



Beste <<Voornaam>>,

Ongeveer 1x per maand versturen we een nieuwsbrief. Dit keer met thema: **ouder worden**. Want fit en vitaal ouder worden, zo lang mogelijk thuis wonen, dat gunnen wij van ElkWelzijn iedereen. Meedoen, actief zijn en blijven helpt daarbij. Levenservaring en wijsheid van ouderen maakt Culemborg sterker. Daarom staat deze nieuwsbrief vol waardevolle info en inspiratie voor het ouder worden.

Dit doet de wijkcoach ouderen

#### 'Wegwijzer voor senioren' editie 2023/2024

Heb jij de 'Wegwijzer voor senioren' editie 2023/2024 al thuis liggen? Het is een praktisch boekje van A5-formaat vol met tips, adviezen en handige adressen die nodig kunnen zijn bij het ouder worden. Download [de digitale versie](#) of vraag een fysiek exemplaar op bij ElkWelzijn: [info@elkwelzijn.nl](mailto:info@elkwelzijn.nl) of 0345-51 52 27

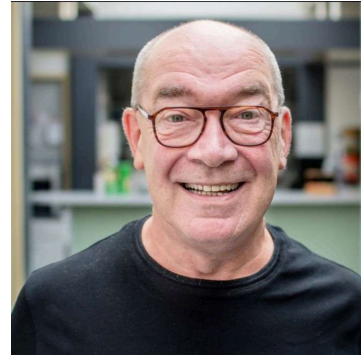


[Download de Wegwijzer voor senioren \(pdf\)](#)

---

## Nieuw gezicht rondom seniorenondersteuning

Dat ouderen soms hulp en advies nodig hebben is een open deur. Dat ze daarvoor goed bij ElkWelzijn terecht kunnen is misschien minder bekend. Terwijl er toch op veel vlakken hulp en ondersteuning geboden wordt. Zeker nu er een nieuwe, ervaren wijkcoach voor ouderen bij is gekomen die bestaande activiteiten ondersteunt en nieuwe op poten zet. Een aanwinst voor de oudere inwoners van Culemborg.



[Lees het interview met Pieter](#)

---

## Financieel extraatje voor ouderen met smalle beurs

Ben je met pensioen, woon je zelfstandig en is er weinig geld om iets extra's te doen? Vraag dan bij ElkWelzijn de Doe Mee(r) Regeling aan, een bedrag van maximaal € 150,-. Met dit geld kun je meerdere dingen doen, bijvoorbeeld:

- een activiteit buitenshuis
- eten en drinken buitenshuis
- kosten betalen die verbonden zijn aan telefonie en internet

Meer info: Karin Burgers 06-20 71 80 of [kburgers@elkwelzijn.nl](mailto:kburgers@elkwelzijn.nl)

---

## Hulpvragen van ouderen uitgelicht



### MUZIKAAL GENIETEN

Tover jij met jouw muzikaliteit graag een lach op het gezicht van de bewoners van Het Torenforthuis? Wij zijn op naar vrijwilligers die piano willen spelen voor de oudere bewoners in Het Torenforthuis.



### SAMEN TUINIEREN

Help bij het opknappen van tuinen van mensen die het zelf (door omstandigheden) niet kunnen. Snoeien, onkruid wieden etc. Voor gereedschap wordt gezorgd en je werkt

samen met de bewoner(s) en andere vrijwilligers.



### EEN UURTJE GELUK

Doe een spelletje, maak een praatje, ga lekker naar buiten of ondersteun bewoners van Zorgcentrum Beatrix bij het bereiden van een maaltijd.



### BEZOEKMAATJE MENEER 63 JAAR

Een 63-jarige meneer met dementie krijgt positieve energie van het ontmoeten van leuke mensen, een praatje, samen lezen, muziek luisteren. Jij ook?

## Welke oudere help jij?



### Culemborgse maatjes voor senioren

Ken je het project 'Culemborgse maatjes'? Vrijwilligers en (kwetsbare) Culemborgers komen samen. De activiteiten zijn divers en altijd met elkaar in overleg. Plezier, vriendschap en samen zijn staat voorop. Van regelmatig samen een kop thee drinken tot fietsen, wandelen, computeren, tuinieren, ofwel... matching op maat.

Meer info: Carlo de Waal 06-22 15 17 90 of [cdewaal@elkwelzijn.nl](mailto:cdewaal@elkwelzijn.nl)

**"Marijn, wat heb je vandaag gedaan op school?" vraagt Hannie, een oude statige dame. Zij is een bewoner van de Elisabeth hof. Marijn vertelt dat hij veel vakken had, maar ook koekjes heeft gebakken. "Heb je ook gedanst?" vraagt Hannie. "Nee", zegt Marijn. "Ik heb veel gedanst", gaat Hannie verder. "Wil je met me dansen?" Ze is een beetje in de war, Marijn kleurt: "Ik kan niet dansen. Ik kom met je praten."**

[Lees het hele interview](#)

---

## Info en aanmelden

---

### Ander nieuws

#### Activiteiten aanmelden voor Warme Zomerweken 2024

Onder het motto 'Warme Zomerweken' verzamelen we ook in 2024 allerlei activiteiten die tijdens de zomerperiode in Culemborg te doen zijn, voor jong en oud. Organiseer jij een activiteit tussen 1 juli en 31 augustus 2024? [Lever de informatie vóór 1 juni aan](#)



#### De eerste maatschappelijke beursvloer

ElkWelzijn en Stichting Present organiseren op 10 oktober 2024 een maatschappelijke beursvloer. De beursvloer is een bijeenkomst waar het bedrijfsleven, overheid en maatschappelijke organisaties lokale behoeften kunnen verhandelen. [Meer info](#)



#### Jaarbericht 2023: Preventief en inclusief

"Preventief en inclusief" was ons motto voor 2023. Het is de manier waarop we willen werken en waarin we onze toegevoegde waarde voor de samenleving zien. We werken hier hard aan. [Naar het jaarbericht 2023.](#)



#### ElkWelzijn verwelkomt stagiaires

We gaan nog meer werk maken van het begeleiden en opleiden van stagiaires. Er is nu een stagecoördinator met het accent op welzijnswerk voor volwassenen en een voor het jongerenwerk. [Lees verder](#)



Deel



Stuur door

---

Copyright © 2023  
ElkWelzijn, Meerlaan 22 4103 XZ Culemborg  
0345 - 51 52 27 | [info@elkwelzijn.nl](mailto:info@elkwelzijn.nl) | [www.elkwelzijn.nl](http://www.elkwelzijn.nl)

[Afmelden](#)

