

Senioren *Journal*aal



VOOR EN DOOR OUDEREN IN ALMELO
2023, 9e jaargang, nr. 2

Vragen over **geld**, zorg, Wmo of **wonen**? Onze vrijwilligers staan voor u klaar!

Wij helpen **100% gratis**

Bel voor een **afpraak** ma t/m do 9-16 u, vrij 9-12 u



Onze inloopsprekuren:

maandag, dinsdag, vrijdag: 9.30 - 11.30 uur

Beltegoed op? Mail ons of app via 06-17872297

Boddenstraat 3 Almelo | tel. 0546 45 69 09 | www.almelosociaal.nl | info@almelosociaal.nl |



Puur Persoonlijk

24/7 bereikbaar | www.wiessandersuitvaart.nl M 06 221-639 53

Voorwoord

van de redactie

We worden ouder maar dat betekent niet dat we stilstaan. De meesten van ons blijven graag bij de tijd met krant, radio en tv, websites, Facebook en misschien ook wel met podcasts, Twitter, Instagram en TikTok. Er is voortdurend iets nieuws wat we al of niet kunnen raadplegen en gebruiken.

Recentelijk hebben we veel kunnen lezen over ChatGPT. Dat is een programma dat werkt met 'kunstmatige intelligentie'. Je kunt een opdracht geven of een vraag stellen en ChatGPT schrijft direct een verhaal daarover. Een uitkomst voor sommige scholieren en studenten....

Ik heb het ook eens geprobeerd en heb ingetikt: *Schrijf in maximaal 60 woorden over senioren in Almelo*. Het resultaat: "In Almelo is er steeds meer aandacht voor de leefomgeving van senioren. Een nieuw project richt zich specifiek op deze groep en biedt hen hulp bij dagelijkse activiteiten en de mogelijkheid om deel te nemen aan gemeenschapsactiviteiten. Hierdoor hopen ze de kwaliteit van leven voor senioren in Almelo te verbeteren en hen te verbinden met anderen".

Tja... het zal wel, maar er staat niet bij wat dan dat nieuwe project zou zijn.

Nog een poging, over een bekend tijdschrift: *Schrijf over het SeniorenJournaal Almelo*. Resultaat van ChatGPT: "Het SeniorenJournaal Almelo is een initiatief gericht op senioren in de regio. Het doel is om hen op de hoogte te houden van nieuws en activiteiten die specifiek voor hen relevant zijn. Het journaal biedt ook de mogelijkheid om deel te nemen aan verschillende activiteiten en andere senioren te ontmoeten. Het SeniorenJournaal Almelo is een uitstekend middel om de leefomgeving van senioren te verbeteren en hen te verbinden met anderen".

Ik had het niet beter kunnen zeggen... Hoewel.. het is nog wel een erg algemeen verhaal met die kunstmatige intelligentie. Ik zou zeggen: bekijk dit SeniorenJournaal met uw eigen intelligentie en geniet van de teksten die door mensen zijn geschreven.

Veel leesplezier gewenst!

Roel Dragt

Wij denken graag met u mee!

Nú voor
€ 10.250,-

GRANDO
BADKAMERS

Betaalbaar badkamerdesign.

“Wij helpen u graag met een advies op maat.”

Jan Wolterink, ondernemer Grando Almelo
Woonboulevard 24, tel.: 0546-538077, grando.nl/almelo

 CSW-merk

*Vraag naar de voorwaarden



Voorpagina: orchidee

Inhoud

- 4 Activiteiten
- 6 Film
- 8 Reanimatie
- 11 De Hobbydoos
- 12 Niets nieuws onder de zon
- 14 Vanuit de COSBO
- 17 Lekker slapen.. en gezond weer op
- 18 Joseph Lenferink
- 21 Contactpagina
- 23 Winters van aleer
- 24 Op de thee
- 25 Vacaturebank
- 27 Zorgtechnologie TMZ
- 28 KBO
- 33 OVA
- 36 PCOB
- 40 Colofon



Activiteiten

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

8 maart (en 6 april), Lunchen bij het ROC, OVA

Beste OVA-leden, op 8 maart en op 6 april a.s. gaan we weer lunchen in het ROC. Het begint om 12 uur en eindigt om ongeveer 13.45 uur. Kosten zijn € 7.50 exclusief drankje. Parkeren kan in de parkeergarage. Aanmelden z.s.m. bij ansardesch@gmail.com. Sluitingsdatum voor 8 maart is 1 maart en voor 6 april is 30 maart. Als je op de wachtlijst staat, vermeld dat dan, dan krijg je voorrang. Graag diëetwensen doorgeven bij aanmelding. Tot ziens bij het ROC, Ans en Louise

22 maart, St.Jozefdag 2023, KBO

Viering in het Karmelietenklooster te Zenderen. Zie verder pagina 31.

27 maart, Toafelproat met Heracles, OVA

Op 27 maart a.s. is er in Het Huis van Katoen en Nu van 14.00 tot 16.00 uur weer "Toafelproat met Heracles". "Toafelproat" is een activiteit van de OuderenVereniging Almelo (OVA), Heracles en Huis van Katoen en Nu.

Tijdens "Toafelproat", dat voornamelijk bedoeld is voor ouderen uit Almelo, praten we onder het genot van een kopje koffie of thee na over de wedstrijden van de afgelopen maand en alles wat er verder in onze club speelt.

Altijd een boeiende en gezellige middag. Schuif gerust aan: de entree is gratis, koffie en thee worden ter beschikking gesteld door de Vrienden van het Hookhoes.



29 maart, Jaarvergadering, PCOB

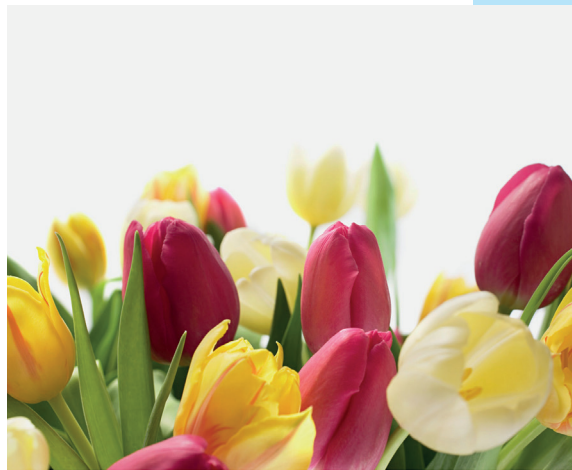
In de foyer van de Pniëlkerk, Rembrandtlaan 352. Zie verder pagina 38.

31 maart, Bloemschikken voor ouderen, OVA

Op vrijdag 31 maart a.s. is er in het Huis van Katoen en Nu weer een OVA-morgen. Met het oog op Pasen maken we onder creatieve begeleiding van Majorieke Schumer van Atelier Floramar een voorjaarsarrangement. Iedereen gaat met een prachtig bloemstuk naar huis.

De morgen met de workshop begint om 10.00 uur en duurt tot 12.00 uur, 's middags is de workshop van 14.00 – 16.00 uur. Natuurlijk is er koffie en thee. De bijdrage voor leden van de ouderenbonden is € 12,50, niet-leden betalen € 15,00. U kunt zich aanmelden, bij voorkeur via een mail, bij Hilly van Stuivenberg: hillyvanstuivenberg505@gmail.com. Tel.: 0647132442.

Aanmelden kan tot 25 maart, daarna krijgt u bericht van Hilly.



