

# Senioren *Journal*



## **Zomerschool 2024**

VOOR EN DOOR OUDEREN IN ALMELO

2024, 10e jaargang, nr. 7

Wij helpen u bij vragen  
over geld, zorg en wonen

# Almelo Sociaal

Team Cliëntondersteuning staat voor u klaar!  
Wij helpen 100% gratis

U bent van harte welkom op onze gratis inloospreekuren:  
Maandag, dinsdag en vrijdag van 9:30 tot en met 11:30 uur

Boddenstraat 3

tel: 0546 456 909

[www.almelosociaal.nl](http://www.almelosociaal.nl)

[info@almelosociaal.nl](mailto:info@almelosociaal.nl)

**PuurPersoonlijk**

UITVAARTBEGELEIDING

Wies Sanders & Angelien Wiggers



24/7 bereikbaar | [www.puurpersoonlijkuitvaart.nl](http://www.puurpersoonlijkuitvaart.nl) | 06-22163953

# Voorwoord

Van de redactie

Beste lezers,

Het is voor mij de eerste keer dat ik het voorwoord schrijf als coördinator van het SeniorenJournaal. En dat is in deze nieuwe rol best even wennen. Ik heb al met veel mensen tijdens het 10-jarig jubileum kennis gemaakt en ik hoop de komende periode nog meer vrijwilligers van de verschillende ouderenbonden te mogen ontmoeten.

Door de inzet van Truus Platenkamp, die in het vervolg de opmaak verzorgt van het SeniorenJournaal, kunnen we genieten van veel mooie foto's die deze zomer gemaakt zijn van de diverse activiteiten. Wat fijn om te zien dat veel mensen hiervan hebben genoten. Ook kunt u meer lezen over de nieuwe activiteiten van de drie ouderenbonden voor de komende periode en over de jaarlijkse infomarkt voor senioren, georganiseerd door de COSBO.

Daarnaast zijn er enkele wijzigingen in de redactie en hierover vertellen we meer. Roel Dragt vertelt op boeiende wijze over zijn periode als coördinator. En onze nieuwe penningmeester Arend Middelkamp stelt zich voor. Tenslotte is er een interview met mij als nieuwe coördinator. Dit jaar wordt het 70-jarig jubileum met onze partnerstad Iserlohn gevierd met tal van activiteiten, hierover leest u meer in het artikel van Marion Wesselink.

Verder zijn we blij dat we een nieuwe adverteerder mogen verwelkomen, Interieurspecialist Makkinga. Peter van der Molen ging met Martijn Makkinga in gesprek.

Tot slot, hartelijke dank aan iedereen die heeft bijgedragen aan deze uitgave. We gaan als redactie vol frisse moed verder en we wensen u veel leesplezier.

*Jannie Vleerbos*

GRANDO  
BADKAMERS

Wij denken graag met u mee!

Nu voor  
€ 10.250,-

Betaalbaar  
badkamerdesign.

"Wij helpen u graag met een advies op maat."

Jan Wolterink, ondernemer Grando Almelo  
Woonboulevard 24, tel.: 0546-538077, [grando.nl/almelo](http://grando.nl/almelo)



\*Vraag naar de voorwaarden





# Inhoud

- 3 Voorwoord
- 6 Activiteiten
- 9 Even voorstellen....
- 10 Afscheid Roel Dragt
- 12 Jannie Vleerbos, nieuwe coördinator
- 15 Verslagen diverse activiteiten
- 18 Adverteerder in 't zonnetje
- 20 Toafelproat Heracles
- 22 Foto's zomerschool
- 25 Verslag fietstocht Zomerschool
- 26 50 jaar partnerschap Almelo Iserlohn
- 31 Wist u dat....
- 32 Infomarkt voor Senioren
- 33 OVA
- 34 COSBO
- 37 Almelo Sociaal
- 38 PCOB
- 43 Contactpagina
- 44 KBO
- 46 Verslag fietsvierdaagse
- 49 Vacaturebank
- 50 Colofon

# Activiteiten

**De activiteiten van de drie ouderenbonden KBO, OVA en PCOB zijn toegankelijk voor alle leden van die bonden.**

## **12 september. Beeldentuin/ pluktuin Witharen, OVA**

Vertrek vanaf het zwembad aan de Sluiskade om 13.00 uur. Bij opgave graag vermelden of je vervoer hebt. Meerijden kost € 5,-, contant te betalen aan de chauffeur. De entree van de tuin is ook € 5,-.

Een boeket bloemen om zelf te plukken kost € 15,-.

Koffie en thee is voor eigen rekening.

Opgeven bij [ansardesch@gmail.com](mailto:ansardesch@gmail.com) of bel 0681010294.

Er moeten minstens 8 aanmeldingen zijn, anders gaat het niet door.

Opgeven kan tot 10 september.

## **12 september, Ledenmiddag , PCOB**

Starten van het seizoen 2024/2025 met een barbecue. Alle leden zijn hierover al geïnformeerd per brief c.q. mail. Locatie zoals bekend bij de Pnielkerk om 15.00 uur.

## **13 september: Lezing over AI, OVA**

Hoe wordt AI gebruikt in onze maatschappij.

AI, kort voor Artificiële Intelligentie, is een technologie die knap is in het oplossen van lastige problemen en probeert te denken zoals mensen dat doen. Het wordt steeds meer gebruikt. Denk aan het opsporen van ziektes, het schrijven van teksten en het verwerken van allerlei gegevens. Maar hoe herken je eigenlijk of iets met AI is gedaan? En moeten we niet kritisch zijn over het gebruik ervan?

Anne Bonvanie is associate lector Ethiek & Technologie aan hogeschool Saxion. Samen met haar team onderzoekt ze hoe technologie invloed heeft op ons leven, onze samenleving en onszelf. Zij geeft ons een introductie over AI . Ze legt uit wat AI is en hoe het werkt en laat zien dat AI niet per se slim is, maar wel slim lijkt en geeft een inkijkje in hoe AI wordt gebruikt in onze maatschappij en wat de gevolgen daarvan zijn. Zo bespreekt ze AI voor bedrijven en AI voor de zorg. Ook mogelijke gevaren en risico's komen aan bod en vooral: hoe je zelf kunt omgaan met de goede én minder

goede kanten van AI. Opgave kan vóór 6 september, het liefst via mail: [apostmusova@outlook.com](mailto:apostmusova@outlook.com) of telefonisch bij Regina Scholte; 0652432299.

De lezing is in het Huis van Katoen en Nu. De entree bedraagt voor leden € 7,50 en voor niet leden € 9,50. De lezing begint om 10 uur en is om 12 uur afgelopen.

### **17 september Bingo, KBO**

We starten met onze gebruikelijke bingo. Locatie "de Trefhoek" om 14.00 uur. De zaal is open vanaf 13.30 uur. We spelen 2 x 3 rondes en in de pauze kunt u geheel vrijblijvend loten kopen. Na afloop van de bingo gaan we weer leuke prijzen verloten. De koffie en thee en een drankje in de pauze zijn gratis. De plankjes kosten € 2.50 per stuk. Kom gezellig meespeelen en neem gerust uw vriendin of buur mee. Lidmaatschap van één van de 3 bonden is hierbij niet noodzakelijk.

### **19 september Kaartmiddag HvK, OVA**

De eerste kaartmiddag van het nieuwe seizoen, aanvang half 2, kosten € 2,50. Opgeven bij [louisepaerel01@gmail.com](mailto:louisepaerel01@gmail.com) of bellen naar 0614969110.

### **28 september Informatiemarkt voor Senioren, COSBO**

Van 11.00 tot 15.00 uur in het centrum, op de Koornmarkt. Zie pag. 32. De koffie en thee zijn gratis.

### **30 september, Toafelproat, OVA**

Een bijzondere Toafelproat met Heracles van 14.00 tot 16.00 uur, met een inloop vanaf 13.30 uur in het Huis van Katoen en Nu. Een van de twee gastsprekers verzorgt een primeur. Nog nooit vertoonde beelden en vertelde verhalen worden gepresenteerd door Theo Vos. Theo is de supporter van Heracles die jaren achtereen op de fiets de uitwedstrijden van hem dierbare club bezocht. Hij neemt de bezoekers daarin mee met beeld en woord. Unieke en voor het eerst vertoonde beelden komen langs. Theo zal beelden met leuke verhalen toelichten. Gast Richard Veneman, oud-speler van Heracles en buitenlandse clubs komt vertellen over zijn voetbalcarrière. Hij vertelt daarnaast over grappen en grollen uit de kleedkamer en wat hij verder in de voetballerij heeft meegemaakt. In de plezierige sfeer wordt eveneens van gedachten gewisseld over het reilen en zeilen van de zwartwitte club.

## Activiteiten op vaste momenten:

**KBO Fietsgroep:** Opgave of informatie hierover bij Herman Veldman, tel. 06 17406363.

**OVA Kaarten:** Elke derde donderdag van de maand bij het Huis van Ka-toen en Nu. Ook bridgen of klaverjassen. U hoeft niet te kunnen kaarten, we leren het u wel! We starten om 13.30 uur. De kosten zijn € 2,50. Aan-melden bij lousepearel01@gmail.com of bel naar 0614969110.

## Films, 's middags

**Hof 88/Filmhuis:** Voorafgaand aan de film bij Hof 88 kunt u lunchen in het Naturhus. Informatie bij Louise, tel. 0614969110. De films beginnen om 14.00 uur in Hof 88 en er is 's middags altijd plaats.

