



Palet

BUURTEN

December 2016, jaargang 4, nummer 15

met
Palet

Harry Lenaers

VAN ALLE MARKTEN THUIS

Samenwerking met
huisarts Rein Baarsma

Bijzondere vriendschappen
dankzij haakproject

Onmisbare vrijwilligers

VERBINDING

INHOUD

Harry Lenaers aan het woord	4	
Van alle markten thuis		
Goed om te weten...	6	
Palet feitjes		
Samenwerking	7	
met huisarts Rein Baarsma		
Vrijwilligers aan het woord	8	
Onmisbare vrijwilligers		
Voorbeeld uit de wijk	10	
Bijzondere vriendschappen dankzij haakproject		
DienstenPalet en Activiteiten	11	
Activiteiten en contact	12	

COLOFON

Buurten met Palet is een gratis uitgave van Palet, onderdeel van Kwadrant-Groep. Alle rechten voorbehouden.

Palet
Postbus 181
9200 AD Drachten
Tel: (0900) 321 321 3
info@paletgroep.nl

Teksten
Casper Ferwerda

Fotografie
Martin Rijpstra

Vormgeving
Crossmedia Communicatiegroep

Drukwerk
Noova Media Productions

Voorwoord

VIJF BLOKJES OM HET VOETBALVELD

Een gekleurde lappendeken met een omvang van vijf voetbalvelden. Ik probeer me er een beeld bij te vormen. Toen ik zelf nog actief voetbalde, liepen we voor de training altijd een paar keer om het veld om de spieren los te maken. Vijf voetbalvelden, dat is een heel eind.

Wat behelst de medewerkers en cliënten van Palet eigenlijk met hun haakproject? Ze zijn hard op weg naar een wereldrecord: de grootste gehaakte deken ter wereld. Maar daar gaat het natuurlijk niet om. Verpleegkundige Monique van der Hoek vertelt het in deze Buurten treffend: "Het haken is een middel voor mensen om samen iets leuks te doen. Er zijn heel bijzondere vriendschappen gesloten."

Verbinden dus. Mensen met elkaar verbinden. Dat is wat we in de zorg tegenwoordig bewust nastreven. Het geeft inhoud en waarde aan het leven en het verdrijft de eenzaamheid. In deze Buurten staan weer prachtige voorbeelden van mensen die van nature sociaal bezig zijn. Lees bijvoorbeeld het verhaal van Harry Lenaers.

Dit geldt ook voor onze medewerkers. En zeker onze onmisbare vrijwilligers, zoals Maaïke Adema, Reitze Ketellapper en Anna Baarda die in dit nummer enthousiast over hun werkzaamheden vertellen. Ik wil alle vrijwilligers heel hartelijk danken voor hun inzet!



**“VERBINDING GEEFT
WAARDE AAN HET LEVEN.”**

Kortom, er valt weer veel te lezen! Over dingen die ons verbinden. Ik wens iedereen fijne feestdagen en een gelukkig nieuw jaar.

Sjoerd Tolsma
Directeur Wonen, Welzijn en Zorg

Dit magazine is ook digitaal beschikbaar op:
www.paletgroep.nl/buurten





VAN ALLE MARKTEN THUIS

Harry Lenaers uit Leeuwarden is een heel bijzondere man. Hij woonde overal in Nederland en had de meest uiteenlopende beroepen. Zijn grootste passie is mooie, oude spullen. Meneer Lenaers haalt ze zelf uit alle windstreken. Zijn optrekje in wooncentrum Swettehiem in Leeuwarden staat er vol mee. Maar de meeste spullen verkoopt Harry weer.

Marktkraam

Elke dag is Harry op pad voor de handel. Zo gaat hij 's ochtends langs bij 'Jouw Marktkraam' in hartje Leeuwarden, waar iedereen een plek kan krijgen om eigen waren aan te bieden. Meneer Lenaers gaat er naartoe met zijn scootmobiel, soms met wat verse artikelen in de tas. Maar hij is nooit veel langer dan een kwartiertje in de winkel. "Ik kijk even wat er de vorige dag is verkocht en ga dan weer weg. Op de terugweg rijd ik meestal ook even langs hun vestiging aan de Harlingerstraatweg. Ook hier verkoop ik mijn spullen."