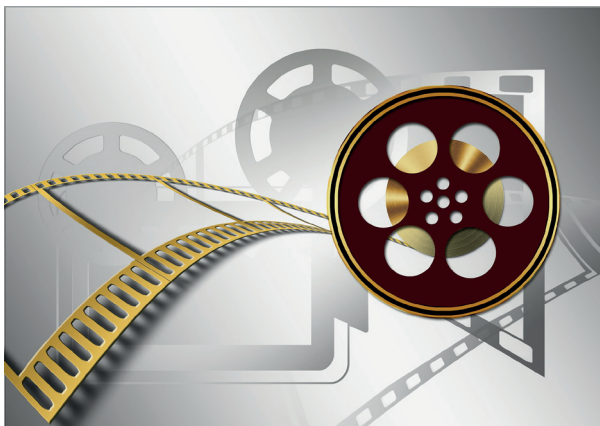
Activiteiten op vaste momenten:

KBO Koersbal: locatie Het Dok elke donderdag. Opgave of informatie hierover bij Herman Veldman 06 17406363.

KBO Spellenmiddag: locatie Het Dok elke woensdag.

FILMS

Het Filmhuis organiseert in samenwerking met COSBO filmvoorstellingen. Kaarten in losse verkoop € 9,00. Filmpashouders betalen € 6,00 (Filmpas € 15,00). Kaarten bestellen 0546-850264.
www.hof88.nl/films.



3 maart, 14.00 uur en 20.15 uur: Lost King - Stephen Frears

Gebaseerd op een waargebeurd verhaal. Na een bezoek aan de vertoning van het Shakespeare stuk 'King Richard', krijgt de altijd ongeziene Philippa Langley compassie voor de - in de geschiedenisboeken beschreven - barbaarse koning. In haar strijd naar gerechtigheid voor Koning Richard III, krijgt Phillipa een visioen over waar de restanten van het lichaam van de koning zich zouden bevinden, onder een parkeerplaats in Leicester.

5 maart, 14.00 uur: Onder het maaiveld - IVN

De film *Onder Het Maaiveld* maakt het ongeziene gezien. Naast de wereld boven de grond bevolkt door planten, insecten en vogels, maar vooral door mensen, bevindt zich een tweede wereld: een ondergrondse gemeenschap van wortels, larven, wormen, schimmels, bacteriën, amoeben en geleedpotigen. Zonder dat wemelende leven onder het maaiveld zou het bovengrondse leven helemaal niet bestaan.

8 maart, 20.15 uur: Armageddon Time - James Gray

Armageddon Time is een zeer persoonlijk coming-of-age-verhaal van de gerenommeerde filmmaker James Gray over de kracht van familiebanden en het najagen van de 'American Dream'. De sterrencast van de film bestaat onder meer uit Anthony Hopkins, Anne Hathaway en Jeremy Strong.

17 maart, 14.00 uur en 20.15 uur: Rose - Niels Arden Oplev

Ellen en haar man Vagn nemen Inger mee op een busreis naar Parijs. Inger is de zus van Ellen, is schizofreen en woont in een inrichting. Tijdens de trip maakt Inger geen geheim van haar conditie, maar niet alle medereizigers kunnen aanvankelijk haar ad remme, soms wat grofgebekte uitspraken waarderen. Eenmaal aangekomen in Parijs blijkt Inger een verborgen agenda te hebben. Maar ze weet geleidelijk aan iedereen voor zit te winnen en het wordt een hartverwarmende en memorabele reis.

22 maart, 20.15 uur: She said - Maria Schrader

Megan Twohey en Jodi Kantor, de twee journalisten van de New York Times die samen een van de belangrijkste verhalen van een generatie publiceerden. Een verhaal dat een decennialange stilte doorbrak over seksueel misbruik in Hollywood en de Amerikaanse cultuur voorgoed veranderd heeft. De film volgt journalisten en redacteurs die koste wat kost de waarheid boven tafel willen krijgen, maar belicht ook de moed van slachtoffers en getuigen die hun verhaal doen om een dader van structureel misbruik tegen te houden.

24 maart, 14.00 uur en 20.15 uur: Triangle of sadness - Ruben Ostlund

De modellen Carl en Yaya worden uitgenodigd voor een luxe cruise met aan boord een bont gezelschap aan rijke passagiers, waaronder een Russische oligarch, Britse wapenhandelaars en een eigenzinnige, alcoholische, Marx-citerende kapitein. In eerste instantie oogt alles als de perfecte Instagram-post, maar er is een hevige storm op komst. De cruise eindigt catastrofaal en het koppel strandt met een groep miljardairs en een schoonmaakster op een onbewoond eiland. In een strijd om te overleven wordt de hiërarchie volledig op zijn kop gezet.

31 maart, 14.00 uur en 20.15 uur: La nuit du 12 - Dominik Moll

De ambitieuze rechercheur Yohan Vivès krijgt in Grenoble de moordzaak van Clara op zijn bord. Van de dader is geen spoor en Vivès en zijn doorgewinterde partner Marceau komen niet tot een oplossing. Maar zij kunnen het mysterie rond Clara's dood niet loslaten. De film is gebaseerd op een bestaande cold case.



**ONTDEK
DE WERELD VAN
MANGO MOBILITY**



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

Scootmobielen • Rollators • Rolstoelen • In-home hulpmiddelen

Kennis maken met reanimatie

De OVA heeft een altijd een gevarieerd aanbod wat betreft activiteiten: cultureel, creatief en informatief. Vrijdag 27 januari was het de kennismaking met reanimatie.

Een twintigtal OVA-leden kreeg een uitgebreide voorlichting over reanimatie. Te beginnen met de reden waarom en wanneer er gereanimeerd kan worden.



In anderhalf uur tijd kregen wij een verkorte uitleg over wanneer en hoe te reanimeren. Op een pop werden de verschillende handelingen getoond en uitgelegd.

Nadat onze instructeur alle handelingen had getoond, werden OVA-leden uitgenodigd om het ook eens te proberen. Een paar stoere leden gingen er voor op hun knieën.



Onder meer bij een hartstilstand is een snelle reanimatie erg belangrijk. Hoe sneller de reanimatie, hoe groter de kans dat de patiënt het op een goede manier overleeft. Om slachtoffers van een hartstilstand binnen zes minuten te kunnen reanimeren, is er een reanimatie-oproepstelsel.

Er worden reanimatiecursussen georganiseerd en daarna zijn er vervolgcursussen om bij te blijven. Want dat is heel belangrijk: zorg dat je bij blijft als je eenmaal de cursus hebt gevolgd: je kunt levens redden.

Voor mij was de ochtend een eyeopener, ik had geen idee wat er allemaal komt kijken bij een reanimatie. In de week voor deze informatie werden een goede vriendin (62) en mijn buurman (80) met spoed naar Enschede gebracht en geopereerd. De een kreeg stents en de ander vier omleidingen. Het kwam dus erg dichtbij en deze informatieve ochtend gaf inzicht in de mogelijkheden om een mensenleven te redden als je weet wat je moet doen.

Met dank aan de organisatie, de presentatie en de OVA.

Irene Luitsz

Vrijwilliger gezocht:



Gevraagd en ongevraagd advies geven aan burgemeester en wethouders – dat is wat de Adviesraad Sociaal Domein doet. Bijvoorbeeld over keuzes voor mensen die Jeugdhulp of Wmo nodig hebben (meer dan 10.000 Almeloërs!). Of over hoe de gemeente omgaat met mantelzorg of de Participatie-wet. Dit advies in goede banen leiden is hard nodig. Wilt u hierbij als (nieuwe) voorzitter helpen? Dat geeft u een belangrijke rol in Almelo en een goed gevoel.