## Movie Unlimited:

almelo.movieunlimitedbioscopen.nl

ADMINISTRatieve & PRAKTISCHE ONTZORGING VOOR SENIOREN



DOOR TOS

06 14 522 580    www.doortos.nl    Info@doortos.nl

**Snelrijbewijskeuren**  
75+, medisch, groot rijbewijs

- KEURINGEN IN ALMELO
- LAAGSTE PRIJSGARANTIE
- NAUWKEURING MAAR MET EEN MENSELIJKE MAAT

★★★★★ 4.8  
Best beoordeelde service  
gecertificeerd door: Trustindex



06 - 38188577  
WWW.SNELRIJBEWIJSKEUREN.NL

Wijkcentrum Goossenmaat  
Platanenstraat 38  
7605 CP Almelo



## Even voorstellen

Bij het 10 jarig bestaan van het Senioren Journaal heeft Tonnie Frazer als penningmeester afscheid genomen samen met Roel Dragt. Aan mij de schone taak om het penningmeesterschap over te nemen.

Mijn naam is Arend Middelkamp en ben in 1946 op een boerderij in Almelo geboren. Ik zou eerst de boerderij overnemen, maar door het vroegtijdig overlijden van mijn vader en na diverse (avond)opleidingen ben ik via de UT als leraar exacte vakken op het CLA ( nu Noordikcollege ) begonnen met lesgeven. Eerst wis- en natuurkunde en later ook scheikunde. Naast het lesgeven was het begeleiden van leerlingen een prachtige taak. Gaandeweg ontdek je dat het vormen van jonge mensen het belangrijkste is.

Ik ben getrouwd met Janny (zij is secretaresse van de OVA). We hebben 2 dochters: Christine en Monika. We wonen nu op een boerderij net op de grens van Almelo. Met de Stichting Plattelands Ontwikkeling Almelo (SPOA) is het begin gemaakt met Almelo Allee. Hardlopen, fietsen en wandelen in het prachtige buitengebied van Almelo met het doel om dat buitengebied onder de aandacht te brengen/houden van het stedelijke Almelo.

Aan de VVG in de Bleekkerk heb ik veel aandacht besteed. En nu aan wandelend voetbal bij Oald Stars AVC Heracles. Ook probeer ik als HUBA mensen te helpen. Het is belangrijk om soms een stapje extra te doen. Die inspanning komt vaak als voldoening dubbel en dwars terug.

Ik wil graag bijdragen aan een goed en verzorgd SeniorenJournaal om de oudere mens in Almelo van informatie te voorzien.



*Arend Middelkamp*

## Coördinator Roel Dragt van het SeniorenJournala stopt:

### *“Het waren acht mooie jaren”*

Het voelt een beetje als een trotse vader die zijn volwassen dochter als een mooie bruid aan de zorg overdraagt van de bruidegom. Hij heeft haar begeleid vanaf het moment dat zij naakt en als een nog onbeschreven blad in zijn leven kwam, tot zij als een mooie volwassen vrouw een volgende stap in haar leven kan maken.

Voor Roel Dragt was het SeniorenJournala toch zoiets als zijn kindje. Een kindje dat hij samen met anderen tot volwassenheid heeft mogen begeleiden. Eigenlijk is hij bij toeval in dat “vaderschap” gerold. Hij was tot een jaar of acht zelfstandig actief als arbeidsdeskundige en wilde een nieuwe stap in zijn leven maken. Voorop stond wel dat hij onder de mensen wilde blijven. Dat was in een periode – zo rond 2014 – dat in Almelo de drie ouderenbonden naar samenwerkingsvormen aan het zoeken waren. Elk van die bonden profileerde zich met een eigen bescheiden ‘clubblaadje’ en uitgerekend daar bood die wil tot iets samen doen mogelijkheden. Roel werd benaderd door zijn ex – collega Henk Kloosterhof met de vraag of hij daarin niet iets in kon betekenen. En dat wilde Roel wel. Het SeniorenJournala had even eer-

der als zwart/wit blaadje in een omvang van ongeveer 20 pagina’s het levenslicht gezien.

“We raakten al snel de opmaker kwijt en daar ben ik toen maar mee aan de slag gegaan. In principe tijdelijk, maar het liep wat uit. Ik heb een creatieve instelling en ben graag scheppend bezig. Ik had wel ideeën, maar je hebt met vrijwilligers te maken en die moet je wel allemaal meekrijgen. Zo wilden wij kleur gaan gebruiken, te beginnen met de omslag. Daar hangt een prijskaartje aan. Dat wilden wij vooral opvangen door het aantrekken van meer adverteerders. Dat is een kwestie van de lange adem”.

Omdat adverteerders geen 100 % zekerheid boden, werd ook een deal met de bonden gesloten. Zij gaven uiteindelijk eerst ook geld uit aan hun eigen blaadje en mochten dus wel een bijdrage leveren. Afgesproken werd een bijdrage van € 2.= per bezorgadres en de garantie dat er altijd een periodiek zou verschijnen. Dat was met name rond de corona – tijd een geruststellende gedachte, omdat het toen wat minder met de advertentie – acquisitie ging. De COSBO gaf een eenmalige ondersteuning Toen kort daarna de finan-

ciën weer op peil waren, heeft de COSBO dat geld teruggekregen en werd de bijdrage van de bonden op € 1.= gesteld

De organisatie is goed in elkaar en in de tijd gezet. De advertentie wer-ving verloopt positief. Wij hebben de drukkosten weten te drukken. We hebben een betrouwbare drukker weten te vinden die precies op tijd le-vert, zodat de bezorgers – ook allemaal vrijwilligers – weten waar zij aan toe zijn. De bonden hebben elk een aantal pagina's per uitgave beschik-baar voor hun eigen verhaal. Dat onze inspanning niet voor niets is ge-weest, is twee jaar gebleken toen bij een landelijke vergelijking tussen meer dan 100 seniorenbladen, wij er als op twee na beste uitkwamen".

Dat Roel er na acht jaar een punt achter zet, is niet uit ongenoegen. Zeker, de op-maak vergde veel tijd, maar hij beleefde daar altijd veel plezier aan. Hij vindt echter dat het tijd is voor nieuw bloed en misschien nieuwe ideeën. Dat wil niet zeggen dat hij nu het werk voor ouderen de rug toekeert.



Hij blijft actief voor de OVA en ook voor de COSBO. Hij gaat zich met name bezighouden met de communicatie en kijken hoe de COSBO nog beter positief in beeld kan worden gebracht. In principe trekt hij daar een jaar voor uit, terwijl hij zich ondertussen ook nog verdienstelijk probeert te maken in de COSBO werkgroepen Seniorenpanel en Informatiemarkt.

“Blijft er dan nog tijd over voor wat leuke privé – zaken?”

“Jazeker wel. Ik heb van de collega's als afscheidskado een schildersezal gekregen en ik hoop dat ik daar heel wat uurtjes achter kan doorbrengen. Ik heb een schilderij gemaakt voor de Haaksbergense Kunstmarkt (thema Zomercarnaval) en wil dat daar inbrengen. En dan heb ik natuurlijk mijn muziek nog. Daarin wil ik ook graag de juiste toon aanslaan. En dan heb ik natuurlijk nog de herinnering aan acht mooie jaren samen met een fijn team!”

*Peter van der Molen*

## Jannie Vleerbos, nieuwe coördinator SeniorenJournaal

“Ik ga er even over nadenken”, gaf Jannie Vleerbos aan, toen ze twee maanden geleden gevraagd werd om de functie van coördinator op zich te nemen. Lang nadenken hoefde ze niet, want al na enkele gesprekken kwam ze met haar antwoord. “Ik kende het SeniorenJournaal niet echt, maar ik ga de uitdaging aan om het bulletin te leren kennen”.

Jannie Vleerbos woont op Indië in Almelo. Ze is inmiddels 67 jaar. “Ik heb net voor het eerst mijn AOW gekregen”, vertelt ze lachend. Ze is getrouwd met Harry Vleerbos. Samen hebben ze een dochter en schoonzoon en sinds enkele maanden een kleinzoon, die in Berlijn wonen. “Gelukkig kunnen we met de trein in vier uur bij hen zijn, daarnaast facetimen we veel”, aldus Jannie.

Ze werkte ruim dertig jaar bij de gemeente Almelo waar ze zich bezighield met vele facetten van het communicatie vak. Daarna ging ze als PR-manager aan de slag voor Soweco, dit deed ze vier jaar lang.





In 2014 besloot ze onder de naam 'Jannie Vleerbos, communicatieconcepten' voor zichzelf te beginnen. Ze werd toen o.a. benaderd door Zorgorganisatie Carintreggeland voor een interim klus en ging vervolgens in 2015 bij ZGT aan de slag als communicatieadviseur/woordvoerder. In juni 2021 stopte ze met werken en ging met vervroegd pensioen. "Het mogen werken in de zorg trok me wel, ik ben een mensenmens, daar word ik blij van", vertelt Jannie.

Jannie heeft haar hele leven veel vrijwilligerswerk gedaan. Ze vindt het belangrijk om een steentje bij te dragen. Al heel jong was ze bestuurslid voor VeiligVerkeerNederland. Ze was jarenlang bestuurslid van Almelo Promotie en het Historisch Festival. Daarnaast was ze adviseur Pers en Publiciteit van de Profronde. Ze is dat nog steeds van de Stichting Kans voor een Kind. Ook is zij nog communicatie-adviseur bij het Alma Inloopershuis.