Scootmobiel in de trein

Wat Harry verkoopt, loopt behoorlijk uiteen. Hij is dan ook van alle markten thuis. Meubels, schilderijen, boeken, keukenbenodigdheden, sieraden; hij weet exact waar vraag naar is en kan de spullen ook goed op waarde schatten. Hoe komt hij er allemaal aan? "Ik koop ze door heel Nederland. Overal waar een markt of beurs is, ga ik naartoe. Ik weet precies waar die zijn, mede dankzij het internet. Ik heb ook een boekje met daarin alle markten van Nederland. Zelfs uit Limburg heb ik spullen gehaald. Met mijn scootmobiel in de trein kan ik overal makkelijk naar toe. Mijn scootmobiel heeft trouwens een trekhaak zodat ik de handel in een wagentje kan meenemen. Lukt dat niet, dan laat ik de spullen bij mij thuis bezorgen."

"OVERAL WAAR EEN MARKT OF BEURS IS, GA IK NAAR TOE. IK WEET PRECIES WAAR DIE ZIJN."

Van zakenman tot orgeldraaier

Harry Lenaers werd 73 jaar geleden geboren in Roermond. Hij groeide op in het Limburgse Mechelen en deed in zijn latere leven van alles voor de kost. Zo was Harry boerenknecht, kermisexploitant en schoonmaker van olietankers. "Ik heb vele beroepen gehad", zegt hij vanaf een antieke bank in zijn appartement. "Van zakenman tot orgeldraaier. En alles wat daartussen zit." Door zijn uiteenlopende werkzaamheden woonde hij op diverse plekken in Nederland. "Amsterdam, Rotterdam, Den Haag, Utrecht, Enschede; ik heb het allemaal gezien." Hij was ook een tijdje dakloos. Dit bracht hem naar Leeuwarden, bij opvang De Terp.

"IK KIJK EVEN WAT ER DE VORIGE DAG IS VERKOCHT EN GA DAN WEER WEG."

Bont geheel

Sinds twaalf jaar woont meneer Lenaers in een appartement op de bovenste etage van Swettehiem. De thuiszorg komt twee keer per dag bij hem langs om te helpen met aankleden en het aantrekken van de steunkousen. De huiskamer staat vol met spullen. Een jukebox, emaille borden, een draaimolenpaard van piepschuim en een kleine motorfiets; ze vormen een bont geheel. Hij is er graag. Nadat Harry zijn ochtendronde langs zijn verkooppunten in Leeuwarden heeft gemaakt, beoefent hij er nog een andere grote hobby: televisie kijken. "Het liefst kijk ik naar sport. Ik houd van voetbal. Nu ik in Leeuwarden woon, ben ik uiteraard voor Cambuur. Ik kijk al hun wedstrijden. Wielrennen volg ik ook een beetje. Waar ik trouwens met net zoveel plezier naar kijk, zijn die programma's over garageverkoppen in Amerika."

Kerstmarkt

De Kerst staat voor de deur, maar daar heeft Harry niet zoveel mee. "Ik heb namelijk geen familie meer. Mijn ouders zijn overleden, net als mijn halfbroer en halfzus. Ik ben ook nooit getrouwd geweest en heb geen kinderen. Dan zijn de kerstdagen best wel moeilijk, moet ik zeggen. Ik ben alleen op de wereld. Alhoewel, ik heb wel veel vrienden en kennissen. Maar ik vind het fijn als er ergens een kerstmarkt is, dan ga ik daar heen om spullen te kopen. De handel geeft mij het meeste plezier - ook met Kerst."

"DE HANDEL GEEFT MIJ HET MEESTE PLEZIER - OOK MET KERST."



GOED OM TE WETEN...



