uit verschillende fysieke testen. Daarnaast is 'gezelligheid' iets wat veelvuldig terugkomt in reacties en evaluaties. Tijdens de trainingen wordt er veel gelachen helpen de deelnemers elkaar voort. Er wordt zelfs na het afsluiten van een groep onderling afgesproken om het contact te behouden. Tot dusver een succes, waarbij een doorontwikkeling kan zijn om het aanbod structureel aan te bieden.

Wandelen met Loop maar raak

Het hele jaar door, elke woensdagochtend, worden er wandelingen gemaakt in ons mooie Twenteland. De start is steeds om 09.30 uur op een vooraf afgesproken plek.

De deelnemers zijn vrijwel allemaal senioren. "We genieten van de natuur en van elkaars gezelschap. Over het weer hebben we meestal niks te klagen. Voor het afgelopen zomer niet. Gewoon gezond bewegen, zonder regen. Na afloop wordt er vaak nog ergens bij iemand koffie gedronken. gezellig hoor."



Meewandelen? Neem contact op

Lijkt het u nou ook wat? Kom gerust een keer meewandelen. Voor meer informatie kan contact opgenomen worden met Hetty Kortekaas. Zij is te bereiken via telefoonnummer: 06 - 1663 3456.

5 jaar AutoMaatje Twenterand

Op donderdag 24 oktober werd het vijfjarig jubileum van ANWB AutoMaatje Twenterand gevierd.

Sinds de start in 2019 staan 32 toegewijde vrijwilligers klaar om minder mobiele inwoners te ondersteunen. Samen hebben zij al meer dan 8.000 ritten gereden om de deelnemers naar sociale gelegenheden en/of belangrijke afspraken te brengen.

ANWB: "Fantastische vrijwilligers"

Tijdens de viering spraken wethouder Mark Paters, coördinator Ellen Bloemhof van ZorgSaam Twenterand en Wilma Borgers namens de ANWB hun grote waardering uit voor onze fantastische vrijwilligers. De avond werd feestelijk afgesloten in de Peddemorsboerderij in Vriezenveen.

Alzheimerdag en Alzheimermarkt

Ook in 2025 organiseert het Alzheimercafé Twenterand vier inspirerende en informatieve bijeenkomsten in De Zandstuve in Den Ham.

Het programma ziet er als volgt uit:

- Woensdag 22 januari van 19.30-21.30 uur: Dementie en technologie/(val)preventie. Zaal open 19.00 uur.
- Woensdag 19 maart van 14.00-16.00 uur: Muziekbingo. Zaal open 13.30 uur.
- Woensdag 14 mei van 19.30-21.30 uur: "Onze relatie is veranderd, maar ik houd nog steeds van jou". Zaal open 19.00 uur.

- Woensdag 25 juni van 19.30-21.30 uur: Cliëntvertrouwenspersoon en Wet Zorg en Dwang. Zaal open 19.00 uur.

Je bent van harte welkom om deel te nemen. De toegang is gratis en aanmelden is niet nodig.

Doel Alzheimercafé

Het Alzheimercafé biedt een laagdrempelige plek waar mensen met dementie, hun naasten en andere geïnteresseerden elkaar ontmoeten en kennis delen.

GEEF HIER UW VISITEKAARTJE AF



Wilt u net als bovenstaande bedrijven voor een gering tarief uw visitekaartje afgeven? Neem dan contact met ons op SproakSaam@zorgsaamtwenterand.nl of bel (0546) 481 456

KOM

LANGS BIJ DE

(BUURT)HUISKAMERS VAN

ZORGSAAM TWENTERAND

Dé plek om mensen te ontmoeten, een praatje te maken en samen een fijne tijd te beleven

Wat bieden wij?

- Ontmoet nieuwe mensen
- Versterk bestaande contacten
- Doe mee aan creatieve activiteiten
- Speel een spelletje samen
- Of kom gewoon langs voor een kop koffie/thee en een goed gesprek

Hier kun je jezelf zijn en je thuis voelen op een manier die bij jou past.

Kom je ook?

Buurthuiskamer Westerhaar (Beeklaan 1)

Elke maandag van 15.00 - 17.00 uur

Huiskamer Vroomshoop (Burgemeester Koetjestraat 2)

Elke maandag van 10.00 - 12.30 uur

Buurthuiskamer Vriezenveen (Schout Doddestraat 46a)

Elke dinsdag van 10.00 - 12.00 uur

SpraakSaam gaat door,... maar dan anders

Deze editie van SpraakSaam is de laatste in de huidige verschijningsvorm. De inhoud gaat mee naar een nieuw en herkenbaar 'bewaar-magazine' voor een bredere doelgroep. De huidige tijd vraagt hierom. Het bereik wordt verdrievoudigd, namelijk huis-aan-huis en in alle wachtkamers van de gezondheids- en woonzorgcentra. Het (dikker) magazine wordt eens per jaar, steeds voor de start van een nieuw activiteitenseizoen (direct na de zomervakantie), bezorgd. Maar hoe begon dit magazine ooit?