Jannie houdt van sportieve vakanties waarbij de fiets meestal meegaat, maar op zijn tijd ook naar de zon. Ze doet aan pilates en jazz dans. Dekens en omslagdoeken haken en een goed boek lezen doet ze ook graag. Ze heeft veel getennist, ze houdt het nu bij tennis kijken. Ze bezoekt regelmatig met haar man een museum en ze is lid van de serviceclub Innerwheel Almelo.

Wat betreft het SeniorenJournaal is ze aangenaam verrast door de verschillende bijdragen. Ze zou graag nog iets meer actualiteit in het blad zien. Het beste zou een goede mix tussen aankondigingen, verslagen en actualiteit zijn, met de Almelse geschiedenis er doorheen gevlochten. Een mooie uitdaging!

*Marion Wesselink*



*Vertrouwd dichtbij.*



tel: 088 1198 200

[www.vrededorf.nl](http://www.vrededorf.nl)



Graag mee willen doen met een ouderenvereniging en haar activiteiten, **maar een smalle beurs?**

Vraag een **voucher** aan bij Almelo Doe(t) Mee:

(0546) 706519

06 31 99 75 39

[www.almelodoetmee.nl](http://www.almelodoetmee.nl)

Zwanenbelt 39

7607 JW Almelo

[info@almelodoetmee.nl](mailto:info@almelodoetmee.nl)



## Praamvaren

OVA leden maakten tijdens "Zomers Almelo" gebruik van gratis vervoer naar de aanlegplaats en maakten een heerlijke rondvaart. Het weer werkte ook geweldig mee.



## Kaarten in het Huis van Katoen

Elke derde donderdag van de maand kaarten we met een stuk of 20 mensen in het Huis van Katoen en Nu. Er wordt geboerenbridget, maar er is ook een clubje dat klaverjast.

Allemaal met heel veel plezier!

18 Juli was de laatste keer van dit seizoen.

*Liesbeth en Louise*





## Dineren in plaats van lunchen

Omdat het ROC, waar we elke maand lunchen, gesloten is, zijn we in juli uitgeweken naar Valentino .

We gingen voor een 3- gangendiner en 40 personen hadden zich aangemeld.

Voor € 25 maakten ze bij Valentino een heerlijk 3- gangen diner met wijn en koffie toe.

Het is zeker voor herhaling vatbaar!!

Bedankt Valentino







## Adverteerder in het zonnetje

### Interieurspecialist Martijn Makkinga:

‘Goede raad is nooit te duur’

Als je ouder wordt, groeit de behoefte aan goede rust. Een goede stoel en een goed bed vormen een eerste voorwaarde. Door het enorme aanbod wordt kiezen er dikwijls niet makkelijker op. Vaak is het prijskaartje een noodzakelijke richtlijn. Maar een oude wijsheid gaat juist hier op. Goedkoop is vaak duurkoop. Goede raad is daarom nooit te duur.



Martijn Makkinga heeft bijna dagelijks te maken met die afweging. Zijn voorouders begonnen 101 jaar geleden met de meubelhandel en er is dus veel expertise aanwezig. Vanuit de Shop in Shop boven Woon en Slaap aan de Woonboulevard biedt hij maatwerkadviezen.

“Ik geef persoonlijk advies en houd rekening met de persoonlijke wensen. Dat betekent dat maatwerk heel belangrijk is. Je kunt wel een relaxstoel kopen die je mooi vindt, maar als je niet met je voeten aan de grond kunt



komen omdat je maar een meter vijftig bent, dan heb je een probleem! Je moet dus goed kijken naar zitdiepte en zithoogte. Wij kunnen bijna aan elke wens voldoen.”

Senioren zijn gecharmeerd van relaxfauteuils, want als zij ‘s middags een dutje willen doen, hoeven zij daarvoor niet meteen in bed te kruipen. Zo’n stoel biedt een prima alternatief. En een zogenaamde ‘opstapstoel’ biedt nog meer gemak. En dan zijn er natuurlijk altijd nog de slaapbanken.

“Ik ga geregeld naar tehuizen met een aantal van die stoelen en geef dan demonstraties voor de bewoners, waarbij ik de voor en nadelen van de verschillende stoelen uitleg. Eigenlijk zijn er stoelen voor elk type. Lang, kort, krom, dik, noem maar op. Er zijn zogenaamde basisstoelen waar dan een andere voet onder kan worden geplaatst, of andere leuningen aan kunnen worden gezet of een andere rugleuning. Je kunt vaak ook uit meerdere stoffen en kleuren kiezen. Met massage en zonder massage. Omdat de mogelijkheden bijna onbeperkt zijn, hoort daar wel een eerlijk verhaal

bij". Goede rust geldt zeker voor de nachtrust. Voorheen aan de Boddenstraat was het assortiment beperkter vanwege de beschikbare ruimte, maar aan de Woonboulevard kunnen de mogelijkheden op het gebied van slaapcomfort uitgebreid worden getoond.

"Soms kunnen mensen niet op eigen gelegenheid hier naartoe komen en in dat geval haal ik ze thuis op zodat ze hier een keuze kunnen maken. We hebben hier een lift, dus geen enkel probleem. Dat kan om het model bed gaan, maar vooral om het soort matras. Als bijzonderheid hebben wij hier een bed van 120 centimeter breed staan. Stel dat een partner is overleden en de overgeblevene vindt het niet prettig om alleen in een bed van 160 breed te liggen. Dan is het alternatief vaak 90 centimeter. Maar dat is direct weer zo smal! Dan is dat bed van 120 een ideale oplossing".

Martijn geeft senioren de raad om zich goed te laten informeren alvorens een opstapstoel, een relaxfauteuil of bed aan te schaffen en niet alleen op een mooi model af te gaan.

"Vooral voor senioren is een goede zit en een goede lig bijna van levensbelang."

*Peter van der Molen*

## RELAXFAUTEUILS BOXSPRINGS

LINNENKASTEN & MEUBELN OP MAAT



*Makkinga*  
interieurs anno 1923

- LAAGSTE PRIJSGARANTIE
- TOPKWALITEIT
- GEDEGEN ADVIES
- SNELLE LEVERING MOGELIJK

Al meer dan 100 jaar uw partner in meubelen!

**DE GROOTSTE  
COLLECTIE  
RELAX  
FAUTEUILS  
VAN ALMELO  
en omstreken**



**MAKINGA INTERIEURS  
SHOP IN SHOP XL STORE**

Woonboulevard 28  
7606 JA ALMELO  
info@makkingainterieurs.nl  
T 06 - 5139 2011

**GRAAG TOT ZIENS!**  
[www.makkingainterieurs.nl](http://www.makkingainterieurs.nl)

## Toafelproat met Heracles, juni 2024

Een gezellige Toafelproat is het eigenlijk altijd wel zeggen de trouwe deelnemers.

Het Huis van Katoen en Nu is daarvoor een mooie locatie. Er heerst een ongedwongen en gemoedelijke sfeer. Nieuwe deelnemers worden altijd hartelijk verwelkomd. De vrouwen en mannen deelnemers zeggen dat het voelt alsof je in zo'n ouderwets gezellig bruin café komt. Dat gevoel, benadrukken zij, wordt ook nog eens versterkt door de gastvrouwen Liesbeth en Mini, die de deelnemers verwelkomen met een kopje koffie of thee, iets wat bijzonder wordt gewaardeerd. De inloopgelegenheid en de "koffiepauze" worden eveneens op prijs gesteld. Momenten waarop je enige tijd gezellig met je vroegere medespelers en supporter maatjes kunt bijpraten en de laatste, soms wel persoonlijke, nieuwtjes uitwisselt. Het wel en wee van Heracles is daarin een vast onderwerp. Van de Toafelproateditie van juni jl. werd bijzonder genoten. Dat had bij deze bijeenkomst meerdere oorzaken. In de eerste plaats kwam dat door gast spreker Thijs Sluijter die met zijn jongens van tien en vijftien jaar Toafelproat met een bezoek vereerde.

Thijs vertelde boeiend over zijn voetbalcarrière en in het bijzonder over zijn tijd bij Heracles, van 2000-2001 tot en met 2006-2007. In de tweede plaats werden de beide jongens van Thijs verrast met een leuke attentie van Heracles. Ook werd genoten van de verrassende uitreiking van de eerste prijs van een wedstrijdje.

### **Voorspel de Eindstand van Heracles.**

De prijs werd door ons lid Humphrey Remie namens de Podcast Gouden Hart voor Heracles aan Thijs overhandigd. Met elkaar leuke ingrediënten die deze Toafelproateditie tot een zeer gewaardeerde bijeenkomst maakten. De foto's geven het treffende bewijs. De kroon op de middag was dat het seizoen 2023-2024 werd afgesloten door een korte maar gezellige zit op het terras van café-restaurant Nielz.

Toafelproat met Heracles vindt plaats iedere laatste maandag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur.

*Wim Ardesch.*





We kunnen terugzien op een geslaagde Zomerschool. Alles zat mee: het weer, het aansprekende programma, de enthousiaste vrijwilligers en natuurlijk de gezellige deelnemers. In totaal is er ongeveer 425 keer aan een activiteit deelgenomen.

In dit SeniorenJournaal vindt u alvast wat foto's. De verslagen komen in de volgende uitgave.