Foto: Arthur Smeets

NIUWBOW PARKHOVEN VAN START

Met een feestelijke bijeenkomst werd op woensdag 2 november gestart met de bouw van WZC Parkhoven in Leeuwarden. Naast bewoners, de cliëntenraad, medewerkers en andere genodigden was ook Palet-regiomanager Lineke Kleefstra aanwezig. "Na jaren van plannen maken is het eindelijk zover. Vandaag leggen we letterlijk en figuurlijk het fundament voor een prachtig woonzorgcentrum. Hier zijn straks 54 plaatsen voor mensen met dementie en/of een lichamelijke beperking." In Parkhoven komt ook een Wijkhuispaal met twaalf plekken voor mensen die tijdelijk extra zorg nodig hebben, dagbehandeling en een expertise- en behandelcentrum. De nieuwbouw moet eind volgend jaar klaar zijn.

Foto: Yt Krusinga, voorzitter van de cliëntenraad van Parkhoven, geeft het officiële startsein voor de bouw door het storten van een deel van het fundament.

ODENSEHUIS GERARD SMIT GEOPEND

Een bijzonder project voor mensen met dementie: in wijkcentrum Nijlân in Leeuwarden is een Odensehuis geopend. Het Odensehuis is elke woensdag van 10.00 tot 17.00 uur geopend voor mensen die met dementie te maken hebben. Het draagt de naam van Gerard Smit, boegbeeld van de Proeftuin Dementie Friesland. Hij overleed afgelopen voorjaar. "Gerard was een van de grondleggers van de sociale benadering van dementie", vertelde Roelof Jonkers bij de opening van het Odensehuis. Hij is bestuursvoorzitter van de KwadrantGroep, waartoe Palet behoort. "Ik ben heel blij dat zijn naam is verbonden aan dit mooie project."