De allereerste uitgave (getypt met typemachine) was in november 1969 en opende als volgt: "Beste mensen, deze Raadsflitsen komen nu niet van de gemeenteraad van Den Ham, maar van uw eigen Raad voor Bejaarden." Later werd deze Raad voor Bejaarden Stichting Welzijn Ouderen Den Ham-Vroomshoop. In de gemeente Vriezenveen zag men het succes van Flitsen en men kon niet achterblijven. Vijf jaar later werd de eerste Vjennepluuzer uitgegeven door Stichting Welzijn Ouderen Vriezenveen. Beide bladen werden gratis bezorgd door vrijwilligers bij alle 65-plussers.

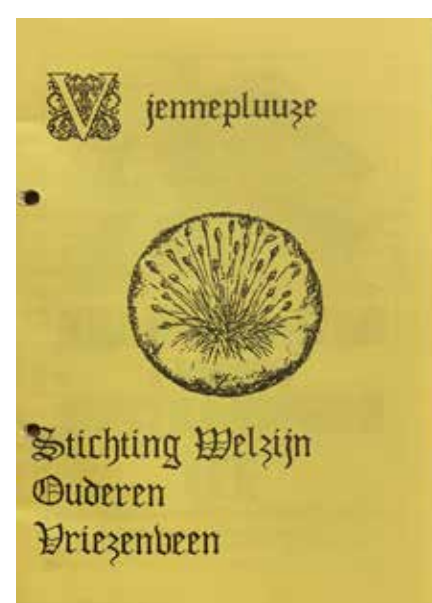
Na fusies van beide stichtingen en de (toen) aankomende fusie van de stichtingen voor Welzijn & Zorgvragen en Welzijn Twenterand kreeg het blad een kleurrijke metamorfose met dezelfde huisstijl. Om alvast te wennen, want SpraakSaam zou het daglicht zien. Dat gebeurde in januari 2017. Inmiddels zijn we beland in de 55e jaargang.



De eerste uitgave van Raadsflitsen in november 1969



Binnen enkele maanden werd Raadsflitsen omgedoopt tot Flitsen



Vjennepluuzer volgde in 1974. Dit is een exemplaar uit eind jaren '80



Het blad ging met de tijd mee. Flitsen zag er vanaf 2013 zo uit



Ook Vjennepluuzer kreeg dezelfde huisstijl, maar in andere kleurstijl



2017: twee bladen werden één, van A5 naar A4 formaat: SpraakSaam



Zorginformatie • punt

Het Zorginformatie•punt biedt een breed aanbod aan ondersteuning zodat iedereen, jong en oud mee kunnen doen in de samenleving. Of je nu behoefte hebt aan advies, informatie, praktische hulp of gewoon een luisterend oor, deskundige medewerkers staan voor je klaar.

Wij kunnen je gratis ondersteunen bij zaken zoals:

- Huishoudelijke ondersteuning (Wmo)
- Personenvervoer
- Wonen
- Invullen van formulieren
- Samen voor gelijke kansen
- Daginvulling, begeleiding en activiteiten
- Personenalarmering
- Cliëntondersteuning
- Opvoedondersteuning

**Hulp en
advies voor
jong en oud**



Hulp bij het invullen van formulieren?

Het invullen van formulieren kan soms een ingewikkelde en tijdrovende klus zijn, vooral wanneer het gaat om belangrijke zaken zoals zorg, financiën of persoonlijke gegevens.

Maak je geen zorgen, want je staat er niet alleen voor. De medewerkers van het Zorginformatie•punt zijn er speciaal om je te ondersteunen. Ze helpen je stap voor stap bij het correct invullen van de formulieren, zodat je zeker weet dat alles goed wordt geregeld.

Heb je vragen of kom je er zelf niet uit? Bezoek ons dan gerust op één van onze locaties in Twenterand. **We nemen graag de tijd om je te helpen, zodat je zorgeloos verder kunt!**



Vervoer in Twenterand

Naast het openbaar vervoer biedt Twenterand verschillende betaalbare vervoersvoorzieningen.

Voor AutoMaatje Twenterand en de Vrijwillige Hulpdienst Vriezenveen is geen Wmo-aanvraag nodig.

Voor andere voorzieningen, zoals rolstoelen, scootmobielen, regiotaxi's en parkeerkaarten voor mindervaliden, moet wel een Wmo-aanvraag worden ingediend.

Het Zorginformatie•punt is er voor informatie, advies en ondersteuning bij de aanvraag.



Samen voor gelijke kansen

Bij ZorgSaam Twenterand geloven we dat iedereen moet kunnen meedoen in de samenleving, ongeacht de financiële situatie.

Kun je financieel moeilijk rondkomen en heb je hierbij wat hulp nodig? Dan zijn er financiële en sociale regelingen die je wellicht kunnen ondersteunen, zoals: Meedoenregeling, Gemeentepolis, Volwassenenfonds Sport en Cultuur.

**Wil je meer weten over hoe wij je kunnen helpen?
Neem gerust contact met ons op.**



Langer thuis blijven wonen

Zelfstandig wonen biedt ouderen de kans om onafhankelijk te blijven.