Lees de complete vacature op
www.almelosociaal.nl/voorzitter-gevraagd

Vrijwilliger gezocht:

Almelo Sociaal

Op zoek naar een leuke vrijwilligersbaan? Staat u met beide benen stevig in de Almelose samenleving? En heeft u een groot hart voor mensen die zich minder goed redden?

Wij zijn op zoek naar een:
VOORZITTER
voor het dagelijks bestuur!

Bent u nieuwsgierig naar het complete verhaal?
Kijk dan op: www.almelosociaal.nl/voorzitteras

De Hobbydoos

Hobbyspullen over? Wie kan ze gebruiken? Een nieuwe rubriek.

U kunt uw hobbyspullen aanbieden aan de lezers van het SeniorenJournal. Let wel: Het gaat om gratis aanbieden, als u een tegenprestatie verlangt dan is deze rubriek niet voor u bedoeld. Het SeniorenJournal zorgt voor plaatsing van uw bericht maar draagt verder geen verantwoordelijkheid. Stuur uw mail naar seniorenjournal@gmail.com met vermelding van de spullen die u gratis wilt aanbieden (liefst met foto), uw naam en uw telefoonnummer en/of mailadres. Belangstellende lezers kunnen dan rechtstreeks contact met u opnemen. Geef ons even door of u succes heeft gehad of dat we uw aanbieding nog een keer moeten vermelden.



Er zijn nog puzzels over:

Af te halen in Windmolenbroek vijf **Jan van Haasteren-legpuzzels** (of vergelijkbaar) van 950/1000 stukjes. Otto Snel, 0628832655.

Niets nieuws onder de zon

Toen ik onlangs mijn werkkamer ging opruimen (stapels van links naar rechts verplaatsen), kwam ik een courant uit 1923 tegen. Precies een eeuw oud. Achterin waren de advertenties geplaatst en mijn oog viel op een tweetal advertenties onder de vetgedrukte kop: PETROLEUMVENTER gevraagd.



Petroleumventer
gevraagd. Alleen goed ingevoerde en woonachtig te Heemstede komen in aanmerking. Liefst in bezit van pakhuis. Br. no. 1559 bur. van dit blad.

Meteen dwaalden mijn gedachten af naar mijn prille jeugd jaren, lang geleden. Ik woonde toen in Zwolle in een straat met aan een kant huizen en aan de overkant een blinde muur van een fabriekscomplex.

Een keer in de week schalde door de straat een heldere bel gevolgd door een niet minder luide roep: Pééétroleum!!! In de straat verscheen dan een hondenukar, een kar op twee spaakwielen met daaronder een in leidsels gebonden hond, erop een van een tapkraan voorziene ton met daarin honderd liter petroleum en erachter een sjofel geklede man met pet. Dan verschenen mensen

in de straat met in hun hand een vierkante ijzeren kan waar zij dan vier liter petroleum in lieten tappen. Brandstof voor een één tot vier pits petroleumstel of een glimmende koperen lamp die 's avonds walmend voor schemerig licht zorgde. Voor kinderen zat de aantrekkingskracht in een klein boekje dat gespaard kon worden: AutoMaatje. Elke aflevering eindigde met 'En hoe het AutoMaatje verder vergaat, staat in de volgende Auto Maat'! Verleden tijd! In een andere advertentie werd een Heerenfiets te koop aangeboden met 'beste banden, torpedonaaf en carbid-lamp'.



Wegens vertrek
TE KOOP AANGEBODEN
Heerenfiets met beste banden.
torpedonaaf en carbid-lamp / 30.
Gasthuislaan 166.

Ik herinner mij die lamp nog op opa's fiets zonder torpedonaaf maar met knijppremmen. Bij de smid een straat verder werd met enige regelmaat een klont carbid gehaald en in de lamp gedaan. Om licht te krijgen werd er wat water bij gedaan - soms was wat spuug al genoeg - dan begon het te gassen, een lucifer erbij en er ontstond een rokend lichtpuntje.

Je werd van dichtbij gezien, maar de lamp verlichtte zelf alleen haar eigen contouren. Verleden tijd!



Het 'grote nieuws' stond op de voorpagina: 'Groote aardbeving in Japan'. Volgens het artikel ging het om 'de hevigste aardbeving ooit

geregistreerd'. Steden als Yokohama en Tokyo waren verwoest en het dodental werd geraamd op 100 000 - 140 000! 'De Asakustoren is ingestort en heeft 700 menschen bedolven' wordt bericht. 'ZEND ONVERWIJLD HULP!'

Zo'n bericht is helaas geen Verleden Tijd. Vervang slechts Japan door Turkije en Syrië. De geschiedenis herhaalt zich. De Prediker (Salomo) stelde zo'n 3000 jaar geleden al vast: 'Hetgeen dat er geweest is, hetzelfde zal er zijn, en hetgeen er gedaan is, hetzelfde zal er gedaan worden, zodat er niets nieuws is onder de zon'.

Peter van der Molen



Vanuit de COSBO



O.a. de volgende zaken zijn in onze bestuursvergaderingen de afgelopen twee maand aan de orde geweest:

Financiële jaarcijfers/begroting: De COSBO is een financieel gezonde organisatie, de begroting voor 2023 is goedgekeurd. Subsidies voor activiteiten als de Zomerschool en de infomarkt senioren zijn toegekend. Het Senioren Journaal wordt grotendeels gefinancierd door advertenties, de bijdrage van de bonden (1 Euro per jaar per bezorgadres) hoefde niet verhoogd te worden.

HUBA's: De bijscholingsdag voor onze HUBA's vindt plaats op 2 maart. Deze vrijwilligers zijn dus weer voldoende toegerust om u vanaf 1 maart te ondersteunen bij uw belastingaangifte.

Zomerschool: In het vorige Senioren Journaal is uitvoerig aandacht besteed aan de bemensing van de commissie Zomerschool.

Er hebben zich onvoldoende belangstellenden gemeld voor het organiseren van de Zomerschool-activiteiten op de gebruikelijke wijze. Het bestuur kijkt nu of er op een andere manier gedurende de zomervakantie activiteiten in het kader van de "Zomerschool" georganiseerd en aangeboden kunnen worden.

Manifest/Speerpunten: Vorig jaar heeft de COSBO als belangenbehartiger van senioren in Almelo bij de gemeenteraadsverkiezingen speerpunten gepresenteerd t.a.v. wonen, mobiliteit, betrokkenheid en sociale contacten (eenzaamheid). Ook is aan het eind van dat jaar een manifest overhandigd aan de gemeentebestuurders tijdens het Symposium Wonen en Zorg.

Uiteraard willen we dat deze zaken ook in 2023 een vervolg krijgen (bijvoorbeeld: hoe kunnen we de punten uit ons manifest verwezenlijken?), we zijn dan ook druk doende als bestuur om sa-

men met het Platform (ons adviesorgaan) vast te stellen hoe we e.e.a in 2023 gaan invullen en met welke andere organisaties we hierbij willen samenwerken. Een afspraak met de gemeente om hier verder over te praten staat gepland in maart.

In het kader hiervan willen we ook aandacht besteden aan onze PR (*public relations*) en externe communicatie, als eerste stap wordt binnenkort onze website van actuele informatie voorzien.