BIJZONDERE VERSCHIJNING

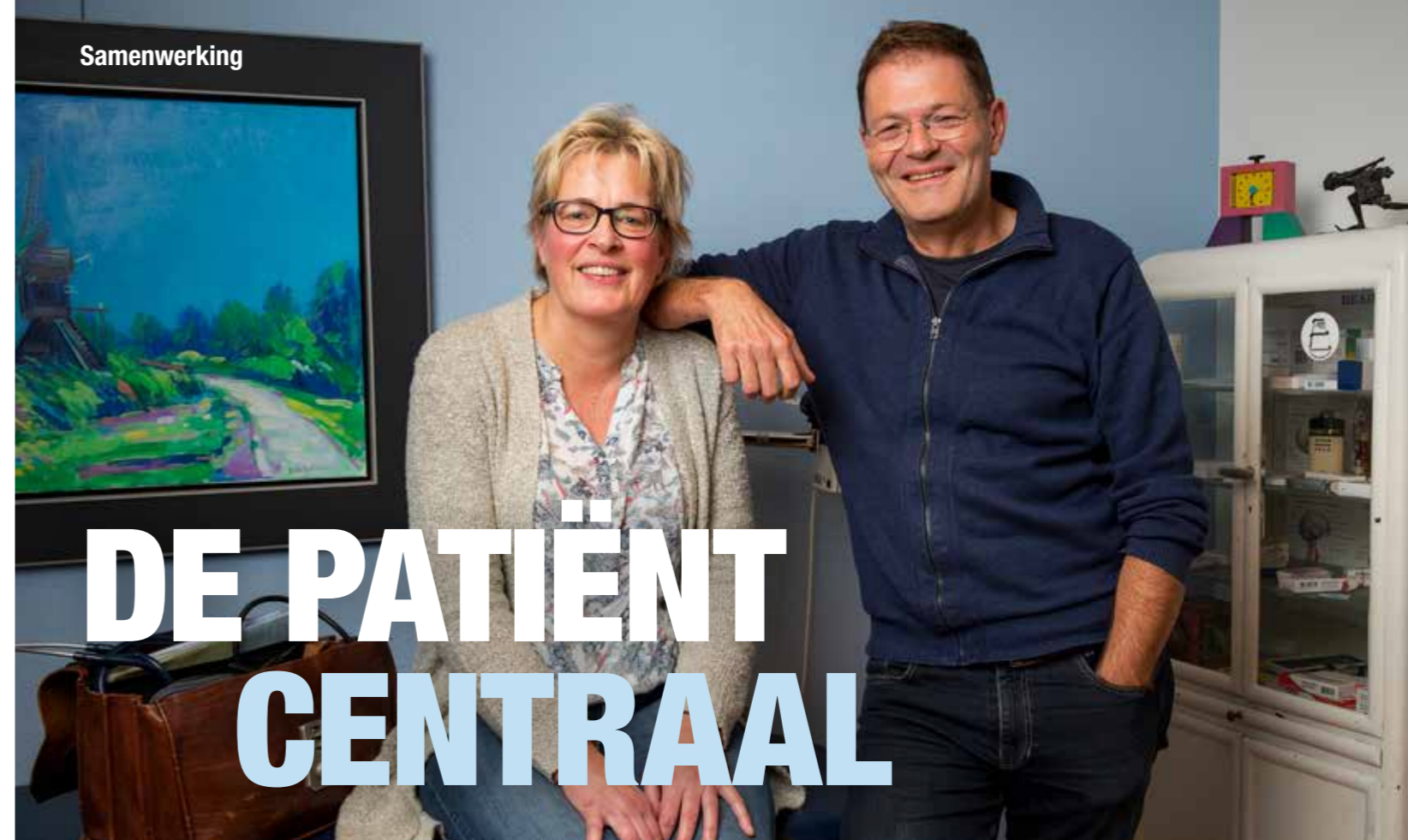
"We komen regelmatig scootmobielen tegen, maar eentje als deze hebben we nog gezien." Meneer Terpstra uit Berltsum is sinds afgelopen zomer de trotse bezitter van een heuse duo-scootmobiel. Hiermee kan hij samen met zijn vrouw op pad. Meneer achter het stuur, mevrouw als passagier. Het echtpaar is een bijzondere verschijning in de buurt. "We gaan er vaak mee weg. Voor een boodschap of een blokje om langs bijvoorbeeld Menaldum, Sint Annaparochie of Franeker."

Mevrouw Terpstra-Bergsma onderging drie jaar geleden een zware operatie. Er werd een goedaardige tumor uit haar hoofd verwijderd. "De operatie heeft de 'computer van de mens' wat aangetast", zegt meneer Terpstra. "Lopen is voor mij een stuk moeilijker geworden", legt mevrouw Terpstra-Bergsma uit. "Thuis gaat het wel met een rollator. Maar je moet af en toe ook naar buiten, niet-waar?" Meneer Terpstra vindt de duo-scootmobiel een uitkomst. "Want een paar kilometer lopen met een rolstoel is voor mij best zwaar. Ik ben al tachtig jaar. Het besturen van de scootmobiel gaat prima. Je moet goed op de weg letten en niet in een kuil rijden. Hij gaat niet zo heel snel, zo'n tien kilometer per uur. Ik ben er inmiddels helemaal aan gewend."

Heeft u vragen over wonen, welzijn en zorg?

Bel het Klantadviescentrum van Palet via 0900 321 321 3 (€ 0,01 p/m)

Samenwerking



DE PATIËNT CENTRAAL

"Dit is toch fantastisch!?" Huisarts Rein Baarsma uit Leeuwarden steekt zijn enthousiasme over de samenwerking met wijkverpleegkundige Karolien Vos van Palet niet onder stoelen of banken. Sinds 2011 helpen ze gezamenlijk de oudere, kwetsbare patiënten van Rein.

Rein behandelt zijn patiënten bij alle medische klachten. "Maar er kunnen ook andere, niet-medische oorzaken zijn waardoor het met de gezondheid minder goed gaat", legt Rein uit in zijn praktijk in het Bonnehûs. "Zo kan iemand zich eenzaam voelen of een beginnende vorm van dementie hebben. Op die, niet-medische gebieden ben ik geen specialist. Ik schakel dan Karolien in."