Met eenvoudige aanpassingen kan jouw huis veilig en comfortabel worden gemaakt. Veel eenvoudige aanpassingen dien je zelf aan te schaffen. Sommige aanpassingen kunnen via de Wmo worden aangevraagd.

Het Zorginformatie•punt staat klaar om te helpen met advies en ondersteuning bij het invullen van een Wmo-aanvraag, zodat je de hulp krijgt die nodig is om zelfstandig en veilig te blijven wonen.

Voor veiligheid biedt **Stichting ZorgSaam Twenterand Projecten** Personenalarmering aan. Met één druk op de knop kun je in geval van nood of bij een onveilig gevoel direct hulp inroepen. Dit systeem geeft jou en je naasten een geruststellend gevoel van veiligheid.



Wegwijs Twenterand is dé Sociale Kaart van Twenterand en biedt inwoners en professionals praktische informatie over activiteiten en ondersteuning op het gebied van **Wonen, Welzijn, Zorg, Werk en Inkomen**.

Ga naar www.wegwijstwenterand.nl voor meer informatie.



Bereikbaarheid en contact

Op werkdagen zijn wij van **09.00 - 17.00 uur** telefonisch te bereiken via:

T. (0546) 481 450

E. info@zorginformatietwenterand.nl

W. www.zorgsaamtwenterand.nl

Langskomen (zonder afspraak) kan ook bij één van de hieronder genoemde locaties:

- **Vriezenveen:** Koningsweg 28, 7672 GD

Dinsdag, woensdag en donderdag van 09.00 - 13.00 uur

- **Vroomshoop:** Oranjeplein 7 h, 7681 AZ

Maandag, dinsdag en vrijdag van 09.00 - 13.00 uur

- **Westerhaar:** Hoofdweg 132j, 7676 AJ

Maandag van 14.00 - 16.00 uur en donderdag van 09.00 - 13.00 uur

- **Den Ham:** Goosensplein 1d, 7683 CG

Woensdag van 14.00 - 16.00 uur en vrijdag van 09.00 - 13.00 uur

Senioren Adviseur Henny Poffers: "Open gesprekken in een gastvrije en hartelijke sfeer"

We kunnen altijd meer Senioren Adviseurs gebruiken. Wil je eerst weten hoe het er in de praktijk aan toe gaat en hoe één van onze enthousiaste vrijwillige adviseurs haar inzet ervaart? Lees dan onderstaand verhaal van Henny Poffers. Zij heeft eerder in SproakSaam iets verteld, maar toen was ze net begonnen. Inmiddels is ze ervaringsdeskundige en geeft graag een inkijkje in haar adviserende rol richting senioren en ouderen.

"Mijn naam is Henny Poffers werkzaam in het dagelijks leven bij ING als Vermogensadviseur en sinds 2021 als vrijwilliger aan de slag bij het Senioren Advies Team. Mijn taak als vrijwilliger is het bezoeken van senioren in de gemeente Twenterand, wanneer ze aangeven dat ze hier behoefte aan hebben. In een huiselijke omgeving ga je met elkaar in gesprek, meestal onder het genot van een kop koffie of thee. De sfeer is relaxt en ontspannen."



"Ik heb ervaren dat de inwoners van Twenterand gastvrij en hartelijk zijn en daarnaast ook open staan om over de zorgen die er leven of vragen die er zijn te praten. Het is mooi om te horen wat je gastheer en/of gastvrouw bezighoudt en het is nog fijner wanneer je iemand op weg kunt helpen wanneer er vragen of zorgen zijn. Deze vragen of zorgen kunnen over heel veel onderwerpen gaan."

"Enkele onderwerpen die voorbij zijn gekomen: vragen over activiteiten die georganiseerd worden voor senioren, vragen over eenzaamheid en vragen over vervoer zoals AutoMaatje of de regio taxi. Tevens hebben we zorgen op financieel gebied en het gevoel voor veiligheid besproken. Iedereen heeft zijn eigen vragen, behoeftes of zorgen, waarover we met elkaar in een vertrouwde omgeving in gesprek zijn gegaan."

"Op het moment dat er geen passend antwoord is of dat er een vervolgactie nodig is, dan neemt een sociaal werker van ZorgSaam Twenterand het over. Dit kan tijdens ons gesprek een doorverwijzing zijn naar het Zorginformatiepunt in de kernen: Vriezenveen, Vroomshoop, Westerhaar -Vriezenveensewijk of Den Ham of we spreken af dat de sociaal werker contact opneemt om een afspraak te plannen. Dit laatste gebeurt natuurlijk altijd pas, nadat hier toestemming voor is gegeven door de gastheer of gastvrouw."

"De afgelopen jaren heb ik veel bijzondere, leuke en hartelijke ontmoetingen mogen meemaken, waarvoor heel veel dank aan de inwoners van Twenterand."

