



Programma

Dalfsen seizoen 2021 - 2022



Saam Welzijn is een brede Welzijns-organisatie met een sterke lokale verankering. Er zijn korte lijntjes naar de partners en de inwoners in de gemeente Dalfsen en Staphorst. Saam Welzijn staat middenin de samenleving en gaat verder waar anderen stoppen.

Saam Welzijn ondersteunt in het behouden en vergroten van de eigen kracht van de inwoners. Saam Welzijn werkt aan zelf- en samenredzaamheid. Brengt mensen in contact met elkaar en ondersteunt bij het opbouwen en onderhouden van een gezond sociaal netwerk.

Saam Welzijn is er voor alle inwoners, jong en oud. We werken vanuit het principe: "iedereen kan meedoen in de samenleving". Dit doen we door eropaf te gaan, zichtbaar te zijn in de wijken.

Vanuit ons vakmanschap ondersteunen en verbinden we individuen, groepen en buurten. We vervullen hiermee ook een belangrijke signaleringsfunctie.



Waar zijn we te vinden?

Dalfsen

Kulturhus Trefkoele+
Ruigedoorstraat 108,
7721 BR Dalfsen

Nieuwleusen

Kulturhus De Spil
Koningin Julianalaan 10,
7711 KK Nieuwleusen

Nieuwleusen

De Olmen
Oosterveen 21
7711 BN Nieuwleusen

Staphorst

Venneland 1
7951 HC Staphorst

Gemeentebreed

ANWB Automaatje

Een vervoersservice waarbij vrijwilligers antwoord geven op de vervoersvraag van plaatsgenoten. Vrijwilligers gebruiken hierbij hun eigen auto.

Het vervoer beperkt zich niet alleen tot een bezoek aan het ziekenhuis, dokter of fysiotherapeut maar de service of de vervoersdienst kan ook benaderd worden voor het afleggen van een bezoekje, de kapper of gezellig winkelen.

Voor meer informatie en aanmelden; bereikbaar op werkdagen tussen 08.30 – 12.00 uur via tel.: 06 - 2833 8624 of per mail: automaatje@saamwelzijn.nl

Hulp bij Thuisadministratie

Wanneer u ondersteuning nodig heeft bij uw eigen administratie omdat u er zelf niet meer uitkomt, kunt u hier hulp bij krijgen. Saam Welzijn en Humanitas werken samen bij hulp met thuisadministratie.

Bezoek bij rouw voor 55+

Deze bezoekdienst is bedoeld voor mensen van 55 jaar en ouder, waarvan de partner zes maanden of langer geleden is overleden. Indien u hiervoor belangstelling heeft kunt u zich hiervoor bij ons aanmelden en wordt er een passende vrijwillig(st)er gezocht. Deze vrijwillig(st)er brengt gedurende een jaar, gemiddeld één keer per maand, een bezoek. Op deze manier kan de vrijwilliger u ondersteuning bieden.

Al vanaf maart 2020 hebben we te maken met maatregelen die afscheid nemen en rouwen zo anders maken. Anders dan we zouden willen. Hierover praten helpt!

Met lotgenoten: 1 op 1, een inloopcafé, themabijeenkomsten of een wandeling. Het is geen hulpverlening of therapie, maar een ontmoeting met mensen die een vergelijkbaar afscheid hebben meegemaakt.

Contact: Alie Buit, a.buit@saamwelzijn.nl, Janny Velthuis, j.velthuis@saamwelzijn.nl

Aan de slag met computers, tablets en smartphones

In de wereld waarin we leven zijn digitale vaardigheden onmisbaar, Steeds meer moet er online geregeld worden en informatie vind je vooral op het internet. Gelukkig is het ook erg leuk om bezig te zijn met computers, tablets en smartphones.

Als je weet hoe het werkt en hoe je het regelt, ervaar je hoe makkelijk en snel het gaat. Je wereld wordt groter. Ben je bang dat het te moeilijk is? De bibliotheek heeft in samenwerking met Saam Welzijn en SeniorWeb een uitgebreid programma aan cursussen, workshops en vragenuurtjes die kosteloos worden aangeboden in de bibliotheekvestigingen in Dalfsen, Hoonhorst, Lemelerveld, Nieuwleusen en Oudleusen. Verschillende cursussen zoals Klik&Tik en Digisterker maar ook workshops over digitale zorgportalen, WhatsApp, YouTube, fotoboek maken, etc.