Veel mensen kennen

Karolien gaat vervolgens bij Reins patiënten langs om een helpende hand te bieden. "Ik kijk wat hun wensen zijn", vertelt ze. "Die kunnen heel eenvoudig zijn. Maar er kunnen ook complexe zorgvraagstukken spelen." Karolien komt meteen in actie. Ze kent namelijk veel mensen en organisaties in de buurt, die ze kan inschakelen voor verdere hulp. Is er thuiszorg nodig, dan weet ze wie dat het beste kan bieden. "Dat kan Palet zijn,

maar ook andere zorgaanbieders in Leeuwarden. De patiënt staat centraal, niet Palet of een andere mogelijke hulpverlener."

Zo lang mogelijk thuis

Ook voor wat gezelschap weet Karolien precies waar leuke activiteiten te doen zijn, die passen bij de hobby's van de patiënt van Rein. "Van een bewegingscursus als 'In Balans', tot een gezellige soos en groepjes die met elkaar granny squares haken. Het mooiste is dat met mijn hulp de mensen vaak nog lang thuis kunnen wonen. Die wens komt steeds terug."

Aanvullen

Rein en Karolien zien graag dat hun bijzondere samenwerking ook bij andere huisartsen en wijkverpleegkundigen van Palet, binnen en buiten Leeuwarden, van de grond komt. "Want dit is het gewoon", zegt Rein met een grote glimlach. "Als huisarts kan ik niet alles in mijn eentje. Wij vullen elkaar al vijf jaar heel goed aan. Karolien en ik weten elkaar snel te vinden. Zo kunnen wij alle soorten problemen bij kwetsbare senioren, medisch en niet-medisch, meteen aanpakken."

VRIJWILLIGERS ONMISBAAR

Wat zou Palet zijn zonder haar enthousiaste vrijwilligers? Hun inzet vormt een belangrijke aanvulling op het werk van de medewerkers. Ze schenken bijvoorbeeld de koffie in, helpen mee in het winkeltje of maken een wandeling met bewoners. Drie bijzondere vrijwilligers vertellen over hun werkzaamheden bij Palet.



Reitze Ketellapper, Leeuwarden

“IK MAAK GRAAG EEN PRAATJE.”

“Op donderdag en vrijdag help ik mee bij het tuinonderhoud van WZC Greunshiem in Leeuwarden. Dat doe ik sinds begin dit jaar. Ik vind het fijn om buiten bezig te zijn. Zo heb ik mee geholpen bij de stadstuin van de wijk Techum en bij de groenvoorziening van de Gemeente Leeuwarden. Daarvoor was ik ook graag met mijn handen bezig. Onder andere als timmerman op een woonboerderij. Maar ik heb ook als productieplanner bij dropfabriek Van Slooten in Jirnsom gewerkt. Werken in de tuin is ontspannend en gezond. Je kunt wel stellen dat ik groene vingers heb. Bij Greunshiem zijn er hoveniers om het gras te maaien en de heg te knippen, ik doe onder andere het snoeiwerk. Ik maak daarbij graag een praatje met de bewoners. Verder help ik mee met het onderhouden van de akkertjes van het project Groen Verbindt, in de binnentuin van Greunshiem. Bewoners en andere mensen uit de buurt verbouwen daar allerlei groenten. Dit vrijwilligerswerk heeft mij zelfs een tijdelijk contract opgeleverd (bij een andere deelnemer van Groen Verbindt). Ik moet tijdens mijn werk trouwens wel opletten, want een keer werd ik streng toegesproken door een 91-jarige bewoonster. Wat bleek: ik had de klimop te kort afgesnoeid. Prachtig!”

“MUZIEK KAN VEEL LOSMAKEN.”