*Met vriendelijke groet,
Henny Poffers"*

Aanmelden voor een huisbezoek

Wilt u ook graag een vrijblijvend gesprek met een Senioren Adviseur? Dat kan natuurlijk. U kunt contact opnemen met ZorgSaam Twenterand via telefoon 0546- 481 456. Elke werkdag bereikbaar van 9.00- 17.00 uur. E-mailen kan ook: contact@zorgsaamtwenterand.nl

Koersbal in Den Ham: doe mee!

Ben je op zoek naar een leuke, ontspannen en sociale activiteit? De koersbalgroep in Den Ham is op zoek naar nieuwe leden.

Koersbal is een balspel dat lijkt op jeu-de-boules met grotere ballen met een afwijking naar links of rechts. De speler moet bedenken welke koers zijn bal zal gaan om zo dicht mogelijk bij de 'jack' (het doel) te komen. Koersbal is een goede manier om in beweging te blijven en nieuwe mensen te ontmoeten.

Senioren Advies Team van ZorgSaam Twenterand

Onze vrijwilligers van het Senioren Advies Team (SAT) komen graag en geheel vrijblijvend bij u op bezoek voor een fijn gesprek. Tijdens dit gesprek kan er van alles aan bod komen. Van activiteiten in uw dorp, financiële mogelijkheden om deel te nemen aan sport en cultuur, van vervoersmogelijkheden tot aan ondersteuning door het Zorginformatiepunt en meer. Naast de individuele huisbezoeken helpt het SAT met bijeenkomsten die worden georganiseerd vanuit ZorgSaam Twenterand.

De koersbalgroep in Den Ham bestaat uit een fijne groep mensen die met veel plezier bij elkaar komen. Kom het zelf ervaren op onze vilten mat van 8x2 meter in de zaal. De groep speelt lekker binnen, dus ook ideaal voor de koude maanden. De groep komt elke woensdag van 13.30 tot 15.30 uur bij elkaar.

Info en aanmelden

Bent je nieuwsgierig? Neem dan contact met ons op via 0546 - 481 456 of kom voor een proefles bij FC Twente Madness clubhuis aan de Kerkallee 3 in Den Ham.

Deze keer hebben we weer een mooie woordzoeker met een winters thema. Wil je kans maken op een prijs? Dat kan als u de puzzel weet op te lossen. De oplossing samen met je naam en adres kan je sturen naar ZorgSaam Twenterand, Burgemeester Koetjestraat 2, 7681 ZP Vroomshoop. Ook kan je de oplossing mailen naar sproaksaam@zorgsaamtwenterand.nl. Afgeven bij een Zorginformatie-punt in uw dorp mag ook. De oplossing willen wij voor 31 januari 2025 ontvangen. Door het insturen van de oplossing ga je bij winst akkoord met vermelding van naam en woonplaats in de volgende editie.

Puzzel 1 - Winter woordzoeker

Zoek de woorden uit de lijst op in de puzzel. De letters kunnen meer dan één keer gebruikt worden. Als alle woorden uit de lijst zijn doorgestreept blijven er nog een paar letters over die nieuw gebruikt zijn. Deze letters vormen een mooie zin.

K	D	E	T	R	A	D	I	T	I	E	P	T	S	R	O	V
R	L	S	T	A	M	P	P	O	T	E	B	S	O	U	H	L
E	D	E	N	N	E	N	B	O	M	I	L	D	A	O	L	
W	E	E	M	S	H	U	L	S	T	M	I	E	N	T	A	S
R	C	G	I	E	T	T	N	E	T	E	J	D	S	A	W	T
U	E	O	D	E	D	E	N	S	B	A	S	T	J	G	N	S
U	M	U	D	K	T	A	R	O	A	C	S	S	E	E	N	N
V	B	R	E	W	N	E	L	R	H	E	V	O	V	Z	O	E
S	E	M	R	R	K	I	S	O	E	E	E	D	K	E	N	F
N	R	E	N	L	N	D	E	F	C	T	A	G	A	L	I	U
E	O	T	A	E	A	N	E	P	D	O	J	E	A	L	E	A
E	N	T	C	G	E	S	K	I	E	N	H	E	R	I	W	L
U	G	E	H	N	A	A	B	S	I	R	E	C	S	G	H	G
W	I	N	T	E	R	S	L	A	A	P	T	Z	J	H	U	N
O	N	D	N	E	S	T	A	A	H	C	S	J	E	E	L	A
N	I	E	U	W	C	H	A	M	P	A	G	N	E	I	G	L
J	A	A	R	N	O	O	H	R	E	T	N	I	W	D	I	M

ADVENT	LANGLAUFEN
CHAMPAGNE	MIDDERNACHT
CHOCOLADEMELK	MIDWINTERHOON
DECEMBER	OLIEBOL
DENNENBOOM	OUDEJAARSDAG
ENGEL	SCHAATSEN
ERWTENSOEP	SJAAL
FEESTSTOL	SKIEN
GEZELLIGHEID	SNEEUW
GLUHWEIN	STAMPPOT
GOURMETTEN	STERRETJES
HANDSCHOENEN	TRADITIE
HULST	VORST
KAARSJE	VUURWERK
KERSTMIS	WINTERSLAAP
KNIEPERTJE	IJSBAAN

Oplossingen puzzel vorige editie

De juiste oplossing van de zomerpuzzel was: Hendrik, Frans, Piet, Jan de Witt/Piet Hein, Klaas, Maarten, Gijs, Mietje, Joost, Kees, Lotje, Loetje, Mina/Dries, Jan, Thomas, Jan Steen, Roeland, Jul, Jut.