Voor meer informatie over tijden en het aanbod haal het programmaboekje bij het Infopunt of bekijk de website www.bibliotheekdalfsen/digitaalmeedoen.

Het Infopunt is op werkdagen van 9.00 tot 12.00 uur ook telefonisch bereikbaar: 0529 - 79 3013.

Digitaal vragenuurtje/ App. spreekuur

Voor iedereen die vragen heeft over digitale onderwerpen van DigiD tot alles wat je wilt weten over applicaties (apps) op je tablet of smartphone.

Vragenuurtje voor deskundige hulp, uitleg en advies over alles wat je wilt weten over het gebruik van computers, internet, tablets en smartphones.

Zie voor tijden en locaties bij de kernen.

Hulp bij Belastingaangifte

In samenwerking met geschoolde vrijwilligers vanuit de ouderenbonden en vakbonden kunnen mensen met een klein inkomen, AOW en een klein pensioen, in maart 2022 hulp ontvangen bij het invullen van hun belastingaangifte. Men dient wel in het bezit te zijn van een machtigings- of DigiDcode.

De Huiskamer

Kleinschalige ontmoetingsactiviteit voor mensen die geen aansluiting vinden bij de reguliere activiteiten en die (nog) niet in aanmerking komen voor geïndiceerde dagbesteding.

In Nieuwleusen is de huiskamer open op maandagochtend van 10.00 - 12.00 uur in "De Olmen".

Klussendienst

Deze dienst biedt hulp bij uitvoering van kleine, incidentele klussen aan inwoners die zelf, om welke reden dan ook, deze klussen niet (meer) kunnen uitvoeren. U kunt bij Saam Welzijn een kluskaart kopen voor € 10,-. Hiervoor kunt u 3 keer een klus, van ± 1 uur, laten doen.

Contact: Marleen Schömaker, telefoon 0529 - 79 3013, per mail m.schomaker@saamwelzijn.nl

Maaltijdvoorziening

Na aanmelding kunt u gebruik maken van de maaltijdvoorziening. Diverse mogelijkheden zijn aanwezig; vriesversmaaltijden via Saam Welzijn en koelvers- en warme maaltijden via WZC Rosengaerde te Dalfsen.

Iedere donderdag en vrijdag is er van 12.00 – 13.30 uur een Open Tafel in "De Olmen" Nieuwleusen.

Zie voor het verdere aanbod betreffende gezamenlijke warme maaltijden bij Wijkondersteuning in deze brochure

Mantelzorg ondersteuning

Mantelzorg is de zorg voor een naaste. Soms is het prettig om ondersteuning te krijgen, wegwijs gemaakt te worden in 'zorgland' of met een buitenstaander eens over de situatie te praten. U kunt dan terecht bij het mantelzorgteam van Saam Welzijn. Zij organiseren cursussen, kunnen waar mogelijk een zorgvrijwilliger inzetten, denken met u mee of luisteren simpelweg naar uw kant van het verhaal.

Wilt u meer informatie?

Neem dan contact op met Janny Velthuis, tel. nr. 06 - 1127 6383, per mail: j.velthuis@saamwelzijn.nl of Alet Lenderink, tel. nr. 06 - 1921 8070, per mail: a.lenderink@saamwelzijn.nl

Ouderenadvisering

De ouderenadviseur kan met u meedenken en helpen bij het oplossen van vragen op het gebied van wonen, welzijn en zorg. Alle ouderen kunnen hiervoor een beroep doen op de ouderenadviseur. De adviseur kan bij u thuis komen en geeft onafhankelijk advies.