Henk Snoeijer
Interim voorzitter COSBO

De HUBA's van de COSBO

Vanaf 1 maart kunnen we weer de belastingaangifte invullen en versturen. De laatste tijd doen velen dit al digitaal, maar er zijn nog genoeg mensen die dit op die manier moeilijk vinden of niet over een computer beschikken.

De COSBO heeft al jaren een aantal mensen in dienst die op vrijwillige basis hier hulp bij bieden. Dit zijn onze HUBA's (Hulp Bij Belasting Aangifte). Tegen een kleine vergoeding van € 15- komen ze bij u thuis. Deze HUBA-vrijwilligers worden jaarlijks bijgeschoold, zij ontvangen hiervoor een bewijs. Bij het lezen van dit SeniorenJournaal zijn ze op 2 maart jl. allen weer gecertificeerd.

Mocht u gebruik willen maken van de hulp van een HUBA, kunt u contact opnemen met het secretariaat van de COSBO, mw. Miny Vogelgang, tel. 06 42 75 54 98 (tijdens kantooruren). Zij zal u dan aanmelden bij een van onze HUBA's. Wel blijft u zelf altijd verantwoordelijk voor uw belastingaangifte.

Zorgboerderij

't Klein Wierke

Dagbesteding voor volwassenen



Pastoor Ossestraat 48 | 7627 PM Bornebroek | E-mail: info@wierke.nl | Tel.: 0546 - 823 011 | Mob.: 06 128 25 917

Meedoen, meebeleven, meegenieten



**Zorg
technologie**
Is er ook
voor ú!

ZorgAccent biedt o.a.

- woonzorg
- wijkverpleging
- dagbesteding
- hulp in de huishouding
- thuisbegeleiding
- voeding- en dieetadvies
- hulp bij dementie

• **ZorgAccent PLUS**

o.a. hulpmiddelen
gemakservices
mantelzorg en welzijn

Medido, Tessa, Beeldbellen of 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 via T. 0900 0678 of mail naar: kennisdragerszorgtechnologie@zorgaccent.nl

ZorgAccent

Denkt in mogelijkheden

www.zorgaccent.nl
T. 0900 0678



Lekker slapen en gezond weer op...

ZorgAccent PLUS organiseert een bijeenkomst 'Wanneer slapen niet meer vanzelfsprekend is' in samenwerking met Jessy Oude Nijhuis van Therapiecentrum Almelo. Tijdens de bijeenkomst krijg je tips, adviezen en enkele slaaptechnieken om beter te slapen en energieverder de dag te beginnen. Want niet iedereen slaapt elke nacht als een roos.



Er kunnen meerdere factoren zijn die onze slaap beïnvloeden, zoals licht, stress, kort voordien eten en bewegen maar ook geluid en bepaalde gewoontes, overtuigingen en veronderstellingen. Niet iedereen heeft in dezelfde omstandigheid een slaapprobleem.

Als oefentherapeute is Jessy specialist in het optimaliseren van het slaapedrag. Tijdens de bijeenkomst zal je ervaren hoe slaapomstandigheden door onder meer een ander dagritme, vaste rituelen, voeding en lichaamsbeweging kan verbeteren.

'Mevr. Veen (70 jaar) was afgelopen jaar op de bijeenkomst en zegt: 'door mijn onregelmatige werkpatroon vroeger sliep ik slecht en was ik vaak na drie uur slaap wakker. Ik ging uit bed en deed huishoudelijke klusjes of nam een lekkere boterham. Tijdens de bijeenkomst leerde ik dat ik geduld moest hebben en voor vaste rituelen zorgen zodat ik rustig kan ontspannen met enkele oefeningen. En ik moet zeggen het helpt! Ik word nog weleens wakker maar ik gun mij de rust en ontspan en val weer in slaap. Een heerlijk gevoel s'morgens!'

Meer informatie?

Contact: Jessy Oude Nijhuis T: (0546) 865 215 bereikbaar op maandag, woensdag en donderdag in de praktijk.

Email: j.oudenijhuis@therapiecentrumtwente.nl

Wanneer? Woensdag 24 mei 2023. Tijd: 19.30 - 21.00 uur.

Waar? Therapiecentrum Twente, Vissedijk 1, Almelo

Kosten? € 5,00 p.p. inclusief koffie/thee en informatiemateriaal. Con-
tante betaling voor aanvang bijeenkomst.

Bekijk onze website: www.zorgaccent.nl/zorgaccent-plus/slapen

Joseph Lenferink, een veelzijdig mens

Als jongste uit een gezin van 13 jongens is Joseph Lenferink (74) geboren in Tubbergen. Toen zijn oudste broer trouwde was Joseph nog maar zeven jaar oud. Hij leerde Odiel Laarman kennen. Ze gingen in Almelo wonen. Samen kregen ze twee kinderen en twee kleinkinderen.

Odiel kreeg te maken met darmkanker en leefde lange tijd met een stoma. Met haar zorgachtergrond besloot ze lezingen en uitleg te geven over stoma's. Tijdens een lezing merkte ze dat ze teksten begon te herhalen. Langzaam maar zeker nam dementie bezit van haar. In 2011 werd ze opgenomen in een verpleeghuis waar ze op 67-jarige leeftijd in 2019 overleed.

Joseph ging alle dagen dat zijn vrouw Odiel was opgenomen in het verpleeghuis naar haar toe. Toch wende hij er aan om vele uren op een dag alleen te zijn en bezig te blijven. Hij schildert, fotografeert, fietst en doet nog veel meer, zoals vrijwilligerswerk bin-

nen de KBO. Hij maakt regelmatig foto's en helpt bij de verspreiding van het SeniorenJournal.

Joseph werd destijds door zijn leraar Martin Paternotte gestimuleerd om lid te worden van de atletiekvereniging in Tubbergen. Hij heeft zich enkele jaren bezig gehouden met kogelstoten en discuswerpen. Hij begon toen ook al snel met fietsen en werd lid van de toervereniging. Later sloot hij zich aan bij RTVZ (Regionale Toer Vereniging Zwolle). Joseph ging vaak mee als helper en verzorger bij allerlei tochten.



Na school ging hij aan het werk bij Hedeman in Almelo. Hij was toen nog maar 14 jaar, hij had al wel twee jaar op de textielschool gezeten. Hij werkte er 14 jaar, daarna een jaar bij Bolletje. Daarna ging Joseph bij Polaroid in Enschede aan de slag. Hier werkte hij 27 jaar met veel plezier. Joseph en Odiel hadden regelmatig buitenlanders te logeren in



hun huis. Zo ook een familie uit Israël die ze leerden kennen via het basketballen van hun kinderen.' Het zijn vrienden en familie voor het leven geworden. Joseph en Odiel zochten hen meermaals op in Israël. Ze waren ook op de begrafenis van Odiel' laat Joseph weten.

Joseph fietst veel, 's zomers op zijn toerfiets. Hij maakt vele tochten overal naar toe, soms in zijn eentje maar ook vaak een toertocht met anderen. Hij is zelfs twee keer Nederlands kampioen geworden in een hele speciale discipline. Hij moest proberen om precies de voorspelde afstand af te leggen. Hij heeft hier heel veel voor getraind.. Hij kwam daarbij natuurlijk ook verkeerslichten en spoorwegovergangen tegen. Deze momenten van stilstaan moest hij daarna weer inhalen. 'Ik kon bijna niet meer gewoon fietsen, het ging me helemaal beheersen, maar ik heb er wel twee titels aan overgehouden' vertelt Joseph met gepaste trots.