Uit de vele goede inzendingen zijn de volgende prijswinnaars geloot: Rieks Boksem uit Vriezenveen, Arij Janse uit Vroomshoop, Hennie Schiphof uit Vroomshoop en G. Bosch uit Den Ham. Allen gefeliciteerd met uw prijs!

Start Mantelzorgcafé in 2025

Vanaf januari 2025 start het Mantelzorgcafé in Den Ham. Dit is dé ontmoetingsplek voor mantelzorgers uit de gemeente Twenterand. Tijdens deze middagen kan je in een informele sfeer ervaringen uitwisselen, vragen stellen aan onze mantelzorgconsulenten en de mantelzorgwaardering (VVV-bon) ophalen.

De bijeenkomsten vinden plaats in het Hammer Middendorphuis aan de Grotestraat 4 op de volgende data:

- Donderdag 9 januari van 13.00 tot 14.30 uur
- Donderdag 6 maart van 13.00 tot 14.30 uur
- Donderdag 8 mei 13.00 tot 14.30 uur.

Kom gezellig langs voor een kopje koffie of thee met wat lekkers. Er staat een luisterend oor en deskundige hulp voor u klaar. Aanmelden is niet nodig; iedereen is welkom!

Amaryllis

In deze tijd zie je in de winkels weer de amaryllisbollen liggen. Je hebt ze, nog helemaal “maagdelijk”, je hebt ze met een begin van een knop, je hebt ze zelfs al in een pot. Of... de laatste jaren met een laagje “kaarsvet?” eromheen. Als ik een bol koop, dan ga ik voor de “maagdelijke”.

Ik zet hem in een pot voor het raam boven de verwarming. De eerste weken laat ik hem met rust, alleen zo nu en dan wat water. Dan begint het bij mij een beetje te kriebelen. Ik kijk of er al iets tevoorschijn komt.

Als je geluk hebt kun je een poosje genieten van “alle kelken tegelijk” open. Eéns heb ik het grote genoeg gehad om twee keer een stengel uit één bol te hebben met bij de ene zes kelken en bij de andere vijf. Daar zijn toen door mij heel wat foto’s van gemaakt.

Als het dan eindelijk zover is, dat er zich iets groens laat zien, dan is dat het begin van een soort avontuur. Na een tijdje kan ik zien of er een blad in aantocht is, of al een knop. Het mooiste vind ik zelf, dat er wat blaadjes komen en al vrij snel daarna de knop. Helemaal geweldig wordt het als er een week later nog een tweede knop zichtbaar wordt.

Dan is er nog één ding dat ik niet heb genoemd. En dat is het “draaien”. De stengel gaat hellen. Hij wil naar het licht toe. Als je geluk hebt, dan is het draaien genoeg. Maar soms moet er een hulpmiddeltje in de vorm van een steunstokje aan tepas komen. Dit ontsiert de boel een beetje, maar ja...niks is volmaakt!

Het grote groeien gaat dan beginnen. Soms bescheiden, soms heel hoog. Eindelijk, na weer enkele weken, gaat de knop zich voorzichtig openen. Dan breekt de tijd aan dat zich zo langzamerhand openbaart, hoeveel kelken de bloemknop bevat. Het kunnen er drie zijn, maar het kunnen er ook zes zijn. En alles daartussenin. In een relatief korte periode ontvouwt zich dan kelk na kelk.

Vorig jaar heb ik er met een kennis een soort van wedstrijd van gemaakt. Zij een bol, ik een bol. Wie heeft het eerst een knop, bij wie gaat de knop voor het eerst open, wie krijgt de meeste kelken? En dan ook nog; wie heeft er nog een stengel? We stuurden elkaar foto’s van de ontwikkeling. Leuk om te doen nu de dagen korten!

Aandacht maakt ons uniek!

Wij staan voor u klaar met alle zorg die u nodig heeft en met aandacht voor alles wat uw leven de moeite waard maakt, zodat u zo lang mogelijk thuis kunt blijven wonen.

U kunt bij ons terecht voor:

- Verpleging en verzorging
- Gespecialiseerde verpleging
- Dementiezorg
- Zorg in de laatste levensfase
- Huishoudelijke ondersteuning
- Thuisbegeleiding
- Dagbesteding
- (Tijdelijk) wonen met zorg

Dagbesteding 't Proathuis in Vroomshoop

Bij 't Proathuis bieden we activiteiten die aansluiten bij de belevingswereld van de cliënt in samenspraak met de cliënt. Denk hierbij aan creatieve en spelactiviteiten, geheugen oefeningen, muziek en bewegingsactiviteiten.