Contact: Alie Buit, tel. nr. 06 – 5198 2259, per mail a.buit@saamwelzijn.nl en Magriet Zandink, tel. nr. 06 – 2928 5356, per mail m.zandink@saamwelzijn.nl

Scootmobieltochten

Iedere 3e woensdagmiddag in de maanden april t/m september. De data vindt u in de lokale kranten en DalfsenNet. De tochten worden begeleid door deskundige vrijwilligers die, waar nodig, het verkeer regelen. Halverwege de tocht is er een koffiestop. Opgave/aanmelding voor een tocht kan tot de maandag die daaraan vooraf gaat. Bij opgave ook de naam en tel.nr. van een contactpersoon doorgeven. De tochten starten vanaf de parkeerplaats bij de Trefkoele+ in Dalfsen om 13.30 uur. De tochten duren tot ± 16.30 uur.

Aanmelden via tel. 0529 - 79 3013 of via infopunt@saamwelzijn.nl

Thuisscans

Iedereen wil graag lang comfortabel thuis blijven wonen. Saam Welzijn kan een thuisscan laten uitvoeren zodat u advies, ideeën en tips krijgt om uw huis levensloopbestendig en veilig te maken.

Contact: Judith Bos,
j.bos@saamwelzijn.nl

Scootmobieltraining

In samenwerking met Veilig Verkeer Nederland, de gemeente Dalfsen, de BTB-groep en de ouderenbonden, worden ieder voorjaar scootmobieltrainingen aangeboden aan de inwoners van de gemeente Dalfsen die een scootmobiel hebben. De training bestaat uit een theorie- en een praktijkles. De scootmobielbezitters, die via de gemeente een scootmobiel hebben, krijgen een persoonlijke uitnodiging voor deelname. De training wordt gegeven in het voorjaar van 2022 en wordt in de lokale pers aangekondigd voor hen die particulier een scootmobiel aangeschaft hebben.

Uitprobeerdienst

Om de zelfredzaamheid in de eigen woning/woonomgeving te verbeteren kunt u gebruik maken van digitale zorgtechnologie of andere hulpmiddelen. De aanschaf van dit soort hulpmiddelen kunnen kostbaar zijn. De Uitprobeerdienst is ontwikkeld zodat u deze hulpmiddelen eerst een maand kunt uitproberen. Onder begeleiding van een vrijwilliger en/of professional kijkt u samen naar een geschikte oplossing.

Contact: Judith Bos,
j.bos@saamwelzijn.nl

Wijkondersteuning en activiteiten in de kern

Ankum

Gezamenlijk eten Ankum

Laatste zondag van de maand kan iedereen van 65 jaar en ouder gezamenlijk eten in Restaurant het Roode Hert.

U dient zich uiterlijk vrijdagochtend 10.00 uur aan te melden voor de warme maaltijd via het Infopunt, telefoon 0529 – 79 3013.

Hessum

Diverse activiteiten

De 1e vrijdag van de maand kunt u elkaar ontmoeten bij Restaurant Madrid. Activiteiten variëren van een spel tot het maken van wandel- en fietstochten. De activiteit start om 10.00 uur en wordt afgesloten met een warme maaltijd.

U dient zich hiervoor aan te melden via tel. nr. 0529 - 47 1266.



Zwemmen

Woensdag 11.15 – 12.00 uur

Locatie: overdekt zwembad de Carrousel Ommen.

Hoonhorst

Gezamenlijk eten Hoonhorst

Iedere 2e zondag van de maand om 13.00 uur kunt u bij zaal Kappers in Hoonhorst gezamenlijk eten. Indien u gebruik wilt maken van de warme maaltijden dient u zich aan te melden.

Locatie: Zaal Kappers, aanmelden via tel. nr. 0529 - 40 1793.

Digitaal vragenuurtje/ App. spreekuur

Dinsdag 11.00 – 12.00 uur, aanmelden niet nodig

Locatie: Zaal Kappers



Ontmoeten in Hoonhorst

Eén keer per 14 dagen, in de oneven weken, is er op dinsdagochtend een bijeenkomst waar gezelligheid en ontmoeten centraal staan en waar u kunt deelnemen aan schilderen, kaarten, gymnastiek en biljarten.

Aanvang 10.00 uur Zaal Kappers. Na afloop van deze bijeenkomst kunt u gebruik maken van een warme maaltijd. Indien u gebruik wilt maken van de warme maaltijd dient u zich aan te melden via tel. nr. 0529 - 40 1793.