's Winters fietst Joseph ook, maar dan vooral met de fiets op een speciale standaard. Hij fietst minstens twee maal per week 1,5 uur in zijn tuinkamer. Ondertussen kijkt hij vaak sportwedstrijden op tv. Jarelang had hij een seizoenkaart van FC Twente. Hij heeft vele grote sportevenementen bezocht. Zo is hij met een groep op de fiets naar de Olympische Spelen van Londen in 2012 gefietst.



Hij schildert ook veel en heeft zich aangesloten bij de Peinturisten. Mondriaan is een groot voorbeeld voor hem en hij ontleent er veel inspiratie aan. Hij heeft een schilderij in Mondriaanstijl geschilderd, maar daar heeft hij ook heel subtiel een vrouwenfiguur in verwerkt. Hij heeft het schilderij naar zijn vrouw Odiel genoemd. Binnen de peinturisten heeft hij veel geleerd van de Turkse Mehtab Güler die al heel lang in Almelo woont.

Joseph verveelt zich geen moment, is graag actief bezig, met fietsen en de tuin, met alleenstaande burens die af en toe een steuntje kunnen gebruiken en nog veel meer zoals de KBO en alles wat daarbij komt kijken.

Marion Wesselink



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 OKANJESTRAAT 6 7607BJ ALMELO 0546-538090

Tweewielers



Hans Wesselink AGF

Versgekookte maaltijden bezorgen wij warm bij de mensen thuis. Voor mensen die tijdelijk of langere tijd niet meer zelf kunnen koken.

Wij bereiden en bezorgen elke dag verse en ambachtelijke maaltijden

Ook bezorgen wij koelverse maaltijden van uitstekende kwaliteit. Deze bezorgen wij een keer in de week.

Meer informatie: 0546 70 20 73
www.hetstreekfornuus.nl

HET STREEKFORNUUS
MAALTIJDVOORZIENING & CATERING
Locatie 'De Koppel'
tel: 0546-702073

Alex'

BLOEMKADO

Ook voor Rouw en Trouw
Bornsestraat 89 - 91 Almelo
Tel: 0546 - 813838
Wij bezorgen ook!

• Heeft u dit Senioren-
• Journaal 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 mee-
• doen aan allerlei activi-
• teiten, u helpt mee om
• de belangen van oude-
• ren voor het voetlicht te
• brengen en u krijgt het
• SeniorenJournaal gratis
• thuisbezorgd.

Contact

met de Almelose ouderenorganisaties

COSBO

p/a Almelo Sociaal, Boddenstraat 3, 7607 BL Almelo Tel.: 06-42755498

Mail: cosbo@almelosociaal.nl www.cosboalmelo.nl

KBO

Ria van Wijk, De Condor 25, 7609 HA Almelo

Tel.: 0546 - 828164 Mail: riavanwijk58@gmail.com

www.kbo-overijssel.nl/afdelingen (kies Almelo)

Bankrekening: NL28 RABO 0102 1697 48

OVA

Florieke Schmal, Wingerd 98, 7607MH Almelo

Tel.: 0546-81 76 29 Mail: florieke.schmal@ouderenverenigingalmelo.nl

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

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



Winters van aleer

(Gedicht van Henny Hamhuis, alias Hennik van 'n Scheenken)

Dee oalewetske weenters
heij rechtevoort nich mear
wat was't mangs gloepens koald
in tieden van aleer!

Mien eumke leup dan boet'n,
met 'n dröppel an'n nös
hee zea: ie könt wa wett'n
dat 't now vedan hard vrös.

De peggels ies dee hung'n dan
te gleenster'n an de poomp
en'n stoefsnee heur'n ie kraak'n
oonder ziene kloomp.

Wij stokkerden dan 't fenuus
a-w koald wan'n in de hoed
en tóch foonkel'n de ies-bloom
met stearnkes op de roet.

De Vaa zea s'oamnds veur 't sloap 'n
loaw nog eff'n noa boet'n goan
dan köw de wearld bekiek'n
met snee en volle moan.

Mien Moo dee was 'n luk fiest' rig,
zee zea ik blief in hoes,
de weend snit oe 'n oadem of,
ie kriegt ja kats gen poes.

Met 't eumke, Vaa en 't joonkvolk
ston'n wie dan achter de schöp,
de stearnkes ko-j zeen schitter'n,
de moan scheen helder-op.

De oale, zwoare eek'n
bie Bets van Harbrinks stee,
dee hadd'n zwat-witte tække
met zonnen voss'n snee.

Joa, dat wadden nog is weenters,
in tieden van aleer,
Ik zeg oe beste leu, zo heij ze,
in dizzen tied nich mear.

Ingezonden door Fons Lucas

Op de thee in het Stedelijk Museum Almelo

Wie weet er het verschil tussen uitgaan in de jaren vijftig en nu? En was roken in de jaren vijftig en zestig echt doodgewoon? Net als de wekelijkse wasbeurt in een teiltje voor de kachel? Het is allemaal te zien in de expositie Op de thee, op zoek naar verhalen van vroeger.

Maar er is meer: mensen mogen ook letterlijk op de thee komen. In de tentoonstellingszaal van het museum staat de thee klaar voor Almeloërs, Twentenaren en bezoekers die iets willen vertellen over hun werkzame leven bij Bolletje of Ten Cate. Of die een inkijkje geven in de tijd dat ze elkaar leerden kennen.

Met deze tentoonstelling wil het Stedelijk Museum Almelo de historie en het erfgoed dichterbij de bezoekers brengen en tastbaarder maken. Daarvoor legt het museum de verhalen en het erfgoed van mensen uit Almelo en Twente vast.

In samenwerking met jongeren worden deze herinneringen op eigentijdse wijze toegankelijk gemaakt voor jongere generaties. Dat maakt deze tentoonstelling zo bijzonder: je kunt niet alleen objecten bekijken en informatie lezen over vroeger, nee, het museum nodigt de bevolking graag uit hun verhaal met ons te delen.



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.

- *Een penningmeester*

Voor informatie kunt u contact opnemen met de huidige penningmeester T. Frazer. Tel. 0546-861726 of per mail 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.

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

Informatie bij Toni Vogelgsang, tel. 06-54336802.

- *Medewerkers activiteiten:*

Neem contact op met Miny Vogelgsang: minyvogelgsang@gmail.com of 06-42755498.

Bij de **OVA** is er eigenlijk altijd wel plaats voor vrijwilligers voor allerlei functies en activiteiten. Zin om te helpen? Stuur een bericht aan onze secretaris: florieke.schmal@ouderenverenigingalmelo.nl.

Binnenkort ontstaan 2 vacatures binnen het bestuur, dit voor de functie van 1e secretaris en voor een bestuurslid met aandachtsgebied media (website, facebook, drukwerk). Neem voor nadere informatie contact op met Henk Snoeijer, voorzitter OVA: [Mail snoeijerhenk@gmail.com](mailto:snoeijerhenk@gmail.com), tel. 06-33638523.

Ook bij de **PCOB** is er altijd wel wat te doen voor vrijwilligers. Meld je aan bij het secretariaat, dhr. J. Nijmeijer, [jniijmeijer43@gmail.com](mailto:jnijmeijer43@gmail.com) of 06-22586248.