Voor dagbesteding heeft u een Wmo- of Wlz-indicatie nodig.

Bel voor meer informatie naar 088 - 088 15 30

thuisgenoten
meer tijd voor zorg

Meer weten? thuisgenoten.nl



Deur tot deur hulpdienst die uw vervoer verzorgt naar het ziekenhuis, de huisarts, het verzorgingstehuis, fysio, tandarts, familie of andere bestemmingen.

Voor het vervoer wordt een kleine vergoeding gevraagd.

0,30 cent per afgelegde kilometer

Meer info? Neem contact op met:

Joke Lensen
(0546) - 562587
06-11381718

Hanny Mulder
(0546) - 563423

Zorgverzekering voor inwoners met een laag inkomen

Heeft u een laag inkomen en wilt u goed verzekerd zijn voor uw zorgkosten? Dan kunt u gebruik maken van de Twenterandse gemeentepolis.

Een gemeentepolis is een zorgverzekering waar de gemeente aan meebetaald en waarbij je meer vergoedingen krijgt. Doel is: voorkomen dat u vanwege de kosten onder meer niet naar een (tand)arts gaat.

U komt in aanmerking voor deze polis als het netto inkomen van u en uw eventuele partner lager is dan:

- alleenstaande, jonger dan AOW leeftijd: € 1.491,64 (exclusief vakantiegeld)
- alleenstaande ouder, jonger dan AOW leeftijd: € 1.491,64 (exclusief vakantiegeld)
- alleenstaande, ouder dan de AOW leeftijd: € 1.660,81 (exclusief vakantiegeld)
- alleenstaande ouder, ouder dan de AOW leeftijd: € 1.660,81 (exclusief vakantiegeld)
- echtpaar jonger dan AOW leeftijd: € 2.130,90 (exclusief vakantiegeld)
- echtpaar ouder dan AOW leeftijd: € 2.253,37 (exclusief vakantiegeld)

Op de website www.gezondverzekerd.nl/twenterand kunt u zich voor de zorgverzekering aanmelden. Ook

kunt u in contact komen met Menzis door een afspraak te maken via telefoonnummer 088 - 222 40 80.

Contactvrijwilliger gezocht voor Eetmee in Vriezenveen

Eetmee Twenterand biedt een geweldige kans om nieuwe mensen te ontmoeten en samen te genieten van een heerlijke maaltijd. Dit is mogelijk dankzij inzet van vrijwilligers. Wij zoeken nog enthousiaste vrijwilligers om het team in Vriezenveen te versterken.

We zoeken onder andere een contactvrijwilliger. Jij bent het aanspreekpunt waar inwoners zich (telefonisch) kunnen aanmelden voor deze gezellige avond. Vervolgens verwerk je deze informatie in een Word bestand. We zijn ook op zoek naar gastheren/gastvrouwen die kunnen helpen tijdens de avond.

Meer info

Eetmee Vriezenveen wordt maandelijks georganiseerd en vindt plaats op de vierde donderdag van de maand tussen 17.00 en 19.00 uur. Voor meer informatie kan vrijblijvend contact opgenomen worden met Iris Veenendaal via telefoonnummer: 0546 - 481 456 of per e-mail iveenendaal@zorgsaamtwenterand.nl

Hulp bij invullen van aangifte Inkomstenbelasting

ZorgSaam Twenterand biedt hulp aan 65-plussers in Twenterand bij het invullen van de formulieren voor de Inkomstenbelasting 2024.

ZorgSaam schakelt hiervoor in maart/april 2025 geschoolde belastingconsulenten in. Zij vullen belastingformulieren in voor 65-plussers die AOW hebben, eventueel aangevuld met een klein pensioen; een eenvoudige aangifte dus. Zij controleren ook of u voor 2024 en/of 2025 in aanmerking komt voor toeslagen. Niet alleen de zorgtoeslag stijgt in 2025, ook de inkomensgrens (aan de hand waarvan wordt bepaald of u in aanmerking komt voor zorgtoeslag) wordt volgend jaar verhoogd. De Zorgtoeslag wordt in 2025 verhoogd en verruimd!

Laat uw aangifte nakijken

Ook al ontvangt u geen brief van de belastingdienst dat u aangifte inkomstenbelasting moet doen, adviseren wij u toch uw aangifte na te laten kijken. Misschien krijgt u wel geld terug of hebt u nu wel recht op

toeslagen of op de Tegemoetkoming Specifieke Zorgkosten (TSZ). De belastingdienst kent namelijk uw aftrekposten niet! Krijgt u geen inkomstenbelasting terug, dan zijn aan die check geen kosten verbonden. De kosten van het invullen zijn 25euro. Aan het invullen van de gegevens van een fiscaal partner zijn geen extra kosten verbonden.



Meer informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met ZorgSaam Twenterand via 0546 -481 450 of 0546 - 481 456 (op werkdagen bereikbaar van 9.00 tot 17.00 uur). Aanmelden kan vanaf 6 januari 2025 via bovenstaande telefoonnummers of bij de Zorginformatiepunten.