Anne Baarda, Menaam

“Ik ging in 2001 met pensioen na jarenlang een eigen slagerij te hebben gehad. Ik wilde graag vrijwilligerswerk gaan doen. Via mijn vrouw Willy kwam ik al snel bij WZC Nij Statelân in Menaam. Zij is er al heel lang vrijwilliger. Ik werd voorzitter van de activiteitencommissie. Het activiteitenseizoen loopt van september tot en met april. Na de laatste activiteit ga ik met de vier andere commissieleden meteen om tafel om een nieuw, gevarieerd programma op te stellen. Muziekgroepen zijn altijd populair, dus we nodigen regelmatig koren en orkesten uit. Muziek kan veel losmaken bij de mensen. Dat is erg mooi om te zien. Sommigen zingen soms uit volle borst mee, terwijl ze anders wat teruggetrokken kunnen zijn. Dat zijn de krenten in de pap - de momenten waarvoor je het doet. Daarnaast ben ik bestuurslid van Stichting Vrienden van Nij Statelân. We hebben mooie dingen voor de bewoners kunnen aanschaffen via gezamenlijke acties met het dorp, zoals een beamer en een grote parasol voor het terras. De kerstmaaltijd van Nij Statelân vind ik ook een jaarlijks hoogtepunt. Dan helpen Willy en ik mee in de bediening. De waardering die je krijgt van de mensen, is erg fijn. Dat maakt vrijwilligerswerk extra mooi.”



“Ik ben al sinds 1992 vrijwilliger bij WZC Skilhiem in Stiens. Samen met Joke, Klaske, Anneke en Renske help ik op donderdagmiddag mee bij de spelsoos. Er wordt gesjoeld en rummikub gespeeld door de bewoners en mensen uit het dorp. Het is heel laagdrempelig, opgeven is niet nodig. Er wordt soms best fanatiek gespeeld. Een keer werd er zo hard gesjoeld, dat een schijf precies in een kopje thee vloog!”

Het is ook erg gezellig. Een meneer trakteert elke keer op katjesdrop. Hij neemt in de wintermaanden een rumboon mee. De ene week is die voor de nummer drie, de week erop voor degene die onderaan eindigt. Zo leuk! Na de spelsoos is er koffiedrinken in Skilhiem, de meeste deelnemers schuiven dan aan. Ook als men niet meer mee kan doen aan de spellen, blijft men vaak komen voor de gezelligheid. Als vrijwilliger bouw ik een band met de mensen op. Dat vind ik heel waardevol. Mijn kleinzoon Jacco vindt het trouwens ook leuk en helpt soms mee.”

Maaïke Adema, Stiens

“EEN BAND MET DE MENSEN.”



BIJZONDERE VRIENDSCHAPPEN DANKZIJ HAAKPROJECT

Op veel Palet-locaties worden momenteel ontelbaar veel granny squares gehaakt. De vierkante lapjes van tien bij tien centimeter gaan samen de 'Grootste Gehaakte Deken Ter Wereld' vormen. Tijdens het haken zijn de afgelopen tijd bijzondere verbindingen tussen mensen ontstaan.

10.000 dekens

In 2018, wanneer Leeuwarden de Culturele Hoofdstad van Europa is, moet de gigantische deken klaar zijn. Mede-initiatiefnemer Monique van der Hoek, verpleegkundige bij Palet, is dik tevreden over de voortgang. "We zijn nu bijna twee jaar bezig. Van al die granny squares worden straks dekens gemaakt. We hebben 10.000 dekens nodig voor een wereldrecord. De teller staat nu op ongeveer 1.200. Na de recordpoging worden de dekens geschonken aan een goed doel."

Mensen verbinden

Op hun beurt worden de 10.000 dekens aan elkaar gehaakt. Zo ontstaat een deken van vele voetbalvelden groot. Monique: "Doordat de granny squares verschillend zijn, wordt het een bont geheel. Zo staat de deken symbool voor de diversiteit in de samenleving." Monique vindt het prachtig dat er de afgelopen tijd veel verbindingen tussen mensen zijn ontstaan. "Daar gaat het uiteindelijk ook om. Het haken is een middel, niet het doel. Overal zijn groepjes aan het haken, onder

andere bij Palet. Mensen leren elkaar kennen tijdens het haken. Zo zijn er heel bijzondere vriendschappen gesloten."