ELK (KLIK)KUNSTGEBIT VERDIENT DE ZORG VAN TPP SCHULTZ

tpp-schultz.nl



AL MEER DAN 20 JAAR UW ADRES VOOR:

- nieuw kunstgebit
- implantaten
- klikgebit op implantaten
- vervanging klikgebit
- nazorg implantaat klikgebit
- behandelplan voor uw 1^o kunstgebit (immediaatprothese)
- reparaties, breuk, nieuwe tand/kies, rebasen (opvullen)
- gedeeltelijk gebit, partieel kunststof of metalen frame

WIJ BIEDEN U:

- vrijblijvend informatief gesprek
- second opinion
- geen verwijsbrief nodig
- contracten met de meeste zorgverzekeraars
- aanvraag regelen indien nodig
- geen onverwachte hoge kosten, wij denken met u mee
- reparaties binnen een dag klaar
- nota's grotendeels rechtstreeks naar uw zorgverzekering



SCHULTZ
TANDPROTHETICI
voor uw mondzorg!

ALMELO
0546 568090
BERLAGELAAN 97

GOOR
0547 744037
GROTESTRAAT 110

O.N.T.-REG.NR. 302



Samen voor persoonlijke zorg



Doelmatige revalidatie

Wijkverpleging bij u thuis

Verpleeghuiszorg op maat

Kijk voor alle mogelijkheden op:
www.triviummeulenbeltzorg.nl

Of bel met
0900 - 2 453 453

Zorgtechnologie: minder administratie bij TMZ

Sinds kort beschikken de afdelingen voor kortdurende zorg (zoals revalidatie en eerstelijnsverblijf) van zorgorganisatie TriviumMeulenbeltZorg (TMZ) over een 'Vital Signs Monitor'. Een monitor voor het meten van vitale functies die met een speciaal programma worden doorgestuurd naar het zorgdossier. Het heeft als voordeel dat de zorgprofessionals alleen de metingen hoeven te verrichten, de meetresultaten worden vervolgens automatisch gekoppeld aan het zorgdossier van de cliënt en hoeven niet handmatig te worden ingevoerd. Het meten van de bloeddruk, hartslag, temperatuur en zuurstofgehalte kan bovendien tegelijkertijd worden gedaan. TMZ is de eerste ouderenorganisatie in Twente die dit systeem heeft ingevoerd voor de kortdurende zorg.



“Het grootste voordeel is dat het minder foutgevoelig is en minder tijd kost”, aldus Lynn Veldhuis. Ze is coördinator Technologie & Innovatie bij TMZ en heeft zelf ook in de dagelijkse zorg gewerkt. “Zorgprofessionals hoeven niet handmatig alle meetresultaten op te schrijven en in te voeren in het zorgdossier van de cliënt.” Niet alleen voor zorgprofessionals werkt het prettig.

Lynn: “Doordat je alle vitale functies tegelijk kunt meten, verlopen de metingen sneller en is het minder belastend voor cliënten. Alle metingen worden op één scherm weergegeven. En natuurlijk controleer je die metingen wel met wat je zelf ziet bij een cliënt.”

Binnen TriviumMeulenbeltZorg (TMZ) zetten ruim 2600 medewerkers en 1600 vrijwilligers zich dagelijks in om ouderen en chronisch zieken goede en persoonlijke zorg te bieden met onder andere verpleging, verzorging, begeleiding en personenalarmering.

De relatie tussen cliënten, medewerkers en andere betrokkenen staat centraal. Samen maken wij de zorg persoonlijk. Meer informatie over TMZ is te vinden op www.triviummeulenbeltzorg.nl.

Als 'onze aarde' niet meer draait

Op 6 februari van dit jaar stond de aarde plotseling even stil. Door een zware aardbeving in het zuiden van Turkije en in een deel van Syrië beleefden miljoenen mensen een aantal angstige momenten. Op het moment dat ik dit schrijf is het dodental al meer dan 50.000. Veel Turken die in Almelo wonen zijn in het rampgebied geboren of hebben er nog familieleden wonen. Zo ook de Almelose kunstschilder Methap Guhler. Enkele jaren geleden schilderde Methap (in opdracht) onderstaand schilderij voor mij. Toen het doek klaar was deed het mij heel sterk denken aan een afbeelding van Michelangelo in het Vaticaanse museum over het beroemde 'laatste oordeel'.

Tijdens het schrijven van het gedicht 'aardbevingen' brandde het schilderij van Methap op mijn netvlies. De twee uitgestoken handen zijn ineens héél veelzeggend. Met de dood rechts en het leven links op het doek is het een indrukwekkende weergave van wat er met ons kan gebeuren... Als 'onze aarde' even niet meer draait. *Fons Lucas*



Aardbevingen

Gedicht van Fons Lucas

Als 'onze aarde' even niet meer draait
dan volgt er hier of daar een schok.
Massa's mensen verkeren in angst en beven
ze raken letterlijk in een shock.

Als 'onze aarde' even niet meer draait
dan is er weer iets ergs gebeurd.
Een aardbeving neemt de regie in handen
er wordt een volk uiteen gescheurd.

Als 'onze aarde' even niet meer draait,
het doet ons telkens weer beseffen
dat een dergelijk natuurgeweld
ook ons een keer kan treffen.

Als 'onze aarde' even niet meer draait
dan staan ook wij als mensen stil.
Ons geloof wordt op de proef gesteld..
Het kan niet zo zijn dat God dit wil.

Stel dat 'onze aarde' nooit meer draaien zou
dan is het voor ons hier ook 'einde verhaal'.
Dat moeder aarde maar mag blijven draaien,
met rust en vrede... voor ons allemaal!

Dinsdagmiddag 14 februari was de algemene ledenvergadering van de KBO. Er waren ca. 25 leden aanwezig. De voorzitter opende de bijeenkomst met een zelfgemaakt gedicht wat te maken heeft met de vreselijke aardbeving in Turkije en Syrië, waarna het officiële gedeelte afgehandeld werd.

De verslagen van de secretaris, penningmeester en activiteitencommissie werden behandeld. De kas was weer door 2 leden gecontroleerd en de vergadering werd verzocht om de penningmeester te dechargeren voor het boekjaar 2022 wat onder applaus ook gebeurde. Ook mochten wij een nieuw bestuurslid verwelkomen. nl. dhr. Jos Kreuwel. hij was al een jaar als aspirant lid binnen het bestuur actief. Het huidige bestuur is blij met zijn te verwachten input. Ook werd mw. Jannie de Maat verwelkomd als nieuw lid van de activiteitencommissie.

Na de pauze was er nog een korte gratis bingo, waar een ieder nog aan mee kon doen.

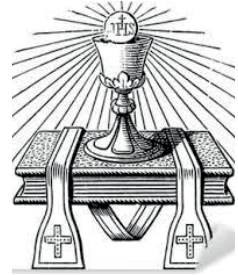
Miny Vogelgsang



KBO

Uitnodiging St. Jozefdag 2023

Graag nodigen wij u uit voor de KBO - St. Jozefdag die dit jaar zal worden gehouden op woensdag 22 maart in het Karmelietenklooster in Zenderen. Pater Ton van der Gulik zal in de viering voorgaan. Hierin zal ook zijn voorganger wijlen Edgar Koning worden herdacht. Later op de ochtend gaan we zijn graf bezoeken. Voor een plant of bloemen wordt gezorgd. Edgar was jarenlang de vaste voorganger in de St. Jozefviering. Het programma ziet er uit als volgt:



- 10.00 uur Inloop met koffie of thee.
- 10.30 uur Eucharistieviering met samenzang.
- 11.15 uur Koffie of thee.
- 11.30 uur Korte wandeling door de stiltetuin (naast het klooster)
- 12.00 uur Afsluiting met soep en een broodje.