Activiteitenoverzicht tot en met juni 2025

Op deze en volgende pagina vindt u een overzicht van de diverse activiteiten die de komende maanden van maandag tot en met vrijdag - in chronologische volgorde - worden georganiseerd.

Gereformeerde kerk De Bron – Westerhaar
elke maandag van 9.30-11.30 uur en donderdag van 12.30-14.30 uur is Het Winkeltje geopend voor iedereen die hulp en/of ondersteuning nodig heeft

Het Punt - Vroomshoop
elke maandag van 10.00-12.30 uur, Huiskamer

Het Punt - Vroomshoop
elke maandag van 13.00-16.00 uur, Creatieve club

Sportpark De Rohorst - Den Ham
elke maandag van 13.30-16.30 uur, Koersbal

De Rank - Den Ham
elke maandag van 14.00-16.30 uur, Sociëteit

Het Punt - Vroomshoop
elke maandag van 14.00-16.00 uur, Koersbal
elke dinsdag van 14.00-16.00 uur, Koersbal
elke donderdag van 09.30-11.30 uur, Koersbal

De Suite in CCK2 - Vriezenveen
elke derde maandag van de maand vanaf 14.00 uur, Contactmiddag

Het Wapen van Vriezenveen
elke maandag van 14.00-16.00 uur, Keerls Proat

Kultuurhus De Klaampe - Westerhaar
elke maandag van 15.00-17.00 uur, Buurthuiskamer

Kultuurhus De Klaampe - Westerhaar
maandag 6 januari, 3 februari, 3 maart, 7 april, 5 mei, 2 juni, 1 september, 6 oktober, 3 november en 1 december om 17.30 uur, Eetmee Twenterand.
Aanmelden via 0546 - 481 464

Het Punt - Vroomshoop
maandag 20 januari, 17 februari, 17 maart, 14 april, 19 mei, 16 juni, 15 september, 20 oktober, 17 november en 15 december om 17.30 uur, Eetmee Twenterand.
Aanmelden via 0546 - 481 464

Buurthuis Westerdok - Vriezenveen
elke dinsdag van 09.30-12.00 uur, Schilderclub

Het Punt - Vroomshoop
elke dinsdag van 09.30-11.30 uur, Koffiekamer

Kantine IJclub Vooruit - Vriezenveen
elke dinsdag van 10.00-12.00 uur, Buurthuiskamer

Kultuurhus De Klaampe - Westerhaar
elke dinsdag van 10.45-11.45 uur, Keep Fit

De Haere, Vogelkers 6 - Vroomshoop
elke dinsdag om 12.30 uur (2½ km) en 13.00 uur (5 km), wandelgroep

Het Punt - Vroomshoop
elke dinsdag van 13.00-17.00 uur, Biljarten

Sportzaal De Weemelanden - Vriezenveen

elke dinsdag van 12.30-13.30 uur en van
13.30-14.30 uur, Keep Fit

Bibliotheek - Vriezenveen

eerste dinsdag van de maand van 13.30-15.30 uur,
Computerclub

Sportzaal De Beukenhage - Den Ham

elke dinsdag van 14.45-15.45 uur, Gymnastiek

Café- restaurant Harwig - Den Ham

dinsdag 14 januari, 11 februari, 11 maart, 8 april, 13
mei, 10 juni, 9 september, 14 oktober, 11 november en
9 december om 17.30 uur, Eetmee Twenterand.
Aanmelden via 0546 - 481 464

Hervormd Centrum - Westerhaar

elke dinsdag van 18.30-19.30 uur, Volksdansen

TV De Bosbaan - Vroomshoop/Den Ham

elke woensdag om 09.30 uur. Walking tennis

Muziekgebouw Odéon - Vriezenveen

elke woensdag van 10.00-12.00 uur,
Ontmoetingscentrum voor volwassenen en senioren
met geheugenproblemen en hun partners, familie en
mantelzorgers

Café 'n Esch - Den Ham

elke woensdag van 13.00-17.00 uur, Biljarten
elke donderdag van 13.00-16.30 uur, Biljarten

FC Twente Madness clubhuis - Den Ham

elke woensdag van 13.30-15.30 uur, Koersbal

Bibliotheek - Den Ham

eerst en derde woensdag van de maand van
19.00-21.00 uur, Studiekring

De Zandstuve, Dennenweg 11 – Den Ham

op de woensdagen 22 januari, 19 maart, 14 mei en 25
juni de Alzheimermarkt en Alzheimerdag. Meer info en
tijdstippen, zie pagina 6 van dit magazine.

CCK2 - Vriezenveen

elke donderdag van 08.50-09.45 uur / 09.45-10.40 uur
en 10.40-11.35 uur, Gymnastiek

Kulturhus De Klaampe - Westerhaar

elke donderdag van 09.00-12.00 uur, Hout &
Hobbyclub

Korfbalvereniging Amicitia - Vriezenveen

elke donderdag om 09.30 uur, Walking Korfbal

Middendorpshuis, Grotestraat 4 – Den Ham

op de donderdagen 9 januari, 6 maart en 8 mei het
Mantelzorgcafé. Meer info en tijdstippen, zie pagina 14
van dit magazine.

