

55+ in Veenendaal

Activiteiten, ontmoeting en ondersteuning



Bent u 55-plusser, dan behoort u officieel tot de senioren. Maar zo voelt u zich misschien niet. U wilt graag actief blijven en dingen ondernemen. Ontspanning, activiteiten ondernemen, beweging en mensen ontmoeten met dezelfde interesses. Dat maakt het leven zoveel leuker! Juist als door omstandigheden uw leven verandert. Door het verlies van een dierbare bijvoorbeeld. Of gezondheidsklachten. Veens biedt diverse activiteiten, advies, diensten en ontmoetingsmogelijkheden die ervoor zorgen dat u mee kunt blijven doen.



Veens Voordeur

Voor al uw vragen, zorgen en ideeën

Heeft u een vragen, zorgen of ideeën? Dan kunt u langskomen bij de Veens Voordeur, een inlooppunt in het gemeentehuis of bij u in de wijk. Getrainde vrijwilligers of wijkcoaches staan u graag te woord en helpen u verder.



Veens Voordeur, Gemeentehuis

Raadhuisplein 1, Veenendaal



maandag t/m donderdag 9.00 - 12.00 uur | 13.00 - 15.00 uur
vrijdag 9.00 - 13.00 uur



(0318) 544 131 (maandag t/m vrijdag 9.00 -17.00 uur)



info@veens-welzijn.nl



www.veens-welzijn.nl/contact

Waar vindt u Veens?

In elke wijk én in het gemeentehuis vindt u een Veens Voordeur. Een inlooppunt waar u hulp kunt vragen én bieden. Kijk voor een Veens Voordeur bij u in de buurt en de openingstijden op onze website.

55+ bus

Vervoer van deur tot deur

De 55+ bus is er voor iedereen van 55 jaar en ouder die niet met het openbaar vervoer kan of wil reizen. De bus brengt u binnen de gemeente Veenendaal naar uw bestemming. In de bus is voldoende ruimte voor rolstoelen en rollators. De vrijwilligers die de bus besturen zijn getraind in het bieden van service en veiligheid.



Rijtijden: Maandag t/m vrijdag: 8.30-12.15 uur | 12.45-17.00 uur | 18.30-22.00 uur, zaterdag: 9.00-17.00 uur

Kosten: €2,- per rit of €19,- voor een 10-rittenkaart



Reserveren: (0318) 527 475 (maandag t/m vrijdag tussen 9.00-12.00 uur en 13.30-16.30 uur)



“ *Ik ben niet meer zo goed ter been, maar ga op dinsdag altijd graag naar de markt. De 55+ bus is dan ideaal. En de chauffeurs zijn altijd vriendelijk en behulpzaam.* ”

Hulp van een vrijwilliger

Voor klusjes, vervoer of gezelschap

Een klusje in of om het huis, begeleiding naar de arts, hulp bij het invullen van documenten, een wandeling of een bezoekje. Heeft u hulp nodig voor uzelf of een ander? Denk dan eens aan ondersteuning van een vrijwilliger. Wij kunnen u koppelen aan een vrijwilliger als:

- ✓ u zelfstandig woont en geen hulp kunt krijgen van vrienden, burens, familie of bekenden
- ✓ u niet meer in staat bent om noodzakelijke taken/klussen zelf te doen
- ✓ u geen financiële middelen heeft om praktische hulp in te huren



www.veensvrijwilligers.nl



info@veensvrijwilligers.nl



06 103 87 301

Activiteiten voor ouderen in de wijkcentra Bingo, biljarten, kaarten schilderen en nog vele meer

In activiteitencentra De Kleine Beer, De Duivenwal en De Eglantier kunt u dagelijks terecht voor allerlei activiteiten voor senioren. Bijvoorbeeld: biljarten, bingo, schilderen, schaken, dammen, volksdansen, rummikub, kaarten, koersbal, biljarten, gymnastiek, sjoelen, de bibliotheek en nog veel meer. Ook kunt u hier informatie krijgen over wmo-voorzieningen, sport- en dagactiviteiten.