Ontbijt op maandagmorgen



Nestkastjes maken op maandagmiddag



Dinsdagmorgen:wandeling langs muurgedichten



Dinsdag: bezoek aan klooster Denekamp



Woensdag: workshop fotograferen met mobiele telefoon

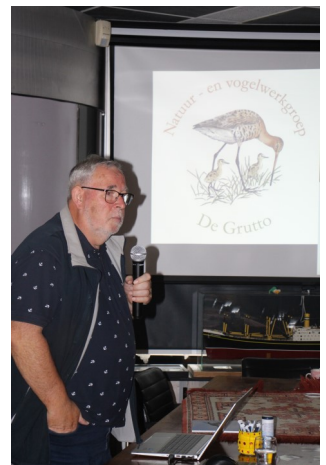
Woensdag: druktechniek met Gelatine GelliPlate



Donderdag: dagfietsstocht



Donderdag: meezingworkshop



Vrijdagmorgen: Natuurlijk Noordoost Twente



Vrijdagmiddag: afsluitingsfeest in Huis van Katoen en Nu



Deelnemers die de foto's van de Zomerschool willen hebben, kunnen Joseph Lenferink een mail sturen of bij Joseph langs gaan met een stick, waar hij de foto's op kan zetten.

Joseph Lenferink  
Weth. Schotveldlaan 16  
7602 EX Almelo  
Tel: 06 - 36 39 16 76  
email: [jvlenferink@gmail.com](mailto:jvlenferink@gmail.com)

## Fietstocht Zomerschool



Een zomerschool zonder fietstocht is ondenkbaar!

Ook dit jaar hebben we weer een mooie heidetocht gemaakt. Via Nijverdalen, Haarle, Rijssen en Wierden weer naar huis. Heerlijke lunch bij de Draodnagel in Haarle en eigengemaakte koffie op een bankje.

Mooi weer, geen ongelukken en geen problemen met de fiets!

Jammer dat er iemand onwel werd, zij is met haar vriendin teruggefietst. Het gaat gelukkig weer goed met haar.

Met dank aan Liesbeth, die de tocht gemaakt heeft en aan Toni, die zich vrijgemaakt heeft om de EHBO te regelen en aan Arend en Henk die de tweede groep onder hun hoede hebben genomen!!

Dank aan alle fietsers omdat ze zo goed afstand hebben gehouden en naar mijn fluitje luisterden.

Tot de volgende keer.

*Louise*





## Zeventig jaar partnerschap uitbundig gevierd

In het Duitse Iserlohn werd in het weekend van 5 tot 7 juli het 70 jarig vriendschapsjubileum tussen de steden Almelo en Iserlohn uitgebreid gevierd. Niet alleen waren er genodigden uit Almelo. Ook uit de Partnersteden Chorzow uit Polen, Nyiregyhaza uit Hongarij en Ternopil uit de Oekraïne waren vertegenwoordigers aanwezig. Zij vierden het feest mee.

De tweede wereldoorlog was nog maar negen jaar voorbij, toen er al vriendschap werd gezocht tussen Almelo en Iserlohn. Dat is altijd een wederzijds gebeuren geweest. In ongeveer anderhalf uur rijden is men vanuit Almelo in Iserlohn en dat geldt natuurlijk over en weer. Het is bekend dat de Iserlohners graag naar Almelo komen en dan vooral de Bolletjewinkel een bezoek brengen. 'Waar afstand en grenzen vervagen, bloeden relaties vaak dood. Zo niet tussen Almelo en Iserlohn'.

Er is al heel lang een Iserlohn comité vanuit Almelo, waarin Ton Trienen, Leo Bosch, Ernst Kok en Siny Pots zitting hebben. Dit zijn allemaal mensen die in Almelo op verschillende terreinen veel voor de stad Almelo betekenen. Naast schilderkunst weten Almelo en Iserlohn elkaar ook via zang te bereiken en ook mid-

dels het armoedepact betekenen de steden veel voor elkaar. De burgemeester van Iserlohn is al jaren aanwezig bij de dodenherdenking in Almelo.

Vrijdag 5 juli jl. werd de kunsttentoonstelling in de Sparkasse in Iserlohn geopend met vele verschillende werken van kunstenaars uit allerlei landen. Waaronder ook werken van de vier deelnemende Almelse kunstenaars, nl. Riet Abcouwer, Joke van Dijk, Hubert van Mastrigt en Frieda Waanders. De Duitse kunstenaar Karl Otto komt van 8 augustus tot en met 7 september exposeren in Almelo.



's Middags in Iserlohn tijdens het diner schoof, Richard Korteland, de nieuwe burgemeester van Almelo aan. In een toespraak vertelde hij, evenals burgemeester Michael Joithe van Iserlohn, over het

belang van de vriendschap tussen de partnersteden.

's Avonds om 18.00 uur werd het Schützenfest geopend met het afschieten van enkele kanonnen boven op de Tanzturm waar onze burgemeester ook bij aanwezig was. Hij werd hartelijk ontvangen door de burgemeester van Iserlohn en hij kon kennismaken met de burgemeesters van Chorzow, Nyiregyhaza en vertegenwoordigers van de stad Ternopil. Er is duidelijk sprake van veel onderling respect.

Op de tweede dag van het 70 jarige jubileumfeest werd Almelo vertegenwoordigd door Ton Trienen, die al 37 jaar voorzitter is van het Iserlohn Comité.

Hij mocht namens de burgemeester een plaquette in ontvangst nemen met een in hout gebrande stadsplaattegrond van Almelo en in de andere helft van het hart de stadsplattegrond van Iserlohn. Een mooi symbool van de jarenlange vriendschap tussen de verschillende steden in Europa.

Na het officiële gedeelte in de Musikschule werden alle gasten uitgenodigd bij de Internationale Musikparade in Sporthalle Hemberg. Een bijzondere Taptoe door verschillende korpsen uit Duitsland, Engeland

en Nederland (korpsen uit Rotterdam en Sassenheim)

Al met al was het jubileumfeest ook weer een mooie aanleiding om de banden tussen Iserlohn en Almelo in stand te houden en, waar mogelijk, nog verder uit te breiden. Op zondag werd het Schützenfest afgesloten met een grote optocht in de stad Iserlohn, die elk jaar door duizenden belangstellenden wordt bezocht. Voor het eerst werd het feest gelijk gevierd met het Schützenfest en dat pakte heel mooi uit.

Al jaren komen veel Duitse bezoekers naar 'Almelo op 't Rabat,' tijdens het Straattheater. Dit evenement van Almelo Events wordt dit jaar in het weekend van 14 en 15 september gehouden in de binnenstad van Almelo. De Iserlohnners krijgen ook nog een boeiende stadswandeling aangeboden.

Op zaterdag 21 september geeft het gospelkoor 'der Friedenskirche' uit Lethmate (Iserlohn) een concert o.l.v. Hubert Schmalor. Het concert begint om 15.00 uur in de Bleekkerk van Almelo. Het koor zal op zondagmorgen de 'Gottesdienst' verzorgen in de Almeloze Bleekkerk. 'Vrede en Vrijheid', is het veelzeggende thema.

*Marion Wesselink*

## Senioren actief mee laten denken over eigen toekomst

Vrijdag 6 september wordt in het wijkcentrum van de Schelfhorst en op de parkeerplaats voor het Schelfhorstpark een grote Seniorenmarkt gehouden. Christa Thier is als wijk-rechercheur vanuit de gemeente nauw betrokken bij deze markt. Samen met Marieke Peerbolte heeft ze een informatieve, maar ook gezellige markt opgezet, waar iedereen van 16.00 uur tot 19.00 uur terecht kan. Eddy Oude Wesselink houdt boeiende workshops.

Christa Thier is geboren in Den Haag en in de Randstad opgegroeid. In 2000 kwam ze naar Almelo. "Je hoort het Almelose niet in mijn klank, maar Almelo zit wel degelijk in mijn hart", geeft Christa aan. Vanuit de gemeente is ze nu drie jaar als wijkcoach en rechercheur in de Schelfhorst actief. Er is bijvoorbeeld gekeken naar de leeftijdsopbouw in de Schelfhorst. Daaruit blijkt duidelijk dat de wijk in de jaren 70 is opgebouwd en nu vergrijsd. Wat betekent dat voor een wijk en hoe kun je zo'n wijk kwalitatief goed houden en waar nodig impulsen geven?

"Wij hebben met alle professionals gekeken hoe het met de leefbaarheid van de wijk gaat. Daar waren jongerenwerkers, woningbouwcorporaties, politie, wijkcentrum, gezondheidsinstellingen, Sportbedrijf en

vele anderen bij betrokken", aldus Christa. "Dat we niet meer standaard van de wieg tot het graf van een goede verzorgstaat uit kunnen gaan, dringt steeds meer bij iedereen door, maar wat kunnen we daar aan doen? Daarvoor is onder andere deze markt opgezet".

De Oostvaarders en Armeense dansers komen optreden. Koffie en thee met wat lekkers wordt aangeboden. Er komen een twintigtal kramen waar men de nodige informatie kan inwinnen. Er wordt een rollatorcheck gedaan. De lezingen worden gehouden in het wijkcentrum.

"Hoe ziet uw leven er over vijftien jaar uit? Hebt u daar nu al invloed op? Of bent u zo iemand die denkt: "Dat zal mijn tijd wel duren". Deze en nog veel meer toekomstgerichte vragen legt Eddy oude Wesselink voor aan de bezoekers van de Zorgmarkt. Tijdens die zorgmarkt houdt Eddy een workshop met de titel 'Senioren zelf aan zet'.