Uit de gehele wereld

Het project is goed op gang. De lapjes stromen binnen. Ze komen overal vandaan, ook uit het buitenland. "Zo hebben we prachtige granny squares uit Amerika en Thailand gekregen", vertelt Monique. "Maar de meeste komen uit Nederland, mede dankzij onze promotie in het land. Ik sta namelijk regelmatig op beurzen en markten om het haakproject onder de aandacht te brengen. Ook onze Facebook-pagina heeft steeds meer volgers."

Opslag

Monique hoopt samen met de Gemeente Leeuwarden een goede plek te vinden voor de opslag van alle lapjes en dekens. "Ze worden nu nog verzameld bij WZC De Hofwijck, maar daar is bijna geen ruimte meer. Het zou mooi zijn als ze op meerdere plekken ingezameld worden. Ik zou het daarbij erg fijn vinden als studenten ons kunnen helpen met het vervoer van de lapjes en dekens, vanaf de Palet-locaties en andere plekken waar gehaakt wordt, naar de inzamelpunten. Hierdoor ontstaan ongetwijfeld ook mooie verbindingen tussen jong en oud."

Wilt u ook 'aanhaken' of heeft u garen beschikbaar voor de hakers? Kijk op www.facebook.com/samenhaken. Of neem contact op met Monique: mvdhoek71@gmail.com, 06 10 09 22 39.

DIENSTEN PALET

DienstenPalet is onze servicedienst voor gemaksdiensten, activiteiten en kortingen bij verschillende ondernemers. Of het nu gaat om een klus, het invullen van het belastingformulier, hulp bij verhuizing, tuinonderhoud, kapper of pedicure. Ook organiseren we het hele jaar leuke en interessante workshops en activiteiten. Leden van DienstenPalet ontvangen korting op deelname. Voor vragen of aanmelden voor een activiteit kunt u bellen met 0900 321 321 3 (€0,01 p.m.) of onze website bezoeken: www.paletgroep.nl

STA-OP-STOEL

Heeft u moeite met opstaan uit uw stoel of veel rugklachten? Met de sta-op-stoel kunt u op een gezonde manier zitten, rusten en zelfstandig uit uw stoel komen. Als u de stoel aanschaft bij het HulpMiddelen-Centrum (HMC) in Leeuwarden, krijgt u op vertoon van uw DienstenPalet-pas een gratis bijpassend hoofdkussen (t.w.v. € 199,-) erbij. In de showroom van het HMC op de Ampèrestraat 14 kunt u een uitgebreide collectie stoelen uitproberen. U krijgt er advies op maat. Huren of een tweedehands model kopen is ook mogelijk.



BEZORGING AVONDMAALTIJDEN

Van Smaak bezorgt nu ook warme avondmaaltijden in Leeuwarden en omgeving. Ze worden tussen 16.00 en 18.00 uur bezorgd. Door een thermobox blijven de maaltijden warm. Heeft u interesse? Neem dan contact op met Van Smaak: 088 511 54 00.

ACTIVITEITEN EN WORKSHOPS

Kijk voor een volledige beschrijving van de activiteiten op www.paletgroep.nl

KOMT U OOK?

IJSSHOW ELFSTEDENTOCHT

Leeuwarden heeft een prachtige nieuwe ijsbaan: de Elfstedenhal. Voor wie geen rondje meer kan schaatsen, is er rond de Kerst een prachtige ijsshow: 'De tocht van morgen'. U wordt ontvangen met een dweilorkest, poeiermolke en koeke. Vanaf de tribune kunt u kijken naar een fenomenale ijsshow met schaatsers, filmbeelden en muziek. **It giet oan!**

Wanneer: Za. 24 december 2016, di., 27 december, wo. 28 december, 15.00-17.00 uur

Waar: IJshal Leeuwarden

Kosten: € 10,- DienstenPalet-leden / € 11,50 niet-leden

ACTIVITEITEN EN WORKSHOPS

Kijk voor een volledige beschrijving van de activiteiten op www.paletgroep.nl

SCOOTMOBIELCURSUS

Op woensdag 29 maart 2017 organiseert Palet met de gemeente Leeuwarderadeel, Veilig Verkeer Nederland en Stichting Bevordering Verkeerseducatie een scootmobiel-opfriscursus. Op het programma staan: verkeertheorie, een vaardighedenparcours, technische check en een praktijkrit door Stiens met een instructeur.