Aanmelden voor activiteiten

De Duivenwal:

T (0318) 512 770

Duivenwal 1

Veenendaal

De Kleine Beer:

T (0318) 514 603

Poolster 162

Veenendaal

De Eglantier:

T (0318) 556 625

Rederijkers 1

Veenendaal

Vragen over activiteiten

Duivenwal & Kleine Beer:

Rutger van Zanten

T 06 101 926 97

r.vanzanten@veens-welzijn.nl

Eglantier:

Freddy Smit

T 06 542 306 95

f.smit@veens-welzijn.nl



www.veens-welzijn.nl/activiteiten



“ *Omdat ik nu weet hoe ik kan e-mailen en skypen heb ik meer contact met mijn zoon en kleinkinderen in Amerika.* ”

55+ Senioren computerhulp

Mailen, internetten en nog veel meer

E-mailen, zoeken op internet, een foto versturen of een brief maken in Word: elke donderdag tussen 13.30 - 16.00 uur zijn senioren welkom bij 55+ Senioren computerhulp in activiteitencentrum de Kleine Beer. Gemotiveerde en deskundige vrijwilligers zijn aanwezig om te helpen. Er zijn twee laptops aanwezig, maar bezoekers kunnen ook hun eigen laptop of tablet meenemen. Kosten: €1,20 inclusief koffie of thee. Een afspraak maken is niet nodig, maar kan wel.



De Kleine Beer, Poolster 162 te Veenendaal.

T (0318) 51 46 03 op werkdagen tussen 9.00 -12.00 uur
en 13.30 - 16.30 uur.

Vriendenkring

Samen leuke dingen ondernemen

Andere mensen ontmoeten, leuke dingen doen, gezellig samen zijn? Sluit u aan bij een vriendenkring! Een vriendenkring komt regelmatig bij elkaar en onderneemt leuke activiteiten met elkaar. Samen koffie of thee drinken, een spel doen, erop uit naar de dierentuin of de bioscoop. Wilt u zich aansluiten bij een vriendenkring of zelf een kring samenstellen? Veens kijkt samen met u naar de mogelijkheden en ondersteunt u hierbij. Kom gerust langs bij de Veens Voordeur of bel (0318) 544 131.



www.veens-welzijn.nl/vriendenkring

Buurtrestaurant 't Turfke en Plein Zuid

Schuif gezellig aan!

Wat is er nou gezelliger dan samen eten? In wijkcentra 't Turfke en Plein Zuid schuift u gezellig aan voor een heerlijke gezonde maaltijd voor weinig geld.

Resto 't Turfke:

- woensdag 17.30 uur, driegangen diner, €4,- pp, aanmelden: T 06 463 579 56
- donderdag 12.00 uur, lunch, €2,50 pp, aanmelden: T 06 454 92 686
't Turfke, Zonnebloemstraat 1, Veenendaal

De Eettafel Plein Zuid:

- dinsdag driegangen diner, 17.00-19.00 uur, €4,- pp
aanmelden: T 06 2339 74 05
- Buurtbuffet, €1,- pp
info: www.fransegat.nl of buurtbuffet@fransegat.nl
Plein Zuid, Dr. Colijnstraat 70 (ingang Dr. de Visserstraat), Veenendaal



“ *Elke dag alleen eten is zo ongezellig. Ik ga nu bijna elke week naar 't Turfke. Je krijgt een gezonde maaltijd en ontmoet andere mensen.* ”

Rouwverwerking na verlies van een partner

Samen met lotgenoten het leven weer oppakken

Groepsbegeleiding voor iedereen die met lotgenoten stil wil staan bij hun verlies en de blik vooruit wil richten. In acht bijeenkomsten werken we aan de volgende thema's:

- Verschillende manieren van omgaan met verdriet
- Wat brengt het leven als alleenstaande met zich mee?
- Welke bagage heb je en waar put je kracht uit?
- Heb je genoeg aandacht voor jezelf en voldoende zelfvertrouwen?
- De mensen om je heen; van wie krijg je steun?
- Hoe leg je nieuwe contacten?
- Hoe ervaar je het alleen zijn?