Eddy oude Wesselink werkte bij het Katholiek Centrum Welzijnsbevordering in Overijssel in vele (inter-) levensbeschouwelijke projecten en op diverse thema's. Dat reikt van rouw en verlies, armoede en uitsluiting, eenzaamheid en

isolement, intercultureel samenleven en Bruggenbouwen. Eind 2021 ging hij met pensioen. Maar dat betekent niet dat hij achter de geraniums is gaan zitten. Eddy werd gevraagd voor het KBO-bestuur Overijssel. Sinds 2023 is hij samen met Peter Weda, voormalig directeur van Trivium Meulenbeltzorg, actief bezig met ouderen en hun toekomst. De projecten 'Over wonen van senioren gesproken' en Senioren zelf aan zet', heeft hij samen met Peter opgezet. "Wij activeren senioren en verschillende bonden om werk te maken van hun toekomst" geeft Eddy aan.

De workshops van Eddy oude Wesselink zijn om 16.15 uur en 17.45 uur in wijkcentrum de Schelf. Daar wordt ook een demonstratie valpreventie gegeven en uitleg hoe men kan voorkomen dat men slachtoffer van (internet)fraude wordt. Al met al wordt 6 september a.s. een markt die de senioren een aanzet geeft om een bijdrage te leveren aan een positieve en gezonde toekomst van de senioren.



Christa Thier

Eddy Oude Wesselink



Hans Wesselink AGF

**Jo LELOUX**  
 OUDERWETS VAKMANSCHAP IN EEN MODERN JASJE  
 SINDS 1927  
 DE SPECIALIST MET TOPMERKEN ALS IDWORX,  
 GAASTRA, RIH, AZOR EN VELE ANDERE  
 INFO@JOLELOUX.NL ONAFSTRAAK 7907BJ ALMELO 0546-538090

**Tweewielers**

# Alex' BLOEMKADO

Ook voor Rouw en Trouw  
 Bornsestraat 89—91 Almelo  
 Tel. 0546—813838

**BINNENKORT JARIG OF  
 GEEF JE EEN FEESTJE?**

MAAK JE DAG COMPLEET MET ONZE  
 FEESTELIJKE HAPJESSCHAAL

**22,50**

50 KIPHAPJES  
 INCLUSIEF ONZE  
 BEFAAMDE 'KIPPELING',  
 GLUTENVRIJ EN  
 ALTIJD OP VOORRAAD!

**Ten Velde**  
*jeen pastier*

POELIERTENVELDE.NL



Heeft u dit SeniorenJournaal meegenomen van een leestafel?  
 Prima, daar liggen ze voor.  
 Misschien is het een idee om lid te worden van één van de Almelse ouderenverenigingen (KBO, OVA, PCOB)?

Voor een paar tientjes per jaar kunt u dan meedoen aan allerlei activiteiten, u helpt mee om de belangen van ouderen voor het voetlicht te brengen en u krijgt het SeniorenJournaal gratis thuisbezorgd.



# Wist u dat...



## Avedan weer start met cursussen...

### Samen Online computer-, tablet- en iPadcursus start op

**24 september a.s.**

Avedan start op 24 september a.s. weer met nieuwe cursussen van Samen Online. Gedurende zes weken nemen vier ROC studenten, van de sector ICT, maximaal tien senioren aan de hand mee op ontdekkingsreis langs de mogelijkheden van de laptop, tablet of iPad en het internet.

De kosten zijn € 36,- voor 12 lessen, dat is € 3,- per les, inclusief koffie/thee en het lesboek. De cursussen zijn twee keer per week, op dinsdag- en vrijdagochtend van 9.30-11.30 uur.

De cursussen worden gegeven bij ROC locatie De Sumpel in de Windmolenbroek. U heeft voor de cursussen een eigen tablet, iPad of laptop nodig om te kunnen deelnemen. Het zijn cursussen voor beginners en bedoeld voor senioren. Heeft u interesse geef u dan z.s.m. op (uiterlijk 17 september).

Voor meer informatie en opgave kunt u contact opnemen met Avedan, telefoon (0546) 544 100.

**avedan**  
samen verder

## Infomarkt voor senioren



Zaterdag 28 september.

### **Infomarkt voor senioren: leef het leven maar wees voorbereid op verandering.**

Ouderen willen graag een prettig leven met zelfstandigheid en een goede woonplek. Ook als de behoefte aan zorg toeneemt. Maar wanneer gaan we daarover nadenken? Zorg ervoor dat u niet te laat bent, praat er over, wees voorbereid, haal informatie op de Infomarkt.

Zaterdag 28 september 2024 organiseert de COSBO op de Koornmarkt de jaarlijkse Infomarkt voor senioren, van 11.00 uur tot 15.00 uur. De markt wordt geopend door wethouder Eugène van Mierlo.

Op de Koornmarkt komen kramen te staan, waar belangstellenden informatie kunnen krijgen van organisaties die betrokken zijn bij senioren. Het gaat dit jaar vooral over zelfstandig leven maar tegelijkertijd

voorbereid zijn op veranderingen. De markt sluit aan bij het landelijke initiatief van zorgorganisaties en rijksoverheid “Praat vandaag over morgen” en bij plaatselijke activiteiten onder de noemer “Senioren zelf aan zet”. De COSBO is zelf aanwezig met informatie over hoe COSBO helpt met wonen en zorg, mobiliteit en digitalisering. Een kopje koffie of thee is natuurlijk gratis, bij de COSBO-kraam.

*COSBO-werkgroep infomarkt voor senioren*

## Geslaagde zomerschool

Als u dit leest is ons "verenigingsseizoen" alweer gestart en kunnen we terugkijken op een zeer geslaagde Zomerschoolweek. Nogmaals dank aan de regiegroep van de OVA en de vele vrijwilligers van de diverse bonden en de vrijwilligers van het Huis van Katoen en Nu die dit mede mogelijk maakten. We kunnen terugkijken op een zeer geslaagde week, met name het bezoek aan het klooster in Denekamp trok veel belangstellenden (een volle bus met 75 senioren). Dank ook aan de instanties die deze week middels een financiële bijdrage steunden zoals Almelo Promotie en het project tegen eenzaamheid "Kom Erbij". Elders in dit SJ vindt u foto's.

### Bonus grootouders

Bonus grootouders in opkomst?, kinderen hebben vaak baat bij een goed contact met hun grootouders. Helaas hebben ze niet allemaal een opa of oma met wie ze een band kunnen opbouwen. In mijn vakantie las ik een artikel over het bestaan van bonusgrootouders, een aantal van hen vertelde in dit artikel over hun ervaringen. De volgende argumenten werden genoemd om bonusgrootouder te worden:

- Zelf geen opa en oma gehad en dat als gemis ervaren.
- Bijdragen aan een fijne herinnering

- die het kind heeft van de jeugd.
- Zelf geen kleinkinderen hebben of deze wonen in het buitenland.
- Leuke dingen doen met kleine kinderen.
- Luisterend oor willen zijn voor een kind dat ouders niet kunnen geven.
- Meer contacten en dus minder eenzaam
- Bonusgrootouder houdt in dat een gezin aan een oudere wordt gekoppeld die vervolgens de taak van opa of oma op zich neemt. Bonusgrootouder iets voor U?

### Bestuurlijke zaken:

Onze eerste bestuursvergadering na de vakantie is op 20 augustus, ik kan u als ik dit schrijf daar dan ook nog niets over vertellen. We gaan wel als bestuur de komende maanden leden benaderen voor een aantal openstaande vrijwilligersfuncties en komende vacatures in het bestuur. Wilt u een keer als lid een bestuursvergadering bijwonen, dat kan, wel graag vooraf afstemmen met het secretariaat.

*Henk Snoeijer, Voorzitter OVA*

### Ledenmutaties OVA



*Nieuw lid:*

De heer Fonts; Mevr. Stam; Dhr. Wiegman; Dhr. en mevr. Germs; Mevr. Tatipata; Mevr. Hansen

*Overleden:*

Mevr. Bijker - de Boer

## Vanuit de Cosbo



Vanaf 1 augustus heeft ondergetekende het stokje weer van Ben ter Haar overgenomen als interim voorzitter van de COSBO.

Als u dit leest zijn de scholen weer begonnen, activiteiten voor ouderen als de Zomerschool (ook dit jaar weer een groot succes) en de Almelose fietsvierdaagse zijn achter de rug en proberen we als seniorenorganisaties het "normale" verenigingsleven weer op te pakken.

### **Plan Westerdok:**

In juli hebben wij als COSBO/Platform een uitnodiging gehad van de gemeente Almelo voor een informatiebijeenkomst over het Stedenbouwkundig Plan voor het Westerdok.

Tijdens deze bijeenkomst wilde de gemeente graag met diverse groeperingen in de stad en wijkbewoners/omwonenden van gedachten wisselen over de eerste plannen hieromtrent (onder andere aan de hand van een werkmaquette), ook ons als ouderenverenigingen is gevraagd een eerste reactie te geven en met ideeën te komen.

De onderdelen die tijdens deze bijeenkomst passeerden waren het Kanaalpark, Mobiliteit in de wijk en dus de eerder genoemde Maquette.

