



Tel. 088 47 80 600
Email raalte@wijz.nu

Prettig oud(er) worden in de gemeente Raalte

Iedereen heeft andere wensen en behoeften als het om ouder worden gaat. Deze nieuwsbrief is er om jou te informeren en inspireren. Heb je zelf een vraag, waardevolle tips of informatie die gedeeld kan worden met andere mensen? Laat het vooral weten.

Ontdekday driewielfietsen

Veilig en met plezier blijven fietsen tot je 100e? Tijdens de ontdekday driewielfietsen kunnen bezoekers deze fietsen gratis uitproberen in Sportcentrum Tijenraan. Ervaren adviseurs zijn aanwezig om vragen te beantwoorden over veilig fietsen.

- **Datum:** Dinsdag 15 april 2025
- **Tijd:** 10.00 uur tot 12.00 uur
- **Locatie:** Sportcentrum Tijenraan, Zwolsestraat 65, Raalte

Aanmelden is niet nodig en de ontdekday is gratis te bezoeken.

Bingo met oude foto's

We organiseren samen met de Digitale Huiskamer een bingo. Tijdens de bingo worden oude foto's van Raalte getoond.

- **Datum:** Donderdagavond 17 april 2025
- **Tijd:** 19.00 uur deuren open, 19.30 uur start
- **Kosten:** € 5,00
- **Locatie:** TraXX, Schapenstraat 3, Raalte

Opgeven kan bij [Saskia Pijnappel](#), 06 136 78 478
of [Ilse Rozendal](#), 06 138 82 293

Vergeet-mij-niet Koffiemiddag

Datum: Dinsdag 29 april 2025
Locatie: Annahuis, De Plas 8, Raalte
Tijd: 13.30 – 15.00 uur

Ruim een kwart van alle mensen met dementie voelt zich namelijk vaak alleen. Om dit gevoel van isolement tegen te gaan, bieden de Vergeet-mij-niet Koffiemiddagen een veilige ruimte voor gesprekken en het delen van ervaringen met anderen die dezelfde uitdagingen ervaren.

Wanneer je de diagnose dementie of MCI hebt gekregen, heb je allerlei vragen en ervaar je vaak problemen in je dagelijks leven. Het kan helpen om mensen te ontmoeten die dit ook meemaken.

Neem voor meer informatie contact op met
Jeannet Kleine Schaars, jeannet.kleineschaars@raalte.nl, 06 135 392 93.

Theatervoorstelling 'Zo vergat ik mijzelf'

Wist je dat bijna de helft van alle mensen te maken krijgt met mentale klachten? Bij henzelf of hun naasten. Klachten zoals somberheid, (sociale) angst, slecht slapen, stress of eenzaamheid. Helaas is het soms lastig om dit bespreekbaar te maken. En daar kunnen we samen wat aan doen, want erover praten en naar elkaar luisteren helpt.

Daarom komt Johan Stegeman op vrijdag 16 mei naar Raalte met zijn theatervoorstelling 'Zo vergat ik mezelf'. Johan vertelt in een monoloog zijn persoonlijke verhaal en gaat daarna met het publiek in gesprek over mentale gezondheid. Vriendendiensten organiseert deze avond in samenwerking met gemeente Raalte.

Datum: Vrijdag 16 mei 2025
Tijd: Zaal open om 19.30 uur, aanvang 20.00 uur
Locatie: HOFtheater Raalte

De voorstelling is gratis te bezoeken. Na de voorstelling staat er een drankje voor je klaar en is er ruimte om na te praten. Ga naar www.vriendendienstendeventer.nl en meld je aan.

Uitprobeerservice Thuis technologie

Veel mensen willen graag zelfstandig thuis blijven wonen, ook als door het ouder worden of door beperkingen de kwetsbaarheid toeneemt. Gelukkig zijn er vandaag de dag veel mogelijkheden om het huis en de woonomgeving zo in te richten, dat het de zelfredzaamheid bevordert. Denk hierbij aan een horloge met alarm en GPS, een sprekende kalenderklok met agenda, lampen op sensoren of een medicijnalarm.

Diverse technologieën kunnen je helpen dagelijkse taken makkelijker te maken en minder afhankelijk te zijn van hulp van anderen. De belangrijkste vraag is: welke producten zijn passend in jouw situatie bij je wensen voor de toekomst?

Zoek je voor jezelf of voor iemand anders hulp bij het vinden van passende hulpmiddelen in huis? Dan kun je gebruikmaken van de uitprobeerservice van WijZ welzijn Raalte. Een vrijwilliger komt graag bij jou langs om de mogelijkheden te bespreken en uitleg te geven over diverse producten. Als het product beschikbaar is om uit te lenen, kun je het uitproberen. [Klik hier om naar de online folder te gaan.](#)

Wil je een afspraak maken of heb je vragen? Neem dan gerust contact op. Wij denken graag met jou mee. E-mail: raalte@wijz.nu, tel.nr: 06 41 64 33 98.

Nieuws uit de Digitale Huiskamer: Fraude met DigiD

In het TV programma Radar is gewaarschuwd voor verdachte DigiD-brieven die vragen om een QR-code te scannen en het account te 'heractiveren'. Dit is phishing en bedoeld om inlog- of bankgegevens te stelen. DigiD benadrukt dat zij nooit links of QR-codes sturen.

Herken valse berichten aan:

- Onrustwekkende inhoud, zoals vermeende beveiligingsproblemen.
- Gebruik van links/QR-codes.
- Ongebruikelijke opmaak of fouten in de tekst.
- Spamfolder-plaatsing.

Heb je per ongeluk gegevens ingevoerd? Kijk op de [DigiD-pagina](#) over fraude of neem contact op met de Helpdesk. Vrijwilligers van de [Digitale Huiskamer](#) bieden hulp bij twijfel.