Aanmelden graag vóór 17 maart. Eigen bijdrage € 5.00 p.p..

Voor aanmelding of info (ook over vervoer) kunt u bellen naar Fons Lucas 06 4643 8688 of Miny Vogelgsang 06 4275 5498.

Vrijwilligers

Toen de vrijheid na mijn pensionering begon te tanen zag ik deze uitspraak van Loesje "Als elke vrijwilliger een ster kreeg werd het nooit meer donker". In het huisorgaan van het Dorpshuis in Vreeswijk noemden ze deze vrijwilligers "Lichtpuntjes". Soms zijn ze groot, soms zijn ze klein,. Je hoeft ze niet te zoeken, want jij kunt er ook een zijn. Ik was er één, maar wanneer wordt u lezer er één?

Helaas zoekt de KBO al geruime tijd vrijwilligers voor vele functies {zie onder de rubriek VACATUREBANK}. Wil jij dit lichtpuntje zijn en het licht laten schijnen voor vele tijdgenoten? Maak eens kennis met het werk van de "andere actieven" van de KBO.

Voor inlichtingen kunt u contact opnemen met onze voorzitter op telefoonnummer: 06-46438688.

Harrie Lucas

Ledenmutaties KBO

Overleden: mw. A.C. Ebeltjes ten Brinke

Verhuisd: mw. H. Luning.



Ondersteuning die bij jou past

Bij ons werken als
**(WIJK) VERZORGENDE
OF VERPLEEGKUNDIGE**

Kijk op
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 (lohaal tarief)
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
uitvaartverzorger.

Betrouwbaar,
integer,
open en
transparant.



Erik Korte
Uitvaartverzorging



Dag en nacht bereikbaar
0546-443264



Tijdens een bijeenkomst van “Kom Erbij” in Almelo kreeg ik een boek aangereikt van Chantal Walg met de naam: “Anders”. In het boek wordt uitgelegd waarom gezondheid veel meer is dan slechts “niet ziek zijn”, ook begint een gezonde samenleving altijd bij jezelf. Aan dit boek dacht ik terug toen ik een artikel op internet las over het belang van voldoende bewegen voor ouderen.

Het aantal 75-plussers in Nederland neemt sterk toe. Van 1,3 miljoen in 2018 tot 2 miljoen in 2030. Ouderen die wekelijks voldoende bewegen blijken langer zelfstandig en zelfredzaam te kunnen functioneren. De voordelen zijn groter dan we vaak denken.

Bewegen voelt goed: Je lichaam en brein actief gebruiken geeft een voldaan gevoel. Je gaat je beter voelen omdat je meer ontspannen bent en je tevreden voelt.

Bewegen zorgt voor sociale contacten: Door te bewegen in groepsverband, combineer je de lichamelijke voordelen met het vergroten of onderhouden van sociale contacten. Ook is het bewegen in groepsverband makkelijker om vol te houden.

Bewegen voorkomt ziektes: Regelmatig bewegen is een van de goedkoopste en beste manieren om een

betere gezondheid te krijgen en te houden. Het is goed voor hart, bloedvaten en longen en verkleint de kans op chronische ziektes.

Bewegen verbetert het dagelijks leven: Bewegen heeft invloed op het uitvoeren van al je dagelijkse verrichtingen. Het huishouden doen, je aankleden, traplopen, boodschappen halen: voor veel mensen worden deze alledaagse taken lastiger bij het ouder worden. Door voldoende te bewegen verbetert de spierkracht en loopsnelheid en is er minder risico om te vallen.

Bewegen stimuleert de hersenen: Ook de hersenen hebben baat bij regelmatige beweging. Bewegen is goed voor het geheugen, het concentratievermogen en de verwerkingsnelheid van informatie. Er komt ook steeds meer bewijs dat bewegen helpt om geheugenproblemen te beperken.

Als bijlage bij dit SeniorenJournaal vindt u een brochure met een ruim aanbod van bewegingsactiviteiten, ook voor senioren. Misschien toch eens denken aan de hierboven genoemde voordelen.

Henk Snoeijer, voorzitter

“Handje Helpen” Klusjesteam ... juist voor kleine klusjes!



Op 1 april a.s. start de OVA met een vrijwillige dienstverlening voor haar leden: “Handje Helpen”. De dienstverlening bestaat uit het aanbieden van kleine hand-en-spandiensten, in de vorm van het verrichten van klusjes. OVA-leden die een klein klusje te doen hebben, waar ze zelf geen mogelijkheid voor zien, kunnen een beroep doen op het klusjesteam “Handje Helpen”. Het gaat om **kleine klusjes** zoals een lamp vervangen of ophangen, een gaatje boren, een kraanleertje vervangen, de verwarmingsketel ontluchten, rolstoel- of fietsbanden oppompen enz. Iedereen kent het wel, de kleine klusjes die altijd blijven liggen. Voor ouderen is het soms lastig deze klusjes zelf te doen. Daar wil de OVA iets aan doen. Voor grotere klussen zijn er andere instanties die kunnen helpen.



De OVA vraagt € 2,50 voorrijdkosten per klusje. Kosten die gemaakt worden voor materiaal en gereedschap worden in overleg betaald door de aanvrager. De werkzaamheden worden steeds door twee vrijwilligers uitgevoerd. Het team bestaat voornamelijk uit: Regina Scholte, Lody Cremers, Fred Noordhoff.

“Handje Helpen” start op 1 april 2023 (geen grap).

Hulpvragen (kleine klusjes) aanmelden bij voorkeur via de mail: rjmhscholte60@gmail.com of cobinoordhoff@gmail.com of telefonisch op werkdagen tussen 10.00 en 12.00 uur: 06-52432299 of 0546-860948.

Hulp gevraagd

Op de pagina hiernaast kunt u lezen over het OVA-Klusjesteam "Handje Helpen". Als u het leuk vindt om zich als vrijwilliger aan te sluiten bij het klusjesteam, dan bent u van harte welkom.

We zoeken mensen die mee kunnen draaien in het team om klusjes uit te voeren en we zoeken vrijwilligers die de hulpvragen aan willen nemen, beoordelen en doorverwijzen naar degenen die het klusje uit gaan voeren. Bel gerust even: Cobi Noordhoff 0546-806948.



Vacatures

Op dit moment zijn er een aantal vacatures voor OVA-vrijwilligers die we graag vervullen. Zie de Vacaturebank, pagina 25. Iets voor u?

Ledenmutaties OVA:

Nieuwe leden: Mevr. Baer, mevr. Sonderman, mevr. Kruithof, mevr. Bouwmeester, mevr. Bernard, mevr. Vrolijk, dhr. de Vries, mevr. Engbers, mevr. Workel, mevr. Letteboer.

Overleden: dhr. Verkley, dhr. Schaap, dhr. Nogarede, mevr. Oosting.