*Kanaalpark:* ziet er goed uit, het kanaal dat uit de stad komt, verbonden met het Nordhorn kanaal, wordt een soort wandelgebied met veel beplanting en mogelijkheden voor recreatie.( een soort park langs het water).

*Mobiliteit:* De verkeersstromen in de wijk worden anders en er volgens de aanwezige omwonenden niet beter op t.a.v. het wijkverkeer (zou meer sluipverkeer komen). T.a.v. de nieuwbouw komt er weinig parkeerruimte (slechts 1 parkeerplaats per woonunit), bezoekers worden geacht hun auto's buiten de wijk te plaatsen in de parkeergarage bij het station (er komt daar wel een brug over het kanaal). Er komt wel een verbeterde looproute van station naar binnenstad. We hebben aangegeven dat voor ons als ouderen parkeerruimte en parkeermogelijkheden voor bezoek belangrijk zijn.



*Maquette/Nieuwbouw:* De verhouding sociale huur en andere bouw is nog niet duidelijk. Ook is er nog geen duidelijkheid over eventuele winkels (supermarkt) en zorgvoorzieningen (arts/apotheek) in de (nieuwe) wijk (wel belangrijk voor senioren). Er komt ook hoogbouw in de wijk (denk aan de hoogte Javatoren). Voor de Javatoren zelf moet een andere bestemming gezocht worden (geen wonen in ieder geval). Ondanks de nieuwbouw moet het karakter van de oude wijk Westerdok zoveel mogelijk intact blijven, aldus de gemeente. Op de geplande hoogbouw bij de haven was veel commentaar (o.a. van omwonenden). De verhouding tussen de diverse bouwvormen zijn dus nog niet duidelijk, dit geldt ook voor specifieke seniorenhuisvesting. (wel belangrijk voor onze doelgroep). Het zijn allemaal voorgenomen plannen, de bouw start echter niet eerder dan in 2026-2028.

### **Zorgmarkt Schelfhorst:**

Op 6 september vanaf 16.00 uur wordt er bij het winkelcentrum De Schelfhorst een Zorgmarkt gehouden. De COSBO werkt aan deze Zorgmarkt mee met een eigen kraam om onze seniorenorganisaties te promoten. Ook is er een presentatie van Eddy Oude Wes-

selink die, namens de COSBO, het plan/project "Senioren zelf aan zet, praat vandaag over morgen" presenteert. Er zal een interactie zijn met de belangstellenden. U bent uiteraard van harte welkom. Meer over dit project leest u elders in dit SJ in een interview van de redactie met Eddy Oude Wesselink.

**Infomarkt senioren:** Op 28 september organiseert de COSBO weer de jaarlijkse Infomarkt Senioren op de Koornmarkt, zie ook elders in dit SJ.

*Henk Snoeijer,  
Interim voorzitter COSBO,  
voorzitter OVA*



Zorgboerderij

# 't Klein Wierke

Dagbesteding voor volwassenen



*Meedoen, meebeleven, meegenieten*

Pastoor Ossestraat 48 | 7627 PM Bornerbroek | E-mail: [info@wierke.nl](mailto:info@wierke.nl) | Tel.: 0546 - 823 011 | Mob.: 06 128 25 917



## Samen voor persoonlijke zorg



Doelmatige revalidatie

Wijkverpleging bij u thuis

Verpleeghuiszorg op maat

Kijk voor alle mogelijkheden op:  
[www.triviummeulenbeltzorg.nl](http://www.triviummeulenbeltzorg.nl)

Of bel met  
0900 - 2 453 453

## Gratis uw verkeerskennis opfrissen

Veilig Verkeer Nederland (VVN) organiseert, in samenwerking met de gemeente Almelo, een opfriscursus voor senioren van 65 jaar en ouder van de gemeente Almelo. In de afgelopen jaren is het weggebruik flink veranderd. Zo maken nieuwe typen vervoersmiddelen zoals de e-bike gebruik van de weg, zijn er nieuwe verkeersregels gekomen en zijn verkeerssituaties ingewikkelder geworden. Denk daarbij aan kruispunten, turbotorondes, spitsstroken, nieuwe belijningen enz. Senioren worden onder leiding van een gecertificeerde voorlichter van VVN bijgepraat over de nieuwste ontwikkelingen, waardoor senioren langer mobiel blijven en ook in de toekomst veilig aan het verkeer kunnen deelnemen. Er is alle ruimte om vragen te stellen en eigen ervaringen in te brengen. De cursus wordt uitgevoerd op verzoek van de gemeente Ommen en vindt plaats op: **donderdag 3 oktober 2024 van 10.00 tot 12.00 uur en op donderdag 17 oktober 2024 van 10.00 tot 12.00 uur in Wijkcentrum De Schelf, Binnenhof 51, 7604 KV in Almelo.**

### VVN Opfriscursus Auto

Deze cursus bestaat uit twee leerzame en leuke bijeenkomsten van maximaal 2 uur. Samen met andere deelnemers frissen automobilisten de verkeerskennis op. Aanvullend is het mogelijk een praktijkrit te doen in de eigen auto en advies te ontvangen over de rijstijl. Deelname aan de VVN Opfriscursus Auto is niet verplicht en het is geen examen. Wel verbeteren deelnemers de kennis over de verkeersregels en krijgen zij inzicht in het eigen verkeersgedrag. Is uw verkeerskennis nog up-to-date? Doe de gratis online VVN Opfriscursus via [vvn.nl/opfriscursus](https://vvn.nl/opfriscursus).

### Aanmelden

Vanwege de grote belangstelling en beperkte capaciteit adviseert VVN u direct aan te melden via de website [vvn.nl/opfriscursussen](https://vvn.nl/opfriscursussen) of door een e-mail te sturen naar [steunpuntoost@vvn.nl](mailto:steunpuntoost@vvn.nl) o.v.v. VVN Opfriscursus Almelo. Vermeld in de e-mail uw naam, adresgegevens, geboortjaar en telefoonnummer. Bel voor meer informatie naar: 088 - 524 89 20.

**Almelo**  
**Sociaal**



Wat is er de afgelopen periode veel gebeurd, met als afsluiting de Olympische Spelen. Wat hebben de Nederlandse sporters het goed gedaan. Hier wil ik het bij laten om niet in herhaling te vallen. Iedereen heeft het kunnen volgen.

Wij als PCOB hebben de afgelopen periode ook een marathon gelopen, waarbij zelfkennis van onze afdelingen tot een goed resultaat heeft geleid.

Belangrijk om te weten is enige - of misschien - veel zelfkennis. Zelfkennis komt vooral om de hoek kijken als je in gesprekken geconfronteerd wordt met situaties en/of opmerkingen die om jouw reactie vragen. Heb je onmiddellijk een antwoord of een oplossing of neem je enige bedenktijd. Heel vaak is een beetje terughoudendheid best op z'n plaats. Hierover heeft Paulo Coelho het volgende verhaaltje geschreven.

### Het verhaal van het potlood:

"Een jongetje keek naar zijn oma die een brief aan het schrijven was. Op een gegeven moment vroeg hij: Oma, schrijf je een verhaaltje over wat wij

samen hebben meegemaakt? Of schrijf je misschien een verhaaltje over mij? Zijn oma stopte met haar brief, glimlachte, en zei: Ik schrijf inderdaad over jou. Maar belangrijker dan de woordjes die ik schrijf, is het potlood waarmee ik schrijf.

Ik zou willen dat je later, als je groot bent, net zoals dit potlood wordt. Het jongetje keek nieuwsgierig naar het potlood, maar kon niets bijzonders ontdekken. Maar het is gewoon maar een potlood! Het is maar hoe je ernaar kijkt. Het potlood heeft vijf bijzondere dingen die jou - maar dan moet je ze wel onthouden - tot iemand zullen maken die altijd in vrede met de wereld zal leven...

Ten eerste: Je zult misschien grootse daden verrichten, maar je mag nooit vergeten dat er een hand is die jou leidt. Deze hand noemen we God, en hij zal je altijd leiden volgens zijn wil.

Ten tweede: Af en toe moet je stoppen met schrijven, om de punt te slijpen. Daardoor heeft



het potlood een beetje pijn, maar het wordt er wel scherper van. Dus moet je wat pijn kunnen verdragen, het maakt je tot een beter mens.

Ten derde: Als je met een potlood schrijft, kun je altijd uitgummen wat je fout schreef. De les is dat corrigeren wat we gedaan hebben niet slecht is, maar belangrijk, om rechtvaardig door het leven te kunnen gaan.

Ten vierde: Het belangrijkste van het potlood is niet het hout of de buitenkant, maar het grafiet dat erin zit. Dus wees steeds bezorgd om wat er binnen in je gebeurt.

Ten slotte, het vijfde wat een potlood bijzonder maakt: het laat altijd een spoor achter. Besef goed dat alles wat je in je leven doet, sporen zal achterlaten en probeer je daar bewust van te zijn”.

Zelfkennis was en is ook nodig in de fusie van ANBO-PCOB. Wie ben je en wat wil zijn in deze tijd en in de toekomst. Beide organisaties hebben elkaar de ruimte gegeven om de eigenheid/identiteit te respecteren en te behouden, maar ook elkaar de ruimte te geven voor samen de toekomst in te kijken en te bedenken wat is nodig voor de senioren.