Eerder Achterbroek (Janmansweg) - Den Ham

elke donderdag om 09.30 uur, Wandelgroep Loop raak

Muziekgebouw Juliana, Slingerweg 3 - Den Ham

elke donderdag van 10.00-12.00 uur,
Ontmoetingscentrum voor volwassenen en senioren
met geheugenproblemen en hun partners, familie en
mantelzorgers

Bibliotheek - Vriezenveen

2-wekelijks op donderdag van 13.30-15.30 uur,
Studiekring

Kulturhus De Klaampe - Westerhaar

elke eerste en derde donderdag van de maand van
14.00-16.00 uur, Koersbal

Activiteitscentrum Het Punt - Vroomshoop

elke donderdag van 14.30-15.30 uur, Gymnastiek
elke donderdag van 15.30-16.30 uur, Keep Fit

't Liefderdinck - Den Ham

Eens per 2 weken op donderdag van 14.30-16.30 uur.
19 december : Afsluitende jaarbingo
2 januari : Bingo
16 januari : Zangkoor Zanglust uit Daarlerveen
30 januari : Trekharmonica-trio uit Hoge Hexel
13 februari : Schoolkoor van De Smithhoek
27 februari : Bingo
13 maart : Regiokoor (voorheen CBTB)
27 maart : Henk ten Brinke over scheepvaart
10 april : Gemengd koor Cantate Deo
24 april : Bingo
8 mei : Salland Steijers met harmonica muziek
22 mei : Oudheidkundige Vereniging
5 juni : Gerrit Fikkert met gezellige liedjes
19 juni : Afsluitende bingo

Peddemorsboerderij - Vriezenveen

donderdag 30 januari, 27 februari, 27 maart, 24 april,
22 mei, 26 juni, 25 september, 30 oktober, 27
november en 18 december om 17.30 uur, Eetmee
Twenterand. Aanmelden via 0546 - 481 464

Voorwaarts - Westerhaar

elke vrijdag vanaf 10.00 uur, Walking football

Muziekgebouw Juliana, Slingerweg 3 - Den Ham

elke vrijdag van 13.00-14.00 uur, Volksdansen

Kantine IJclub Vooruit - Vriezenveen

elke vrijdag van 14.00-16.00 uur, Creatieve club

Gereformeerde kerk De Bron – Westerhaar

elke vrijdag van 18.30-19.30 uur, Uitgifte van verse
producten

Meer informatie

U kunt contact opnemen met ZorgSaam Twenterand.
Bereikbaar van maandag tot en met vrijdag via
telefoonnummer 0546 - 481 456 of e-mail
contact@zorgsaamtwaterand.nl

LANGER THUIS WONEN MET EEN VEILIG GEVOEL?

Met personenalarmering
van Stichting ZorgSaam
Twenterand Projecten kunt
u, in geval van nood of bij
gevoelens van onveiligheid,
hulp inroepen.

Daarmee is hulp, 24 uur per
dag, altijd binnen
handbereik. Dat is prettig
voor u, maar ook voor uw
familie, vrienden en burens.

Eén druk op de knop een
veilig en vertrouwd gevoel.

*Een ongeluk zit in een klein hoekje,
wacht dus niet te lang met aanvragen
en zorg dat u voorbereid bent.*

- Met één druk op de knop maakt het systeem contact met de meldbank. Wij zijn ook aangesloten op de meldkamer van de politie.
- Hiervoor heeft u wel een vaste telefoonlijn of een mobiele telefoon nodig.
- Sociale alarmering is voor iedereen beschikbaar. Indicatie of verwijzing is niet nodig.
- Aan de personenalarmering zijn kosten verbonden, maar we houden de prijs zo betaalbaar mogelijk. De actuele prijzen staan vermeld op onze website.



**Neem contact op met
Stichting ZorgSaam
Twenterand Projecten**

- 📍 Burgemeester Koetjestraat 2
7681 ZP Vroomshoop
- ☎ 0546 - 727 515
- ✉ contact@sztpjecten.nl





Ondersteuning die bij jou past.

Natuurlijk wil je zo lang mogelijk zelfstandig leven. Wordt dit moeilijker dan zijn we er voor jou. Wij helpen jou met liefde en aandacht. En zoeken steeds naar de mogelijkheden zodat jij kunt leven zoals jij dat wilt. Jij houdt de regie. Carintreggeland: wat we doen, doen we met aandacht.

Wij bieden wijkverpleging en casemanagement dementie in heel Twenterand.

Voor dagbegeleiding kun je terecht bij:

- Dagbegeleiding de Dorpsrand, Dennenweg 11, Den Ham
- Dagbegeleiding Carintreggeland DOET, Kerkstraat 1, Vriezenveen

Daarnaast bieden wij:

- Verpleeghuiszorg
- Revalidatie
- Tijdelijk verblijf
- Thuisbegeleiding
- De Ledenservice