Op weg naar het Paasfeest - de Veertigdagentijd

De eerste dag van de Veertigdagentijd is dit jaar woensdag 22 februari: 'Aswoensdag.' In Matth. 4 staat te lezen dat Jezus veertig dagen in de woestijn is geweest. Zijn houvast was Gods Woord. Voor ons kan deze tijd ook een reis naar binnen zijn. Het is een reis waarin een mens op zoek kan gaan naar de waarheid in zijn of haar eigen leven. Veertig dagen kunnen wij de tijd nemen om ons voor te bereiden op het Paasfeest. Veel christenen vasten in deze dagen. Het gaat niet om grote dingen, maar om iets wat je bijvoorbeeld lekker vindt. Voor mij is dat chocola, maar de zondagen tellen niet mee in deze veertig dagen. Het is eenvoudig en toch ga je deze reis anders naar het Paasfeest. Voor Jezus was het heel anders. Hanna Lam heeft het zo verwoord:

Jezus diep in de woestijn, eenzaam en vol vragen, voerde daar een zware strijd veertig lange dagen. Veertig dagen zonder brood, Hij is niet bezwaken

-ook al was de honger groot- voor zijn tegenspreken. Alle rijkdom, alle macht lagen in zijn handen, als Hij maar een knieval bracht voor zijn tegenstander. Jezus zei: "Ik kniel niet neer ,want er staat geschreven: Bid alleen tot God de Heer, dien Hem heel je leven." Jezus, diep in de woestijn, veertig lange dagen, bleef het in de zware strijd met Gods woorden wagen.

Een goede tijd voor allen.

Rits van der Woude

Hiernaast een vertaling van het lied "The Perfect Song" van Solomon Burke (1940 Philadelphia, + 2010 Schiphol). Solomon Burke was een Amerikaanse zanger, een van degenen die begin jaren zestig aan de wieg stonden van de soulmuziek.*

Dat zou mooi zijn

Kon je met een liedje maar
De honger laten stoppen
De armoede doen verdwijnen
Voor eens en voor altijd
Kon je door een liedje maar
De wapens laten droppen
De zon weer laten schijnen
Dan deed ik dat geheid.

Kon je met een liedje maar
Het wereldleed oplossen
Een eind maken aan oorlog
Aan haat en geweld
Dat je met een liedje weer
Woestijnen kon bebossen
Dat de oceaan weer schoon werd
De ozonlaag hersteld.

Dat zou mooi zijn
Dat zou mooi zijn
Dat werd een prachtig lied
Met een pracht couplet
En een pracht refrein
Maar zo mooi maak ik ze niet.

Kon je met een liedje maar
Godswonderen verrichten
De lammen laten lopen
De blinden laten zien
Kon je met een liedje maar
Voor altijd vrede stichten
En al die kerken slopen
Dan maakte ik er tien.

Dat zou mooi zijn
Dat zou mooi zijn
Dat werd een prachtig lied
Met een pracht couplet
En een pracht refrein
Maar zo mooi maak ik ze niet.

Jaarvergadering

Woensdag 29 maart 2023 houden wij als PCOB Almelo onze jaarvergadering. Dit is zoals gewoonlijk in de Foyer van de Pniëlkerk aan de Rembrandtlaan 352.

Wij starten dan om 12.00 uur met een brunch, de deur is geopend vanaf 11.30 uur.

Nadat onze buikjes gevuld zijn gaan we om ca 13.30 uur starten met het behandelen van de zaken die bij een jaarvergadering horen. De activiteitencommissie en het bestuur rekenen op jullie komst.

Aanmelden voor deze bijeenkomst is zeker nodig en dat begrijpen jullie allemaal. Graag aanmelden vóór 23 maart 2023 (12.00 uur) bij het secretariaat. Secretariaat PCOB Almelo: mail ijnijmeijer43@gmail.com of telefoon 06-22586248.

P.S.

Hierboven zien jullie dat men zich kan aanmelden voor deelname aan de jaarvergadering. In het bestuur is besloten om dit vanaf nu voor alle bijeenkomsten te doen. Het is voor de activiteitencommissie fijn om te weten op hoeveel personen zij kunnen rekenen.

Overige activiteiten 2023

Welke onderwerpen staan er in 2023 op de planning?

19 april:

Weg achter de Geraniums, Anneke Schep, Pniëlkerk

17 mei:

Bezoek Stoom- en Treinmuseum, Haaksbergen

21 juni:

Varen op de Vecht, Hardenberg

19 juli:

Jeu des Boules, Wendelgoor, Badweg Almelo

20 september:

Radio Oost, Hengelo

18 oktober:

Fun ie fit, Siebelinkhuis Almelo

15 november:

Gesprek met Eugène van Mierlo, Stadhuis Almelo

20 december:

Adventsviering, Pniëlkerk Almelo
Dit alles nog onder voorbehoud

Verslag ledenmiddag

Afgelopen woensdag 15 februari 2023 was onze maandelijkse ledenmiddag. Wij hebben deze middag geluisterd naar Rob van Lente, een zeer goed spreker.



Het thema deze middag was “De Bijbel en astronomie – feiten en fictie”. Het was een zeer interessant verhaal wat hij ons voorhield, ook op de manier hoe hij het vertelde. Wat mij erg opviel deze middag dat het erg stil was, een teken dat er goed geluisterd werd.

Even iets over Rob zelf: Hij is geboren in Almelo en kent heel veel

personen binnen de Prot. Gem. Almelo. Hij is o.a. predikant in Zwolle en heeft o.a. Astrologie gestudeerd. Hij vertelde verder dat hij o.a. de volgende hobby heeft en dat is Midwinterhoornblazen in Adventstijd.

Op een keer werd hij daarbij aangesproken door een mevrouw die hem vertelde: “U was eens aan het midwinterhoorn blazen en u blies de melodie van “Eens als de bazuinen klinken” toen dacht ik dat het einde van de wereld werd aangekondigd” ... Al met al was het een zeer inspirerende middag.



Ledenmutaties PCOB

Overleden: Op 23 januari 2023 is ons lid dhr. J.L. Berkhof op de leeftijd van 88 jaar overleden.

We denken aan hem met eerbied en respect

Wij wensen zijn familie en allen die van hem hielden

Veel sterkte en Gods troost bij het dragen van dit verlies.

SeniorenJournaal - 2023, 9e jaargang, nummer 2

Redactie SeniorenJournaal

Roel Dragt

eindredactie, opmaak, secretariaat

Ton Frazer

penningmeester

Miny Vogelsgang

verspreiding

Marion Wesselink

redacteur

Truus Platenkamp

notulist, redacteur

Peter van der Molen

redacteur

Rits van der Woude

redacteur

Algemeen contactadres:

seniorenjournaal@gmail.com

Inleveren kopij voor het volgende nummer: 17 maart.

Internet: Het SeniorenJournaal is ook te lezen op internet:

www.issuu.com/seniorenjournaal

Het SeniorenJournaal wordt uitgegeven door de Stichting COSBO, i.c. de redactie SeniorenJournaal.

Drukwerk: Microform Almelo

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



JOKO
Totaalcleaning

Virulyweg 34
7602 RG Almelo
T 06 - 13748720

Voor binnen en buiten,
een heldere zaak!

JOKOTOTAALCLEANING.NL



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



Sinds enige tijd is aan het Eskerplein in Almelo de Buurtapotheek geopend. Als assistentes vinden wij goede zorg heel belangrijk en we nemen dan ook alle tijd voor u. Inschrijven bij de Buurtapotheek is eenvoudig te doen door het inschrijfformulier op onze website in te vullen. Ook kunt u in onze apotheek de gegevens invullen. Herhaalmedicatie is gemakkelijk aan te vragen en onze apotheek is ook op zaterdag van 09.00 tot 13.00 uur geopend. Ook kunnen wij uw medicijnen thuis bezorgen en zijn we via internet te bereiken op buurtapotheek.com.

Elke euro die je spaart is 1⁵⁰ 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.



50%
rente



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

plus

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