*Rits van der Woude*

## **Boottocht 19 juni 2024:**

### **Varen op de Vecht**

Woensdagmiddag 19 juni was het zover. Verzamelen om 12.45 uur bij de Pniëlkerk. Hier hebben we ons over 8 auto's verdeeld. En toen ging het via de N36 naar Sluis De Koppel in Hardenberg. Na een kwartiertje wachten kwam Le Bateau de Napoleon aanvaren. Dus allemaal aan boord. Onze schipper Gert heette ons allemaal welkom en vertelde dat we richting Diffelen gingen varen. Ook is er goed voor de inwendige mens



gezorgd met 3 x een Napoleonbox met noten en lekker gekoelde drankjes.



We hebben genoten van de uiterwaarden met zijn prachtige veldbloemen en grazige weiden van het Vechtdal.



Oog in oog met een koe, weide- en watervogels. Er is zoveel moois aan de oevers van de Vecht. Schipper Gert maakte het plaatje compleet. Zijn uitleg over de omgeving en zijn vrolijke anekdotes zorgden ervoor dat we veel hebben gelachen. We hebben gevaren tot aan de sluis in Diffelen, daar gedraaid en weer terug naar sluis De Koppel in Hardenberg waar we omstreeks vijf uur weer terug waren. Dan allemaal weer in de auto en terug naar de Pniëlkerk in Almelo. Het was weer een prachtige middag met mooi weer en we hebben volop genoten.



*Stieny van der Woude*

## Ledenmiddag 12 september 2024:

Wij starten ons seizoen 2024/2025 met een barbecue.  
Alle leden zijn hierover al geïnformeerd per brief c.q. mail.  
Op de bekende plaats bij de Pnielkerk om 15.00 uur.

## Voortgang ANBO-PCOB:

Zoals jullie vast al gezien hebben is magazine nu voorzien van een nieuw logo:

ANBO – PCOB

Tijdens het opmaken van dit schrijven is nog niet alles bekend.

## Verdere activiteiten in 2024:

Oktober	FUN IT FIT
November	Op bezoek bij Wethouder van Mierlo
December	Adventsviering

## Ledenmutaties PCOB:

**Nieuwe leden:** Mevr. J. Depenbrock; Mevr. M. Slamp

Wij heten deze dames van harte welkom en hopen dat zij zich spoedig thuis zullen voelen.

*Namens het bestuur,*

*Jan Nijmeijer, secretaris*





# Senio-

## U ZEGT HET MAAR

Erve Beeklust verzorgt complete en gerichte diners, geheel aangepast op uw wensen. Zo kunt u bij ons terecht voor alle mogelijke familiale aangelegenheden, zoals een familiefeest met buffet, een bruiloft met diner en live muziek, of een condoleance. Voorafgaand aan uw komst maken wij op locatie met u een afspraak. Op deze manier kunnen wij uw wensen doormerken en een arrangement op maat voor u samenstellen.

Meer informatie of reserveren? bel 0546 - 810 137 of mail naar [info@beeklust.nl](mailto:info@beeklust.nl)

**ERVE BEEKLUST**  
Een gezellige en knusse party boerderij

**ADRES**  
Ledeboerslaan 1  
2606 HS Alfacio

**CONTACT**  
T (0546) 810 137  
E [info@beeklust.nl](mailto:info@beeklust.nl)

**ONLINE**  
F Facebook/ Beeklust  
W [www.beeklust.nl](http://www.beeklust.nl)



**OPENINGSTIJDEN**

Maandag: 13.00 - 17.30u  
 Di/t/m vrij: 09.00 - 17.30u  
 Zaterdag: 10.00 - 16.00u  
 Zondag: Gesloten

**mango** hulpmiddelen & mobiliteit

Einsteinstraat 8a, Almelo  
 T. 0546 - 45 32 96  
[WWW.MANGOMOBILITY.NL](http://WWW.MANGOMOBILITY.NL)

Scootmobielen • Rollators • Rolstoelen • In-home hulpmiddelen

# Contact

met de Almelose ouderenorganisatie

---

## **COSBO**

p/a Almelo Sociaal, Boddenstraat 3, 7607 BL Almelo Tel.: 06-42755498  
Mail: [cosbo@almelosociaal.nl](mailto:cosbo@almelosociaal.nl) [www.cosboalmelo.nl](http://www.cosboalmelo.nl)

## **KBO**

Ria van Wijk, De Condor 25, 7609 HA Almelo  
Tel.: 0546 - 828164 Mail: [riavanwijk58@gmail.com](mailto:riavanwijk58@gmail.com)  
[www.kbo-overijssel.nl/afdelingen](http://www.kbo-overijssel.nl/afdelingen) (kies Almelo)  
Bankrekening: NL28 RABO 0102 1697 48

## **OVA**

Janny Middelkamp, Ootmarsumsestraat 513, 7603 NM  
Tel: 0546 851580 Mail: [secretariaat@ouderenverenigingalmelo.nl](mailto:secretariaat@ouderenverenigingalmelo.nl)  
[www.ouderenverenigingalmelo.nl](http://www.ouderenverenigingalmelo.nl)  
Bankrekening: NL17 RABO 0192 0023 25

## **PCOB**

Jan Nijmeijer, Aletta Jacobsstraat 176, 7607 SH Almelo  
Tel : 06-22586248 Mail : [jnijmeijer43@gmail.com](mailto:jnijmeijer43@gmail.com)  
[www.pcob.nl/uw-afdeling/almelo](http://www.pcob.nl/uw-afdeling/almelo)  
Bankrekening: NL22 RABO 0368 8441 96

**Meer weten over lidmaatschap, contributie, banknummers, adressen  
rijbewijskeuringen enzovoort:**

Neem contact op met het secretariaat van uw ouderenorganisatie.

**Contact SeniorenJournaal: [seniorenjournaal@gmail.com](mailto:seniorenjournaal@gmail.com)**



## KBO vrijwilligersmiddag zeer geslaagd

Donderdag 18 juli kwam een groot aantal KBO leden naar Landgoed het Rheins in Enter voor de jaarlijkse vrijwilligersdag. Na koffie met iets lekkers werden de krachten gemeten op de prachtige midgetgolfbaan. De weergoden waren ons gunstig gezind en op het gezellige terras maakte Tonny Frazer onder het genot van een drankje de winnaars van het golfen bekend. Bij de dames kwam Miny Vogelzang en bij de heren Gerard Mulder als beste uit de bus.

Voorafgaand aan een heerlijk buffet werden enkele leden bedankt met lovende woorden van voorzitter Fons Lucas voor hun inzet voor de KBO. Met name werden hierbij Harrie en Giny Lucas genoemd en geroemd! Beiden waren vele jaren op allerlei gebied zeer actief voor de KBO, o.a. als bezorger van het Senioren/Journaal en het tot stand komen van diverse werkgroepen. Harrie maakte ook 9 jaar lang deel uit van het bestuur. Als waardering voor dit alles werd hen door de voorzitter een geschenkbond en bloemen aangeboden. Dit werd ondersteund met een daverend applaus van de aanwezige vrijwilligers!

*Verslag van Fons Lucas met foto's van Joseph Lenferink.*



## Fietsgroep KBO gaat elke woensdag eropuit!

Reeds in de maand mei heeft de KBO fietsgroep de draad van dit seizoen alweer opgepakt. Uitzonderd op een enkele regendag na trekt de groep er wekelijks op uit. Na een aantal mooie middagtochten werd een prachtige dagtocht gemaakt naar de Holterberg met een heerlijke lunch op het zonnige terras van restaurant De Oale Stea. De heideroute van deze dagtocht viel ook erg in de smaak!

Dit jaar zijn er ook weer nieuwe routes in het programma opgenomen die door de deelnemers beurtelings zelf worden uitgezet!

Voor zover mogelijk fietst er altijd een gediplomeerd EHBO'er mee! Vanwege de veiligheid hanteert de fietsgroep voortaan een maximaal aantal deelnemers van 12 personen. Nieuwe leden zijn welkom, maar komen wel eerst op de reservelijst te staan.

Belangstellenden kunnen zich voor nadere informatie wenden tot; *Herman Veldman* 06 17406363 of *Fons Lucas* (coördinator) 06 46438688.



Voor aankondiging activiteiten:

Oktober: Zorg middag in Huize Friso op dinsdag 22 oktober. Noteer alvast de datum

November: Een verkeersquiz "hoe zat het ook alweer"  
Tijd en plaats volgen nog

November: Sinterklaas bingo.

---

### Ledenmutaties KBO:

**Overleden:** Mw. T.H. van Meijgaarden-Heijnen; Dhr. G.J. Pezy; Dhr. .H.R.J. Benschop; Mw. A.B.J. Verver-Geerink. En dan Mw. H.M. Hoffman-Hergers. Zij was jarenlang een trouwe bezorgster van het Senioren Journaal. Vanwege haar gezondheid moest ze helaas hiermee ophouden. Tijdens de bijeenkomst voor onze vrijwilligers zouden wij afscheid van haar nemen. Helaas is zij 3 weken voortijdig overleden. Wij willen haar dank zeggen voor haar inzet en wensen de familie alle sterkte. Ria, dat je moge rusten in vrede.

---

## Tevreden deelnemers aan Fiets4daagse

Van 13 tot en met 16 augustus werd de 74<sup>e</sup> Twentse Fiets4daagse gehouden. Ook dit jaar waren er weer routes uitgezet naar vier verschillende delen in Twente. "Wat een prachtige routes" en "we hebben opnieuw plekjes in Twente ontdekt waar we nog nooit eerder geweest waren", vertelden verschillende deelnemers die mee deden aan de Fiets4daagse die vanaf het Theaterhotel van start ging. Almelo Events verzorgt al jaren de organisatie van dit evenement.