Koersbal

Maandag 13.30 – 15.30 uur

Locatie: De Potstal Hoonhorst

Zwemmen

Woensdag 11.15 – 12.00 uur

Locatie: overdekt zwembad de Carrousel Ommen.

Oudleusen

Digitaal vragenuurtje/ App. spreekuur

Woensdag 10.00 – 11.00 uur,
aanmelden niet nodig
Locatie: De Wiekelaar

Soos en/of Open tafel

Woensdag in de even weken,
10.00 – 12.00 uur. Vanaf 12.00 uur
warme maaltijd.

Telefoonnr. 0529 - 47 1728
Locatie: De Wiekelaar

Gym

Dinsdag 09.00 – 10.00 uur
Locatie: De Wiekelaar

Jeu de Boules Vereniging “d’Oleu Boules”

Dinsdagavond 19.00 – 21.00 uur
Donderdag 14.00 – 16.00 uur
Locatie: Op de baan achter de kerk

Koersbal

Dinsdag, 14.00 – 16.00 uur
Locatie: De Wiekelaar



Yoga

Maandag 19.00 – 20.00 uur
Maandag 20.30 – 21.30 uur
Locatie: de Wiekelaar

Zwemmen

Woensdag 11.15 – 12.00 uur
Locatie: overdekt zwembad de Carrousel
Ommen.

Dalfsen

Voor vragen, inlichtingen en/of opgave kunt u terecht bij het Infopunt.

Telefoonnummer. 0529 - 79 3013

of per mail:

infopuntdalfsen@bibliotheekdalfsen.nl

Alzheimercafé Dalfsen

Iedere derde maandag van de maand met uitzondering van juli en augustus van 19.30 - 21.30 uur. Zalencentrum De Overkant, Kerkplein 22 Dalfsen.

Contact Janny Velthuis, tel. 06 - 1127 6383
of per mail j.velthuis@saamwelzijn.nl

Biljarten (in clubverband)

Donderdag, 19.00 - 22.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Biljarten (recreatief)

Tijdens inloop soos de Polhaar.

Locatie: Trefkoele+

Bingo

Iedere 4e zondag van de maand, 14.00 - 16.00 uur

Locatie: Trefkoele+ (benedenverdieping)

Bridge (recreatief)

Woensdag 09.45 - 12.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Digitaal vragenuurtje/ App. spreekuur

Woensdag 15.00 – 16.00 uur,
aanmelden niet nodig

Locatie: WZC Rosengaerde

Donderdag 10.00 – 12.00 uur,
aanmelden niet nodig

Locatie: Trefkoele+

Eetcafé

Wekelijks op maandag.

Iedereen kan aanschuiven.

Inloop rond 17.00 uur, eten om
17.30 uur; kosten € 5,00

Locatie: Trefkoele+

Opgave is nodig en kan tot maandag vóór
12.00 via tel. nr. 06 - 1071 6170, of
per mail petertenhave7@gmail.com

Fietsen

Iedere laatste dinsdagmiddag van de
maand. Vertrek om 13.30 uur

Locatie: vertrek Trefkoele+

Fit en Vitaal 50+

Maandagavond 18.00 - 19.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Gymnastiek

Dinsdag 09.30 - 10.30 uur

Locatie: Trefkoele+

Gymnastiek

Vrijdag 9.00 - 10.00 uur en 10.30 - 11.30 uur

Locatie: WZC Rosengaerde

Handwerken

2e en 4e woensdag van de maand
(sept t/m juni) 14.00 – 17.00 uur

Vrijdag 10.00 - 12.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Houtsnijden (recreatief)

Vrijdag 14.00 - 16.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Jokeren

Woensdag 19.00 - 22.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Koersbal

Dinsdag 09.30 - 11.30 uur

Locatie: Trefkoele+

Kruisjassen

Dinsdag (oneven weken)

19.00 - 22.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Leeskringen

In huiselijke kring worden gelezen boeken besproken, bij toerbeurt bij de deelnemers thuis. Gemiddeld worden 6 boeken per jaar gelezen en besproken.

Mantelzorgspreekuur

Donderdag 10.00 – 11.00 uur.