- ✓ Start bij voldoende belangstelling
- ✓ Locatie: Veenendaal
- ✓ 8 bijeenkomsten
- ✓ Kosten € 25,-



collectief@veens-welzijn.nl



06 306 071 93 of 06 132 503 42



www.veens-welzijn.nl/cursus-rouw



“ *Het is fijn om met mensen te praten die hetzelfde doormaken. Dankzij deze cursus heb ik weer zin om dingen te ondernemen én ik heb leuke contacten opgedaan.* **”**

Buurtbemiddeling

Advies en bemiddeling bij burenoverlast

Harde muziek of gestamp op de trap. Een hond die voor de deur plast. Een boom die de tuin overschaduwde of een kinderwagen op de galerij. Voor je het weet, groeien kleine irritaties uit tot grote conflicten. Met informatie, advies en bemiddeling zorgen wij dat er weer ruimte komt voor wederzijds begrip.



buurtbemiddeling@veens-welzijn.nl



(0318) 544 131

Steunpunt Mantelzorg Veens

Omdat u belangrijk bent!

Zorgt u langdurig voor een ouder, partner, broer, zus, kind of bekende? Omdat hij of zij ziek is, gehandicapt, dementerend of psychische problemen heeft? Dan bent u mantelzorger. Mantelzorgen kan zwaar zijn en het is belangrijk dat u uw zorgtaken goed kunt blijven uitvoeren. Het Steunpunt Mantelzorg van Veens biedt ondersteuning en informatie.

Contact



Veens, Gemeentehuis
Raadhuisplein 1, Veenendaal



maandag t/m donderdag 9.00 - 12.00 uur | 13.00 - 15.00 uur
vrijdag 9.00 - 12.00 uur.



T (0318) 544 131 (maandag t/m vrijdag 9.00 -17.00 uur)



mantelzorgveens@veens-welzijn.nl



veens-welzijn.nl/mantelzorgerVeenendaal

Vrijwilligersvacaturebank Veenendaal

Kies een vacature die bij u past

Wilt u vrijwilligerswerk doen voor een organisatie in Veenendaal? Voor een uitgebreid aanbod van vrijwilligersvacatures kijkt u op:



veensvrijwilligers.nl
(kies voor 'vacaturebank')

Hulp bieden aan een buurtbewoner

Praktische klusjes, vervoer of gezelschap

Wilt u iets betekenen voor een buurtgenoot? Voor iemand die niet kan terugvallen op anderen? Wij brengen u in contact met mensen die hulp nodig hebben bij alledaagse dingen of behoefte hebben aan wat aanspraak.



www.veensvrijwilligers.nl
(kies voor 'ondersteuning bieden')

Seniorenvoorlichting

Bij u aan huis

Tegenwoordig zijn veel mensen langer actief en zelfstandig. Toch kan het zijn dat u tegen zaken aanloopt die onze aandacht verdienen. Seniorenvoorlichters komen graag bij u thuis om vragen te beantwoorden en u te adviseren over oplossingen. Denk aan: ondersteuning in en om het huis, vervoer, financiële regelingen, tijdsbesteding en sociale contacten, seniorenhuisvesting, gezondheid, thuiszorg, maaltijdvoorzieningen, personenalarmering, vrijwilligersdiensten, enz.



De gemeente Veenendaal informeert u over seniorenvoorlichting als u hiervoor in aanmerking komt.

Heeft u toch vragen? Neemt u dan contact op met Yulyana Unal van Veens:



y.unal@veens-welzijn.nl



06 104 068 68