De werkgroep onder leiding van Jos Tornij overlegt al zeker een half jaar van te voren het een en ander. Zoals welke routes ze zullen uitzetten en wat de deelnemers als aandenken mee krijgen als ze de 4daagse volbracht hebben en nog veel meer. Ook dit jaar waren de routes van 30, 45 en 65 kilometer allemaal met pijlen aangegeven. Daarnaast kreeg iedereen ook een papieren route mee.

Ben Milder is sinds twee jaar lid van de werkgroep en heeft zich met de routes bezig gehouden en met de horecagelegenheden die als stempelpost kunnen fungeren. Dat dit nog een hele puzzel kan zijn heeft hij ondervonden. Uiteindelijk is het allemaal gelukt en konden de fietsers rekenen op een kop koffie met wat lekkers en gebruik maken van een sanitaire stop. Ben heeft vrijwel alle routes op zijn fiets verkend. Het was fijn voor ieder-

een, maar vooral voor hem, dat de fietsers zo lovend waren nadien.

De attentie na afloop was deze keer een soort van kaas/worst plankje met logo Almelo Events erop. Deze plankjes waren gemaakt door de bezoekers van zorgboerderij de Piet in Enter. Naast het plankje waren er ook worsten en een mesje beschikbaar gesteld. Een lekkere appel en een koekreep kregen de deelnemers mee voor onderweg.

De routes gingen deze keer richting Sibculo, Markelo, Bentelo en Ootmarsum. Het was jammer dat de eerste dag de temperatuur boven de 35 graden kwam, waardoor er toch wel deelnemers afzagen van de fietstocht. Ook de laatste dag lieten vanwege de regenbuien meerdere fietsers het afweten. Op donderdag daarentegen meldden zich zeker 100 extra enthousiastelingen aan, die besloten om één of twee dagen mee te doen.

De groep kinderen is niet echt groot, maar die er waren konden rekenen op de nodige aandacht en spelactiviteiten, zoals een kleurplaat kleuren, een cupcake versieren e.d. Ze kregen na afloop een goody bag met allerlei leuke speeltjes. Ook dit jaar was er weer een fotopuzzel gemaakt, waar een groot aantal deelnemers aan mee deed. Na afloop vielen drie van hen in de prijzen.

Op twee grote bordes konden de fietsers middels een prikkertje aangeven waar ze vandaan komen. Het

merendeel was uit Almelo afkomstig, maar daarnaast waren er toch vanuit het hele land en ook Duitsland deelnemers aan de Twentse Fiets4daagse naar Almelo gekomen. Op donderdagavond was er de traditionele zadelpijnparty, met een heerlijk buffet en gezellige live muziek en deze keer een bingo met leuke prijzen. Iedereen kan terug kijken op een geslaagd evenement. Van dinsdag 5 augustus tot en met vrijdag 8 augustus wordt de 75<sup>e</sup> editie van de Twentse Fiets4daagse gehouden. "Dat wordt een speciale editie en we zitten nu al te broeden wat we de deelnemers als extra attentie gaan mee geven", laat Jos Tornij weten.

*Marion Wesselink*





# Ondersteuning die bij jou past

Bijon werken as 1  
(WIJK) VERZORGENDE OF  
VERPLEEGKUNDIGE

Kijk op  
[www.werkenbijcarintreggeland.nl](http://www.werkenbijcarintreggeland.nl)

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.

088 367 70 00 (lokaal tarief)  
[www.carintreggeland.nl](http://www.carintreggeland.nl)

#### WIJ BIEDEN

##### Verpleeghuiszorg:

- De Elshof
- De Weijdehof
- Eugeria
- Hoog Schuilenburg
- Titus Brandsmahof

##### Dagbegeleiding:

- Titus Brandsmahof
- De Wingerd (in Eugeria)

##### Tijdelijk verblijf:

- Eugeria
- Hoog Schuilenburg

##### Revalidatie:

- Eugeria

##### Hospice:

- Hoog Schuilenburg
- Daarnaast bieden wij:
- Wijkverpleging
- Thuisbegeleiding
- Casemanagement dementie
- De Ledenservice

waardevol *leven*

Al 30 jaar uw  
uitvaartverzorgers.

Betrouwbaar,  
integer,  
open en  
transparant.



Dag en nacht bereikbaar  
0546-443264



# Vacaturebank

Op deze plaats vindt u steeds de openstaande vacatures voor vrijwilligers bij de Almelose ouderenbonden en bij de Stichting COSBO.

Bij de **KBO** wordt gezocht naar:

- *Een secretaris*

Meer informatie bij de huidige secretaris mw. Ria van Wijk, tel. 0546-828164 of mail [riavanwijk58@gmail.com](mailto:riavanwijk58@gmail.com).

- *Een penningmeester*

Voor informatie kunt u contact opnemen met de huidige penningmeester T. Frazer. Tel. 0546-861726 of per mail [tonfra38@outlook.com](mailto:tonfra38@outlook.com).

- *Algemene bestuursleden*

Informatie bij de voorzitter van de KBO de heer Fons Lucas tel. 06-46438688 of per mail [fonslucas49@gmail.com](mailto:fonslucas49@gmail.com).

- *Reservebezorgers KBO-ONS-Magazine en SeniorenJournaal.*

Informatie bij Toni Vogelgsang, tel. 06-54336802.

- *Medewerkers activiteiten:*

Neem contact op met Miny Vogelgsang: [minyvogelgsang@gmail.com](mailto:minyvogelgsang@gmail.com) of 06-42755498.

*Overigens zijn bij alle Almelose ouderenorganisaties KBO, OVA en PCOB vrijwilligers van harte welkom. U kunt zich melden voor informatie bij de contactpersonen, zie de contactpagina.*

# SeniorenJournaal - 2024, 10e jaargang, nummer 7

## Redactie SeniorenJournaal

**Jannie Vleerbos**  
*Coördinator*

**Arend Middelkamp**  
*Penningmeester*

**Marion Wesselink**  
*Redacteur*

**Truus Platenkamp**  
*notulist, opmaak*

**Peter van der Molen**  
*Redacteur*

**Rits van der Woude**  
*Redacteur*

*De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden kopij aan te passen dan wel niet te plaatsen.*

**Algemeen contactadres:**  
seniorenjournaal@gmail.com

**Inleveren kopij voor het volgende nummer:**  
**uiterlijk 13 september**

**Bezorgdatum volgende nummer:**  
rond het weekend van 29 september

**Internet:** Het SeniorenJournaal is ook te lezen op internet: [www.cosboalmelo.nl/seniorenjournaal](http://www.cosboalmelo.nl/seniorenjournaal)

**Het SeniorenJournaal** wordt uitgegeven door de Stichting COSBO, i.s.m. de redactie SeniorenJournaal.

**Drukwerk:** Microform Almelo

**Depot:** Toni Vogelgsang

**Kopij:** [Truussj@gmail.com](mailto:Truussj@gmail.com)

## DE COMFORTSCHOENEN SPECIALIST

met gediplomeerd personeel in de winkel

Vele merken met uitneembaar voetbed en diverse wijdtematen

durea



wald auter

HELIOFORM

solidus

Xsensib



**Gert de Olde**  
schoenen

[www.gertdeschoenen.nl](http://www.gertdeschoenen.nl)

tel: 0546 812005  
Umscheid 57, Almelo



## U KUNT BIJ ONS TERECHT VOOR

- Fysiotherapie
- Fysiofitness
- Manuele Therapie
- Psychosomatische Fysiotherapie
- Oedeemtherapie
- Oncologische Fysiotherapie
- Geriatrische Fysiotherapie
- MSU Echografie
- Shockwave Therapie

Het Schol 26, 7608 DR Almelo | 0546 - 860 528 | [www.fysiohetschol.nl](http://www.fysiohetschol.nl)

## Benieuwd wat uw huis waard is?



Heeft u verhuisplannen en wilt u graag weten wat uw woning waard is? Wij komen graag eens geheel vrijblijvend bij u langs. Als u voor de koffie zorgt, nemen wij iets lekkers mee. Uiteraard kunnen wij u ook van dienst zijn bij de aankoop van uw volgende (levensloopbestendige) woning of appartement.

Bel ons voor een persoonlijke afspraak:



(0546) 57 12 72

Wie de nse straat 138 | Almelo  
[www.plaggemarsmakelaars.nl](http://www.plaggemarsmakelaars.nl)



# Elke euro die je spaart is 1.50 waard!

**Dat doet geen enkele supermarkt ons na.**

Wist je dat PLUSpunten het meest winstgevende spaarsysteem van Nederland is? Iedere euro die je bij PLUS spaart, is maar liefst € 1.50 waard.

Bij elke euro aan boodschappen\* koop je voor 2 cent een PLUSpunt. Met 200 PLUSpunten is je spaarkaart vol (kosten € 4,-). Lever je volle spaarkaart in en ontvang € 6,- contant. Zo heb je supersnel euro's verdiend! Dat doet geen enkele supermarkt ons na.



Openingstijden: ma - woe 08.00-20.00 don-zat 08.00-21.00 zon. 10.00-18.00

[plus.nl](http://plus.nl)

 **PLUS Schuldink** / Eskerplein 11 // Almelo // T: 0546492858