Speciaal voor mantelzorgers (die behoefte hebben aan ondersteuning, een luisterend oor of vragen hebben)

Locatie: WZC Rosengaerde

Contactpersoon: Alet Lenderink,
a.lenderink@saamwelzijn.nl

Leeskring Filosofie en Cultuur

Een club die vanuit een brede en open benadering boeken leest en bespreekt over moderne filosofie en cultuur.

Meer informatie?

Mail: mgvdhoek@home.nl

Mondharmonicagroep De Monda's

Vrijdag 14.00 – 16.00 uur

Locatie: WZC Rosengaerde

Nieuwsgroep

Bespreken van hedendaags nieuws uit de krant of van tv

Woensdag 10.00 - 12.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Noten lezen

Bent u muzikliefhebber en wilt u meer weten over muzieklezen, noten, notenbalken, enz.? Geeft u zich dan op voor een korte cursus van 4 lessen.

Belangstellenden kunnen zich aanmelden waarna een cursus van start kan gaan.

Pilates

Dinsdag 10.30 – 11.30 uur

Locatie: Trefkoele+

Popkoor Just for Fun

Maandag 10.00 - 12.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Prijsklaverjassen

Dinsdag 13.30 - 17.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Schilderen

Maandag 13.30 - 16.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Sjoelen

Donderdag 09.30 - 11.00 uur

Locatie: Trefkoele+

Stijldansen

Maandag, 15.30 - 16.45 uur

Locatie: Parochiehuis, Emmastraat 21

Tai Chi

Maandag

09.30 - 10.30 uur

10.30 - 11.30 uur

11.30 - 12.30 uur

Locatie: Trefkoele+

Yoga

Donderdag 09.45 – 10.45 uur

Locatie: Trefkoele+

Zwemmen

Woensdag 11.15 – 12.00 uur

Locatie: overdekt zwembad de Carrousel
Ommen.

Infopunt per kern

Infopunt Nieuwleusen

Kulturhus De Spil

Openingstijden:

Maandag 14.00 – 16.00 uur

Dinsdag 10.00 – 12.00 uur

Woensdag 16.00 – 18.00 uur

Donderdag 10.00 – 12.00 uur

14.00 – 16.00 uur

Infopunt Lemelerveld

Kulturhus De Mozaïek

Openingstijden:

Maandag 10.00 – 12.00 uur

Dinsdag 10.00 – 12.00 uur

Woensdag 13.30 – 15.00 uur

Donderdag 13.30 – 15.00 uur

Infopunt Dalfsen

Kulturhus Trefkoele+

Openingstijden:

Maandag 10.00 – 12.00 uur

Dinsdag 10.00 – 12.00 uur

14.00 - 16.00 uur

Woensdag 18.30 – 20.30 uur

Donderdag 10.00 – 12.00 uur

14.00 – 16.00 uur

Vrijdag 10.00 – 12.00 uur

Het Infopunt is er om mensen te helpen met allerlei vragen. Je kunt er terecht voor betrouwbare informatie over wonen, werk, zorg, welzijn en nog veel meer.

Deskundige hulp

Bij het Infopunt werken deskundige mensen met een warm hart. Zij beantwoorden graag je vragen. Kunnen zij je vraag niet beantwoorden, dan helpen zij je op weg. Als je dat wil leggen ze samen met jou contact met de juiste organisatie.



Ook als je vragen hebt over digitale onderwerpen

In de gemeente Dalfsen is het Informatiepunt Digitale Overheid ondergebracht bij het Infopunt. Hier word je verder geholpen met vragen over bijvoorbeeld huurtoeslag, AOW, werk, uitkering, belasting of PGB.

Medewerkers van het Infopunt helpen je ter plekke op weg of verwijzen door naar lokale partners als het gaat om persoonsgebonden informatie.

Kom gerust langs (zonder afspraak)

Je kunt tijdens openingstijden zonder afspraak langskomen bij één van de drie Infopunten. De Infopunten vind je in de Kulturhusen. Het Infopunt is ook telefonisch bereikbaar. Het telefoonnummer is 0529 793013.

Meer informatie en de openingstijden vind je op: www.bibliotheekdalfsen.nl/infopunt.

Voor als je het even niet weet.