Wanneer: Wo. 29 maart 2017, 14.00 - 17.00 uur

Waar: WZC Skilhiem

Kosten: Gratis

DOE OOK MEE!

TONEELVOORSTELLING OVER GELUKKIG OUDER WORDEN

Palet en Acta Theater zijn dit jaar gestart met toneelgroep 'De Rimpel'. Elke dinsdag is er gerepeteerd. Naar aanleiding van foto's, krantenknipsels, boeken en eigen ervaringen zijn er sketches gemaakt over gelukkig ouder worden. De scènes vormen samen de voorstelling 'Blauwe Zone', waar u naartoe kunt.

Wanneer: Dinsdag 28 februari 2017, 15.00 - 16.30 uur

Waar: MFC Ludingawaard

Kosten: € 2,- voor koffie/thee

DE NOTENKRAKER OP IJS

In januari 2017 is bij Stadsschouwburg De Harmonie in Leeuwarden de balletvoorstelling 'De Notenkraaker' te zien. De ongeëvenaarde kerstklassieker is opgefrist, met prachtige kostuums en speciale effecten.

En er wordt gedanst op ijs!

Wanneer: Di. 3 januari 2017, 20.15 uur, wo. 4 januari 2017, 15.00 uur, do. 5 januari 2017, 20.15 uur (gratis inleiding om 19.15 uur)

Waar: Stadsschouwburg De Harmonie, Leeuwarden
Telefonisch reserveren bij De Harmonie T (058) 233 02 33

OMGAAN MET DE TABLET

Tijdens drie bijeenkomsten ontdekt u wat er allemaal mogelijk is met een tablet. De deskundige begeleiding vertelt u alles over bijvoorbeeld wifi, apps en Skype. Wie zelf een tablet heeft, mag hem meenemen. Vergeet niet hem op te laden en de wachtwoorden bij de hand te hebben.

Wanneer: Do. 23 februari, 2 en 9 maart 2017, 9.30 - 11.30 uur

Waar: MFC Ludingawaard

Kosten: € 50,- DienstenPalet-leden / € 75,- niet-leden

FEILICH D'R OP ÚT

In april 2017 organiseert Palet samen met allerlei organisaties drie speciale dagen rondom bewegen en mobiliteit. Het thema is 'Feilich d'r op út'. Er zijn workshops, voorlichtingen, verkeerslessen en een bootcamp voor senioren. Op zaterdag 1 april wordt aandacht besteed aan autorijden. Donderdag 6 april staat fietsen centraal. De laatste bijeenkomst, op dinsdag 11 april, gaat over wandelen.

CONTACT MET PALET

Klantadviescentrum

Telefoon: (0900) 321 321 3 (€ 0,01 p/m)

E-mail: klantadviescentrum@paletgroep.nl

www.paletgroep.nl

HEEFT U Vragen?

Klantadviescentrum

Heeft u vragen op het gebied van zorg, diensten, welzijn of wonen? Of over wachtlijsten en bemiddeling van zorg? Onze klantadviseurs staan u graag te woord. Het Klantadviescentrum ondersteunt u bij het zelfstandig wonen en helpt bij het vinden van passende hulp.

Onze locaties

Palet is altijd in de buurt. Dat doen we door wijkzorgcentra, multifunctionele centra en zorgsteunpunten terug in uw dorp of wijk te brengen. Zo kunnen we gemakkelijk en snel bij u langs komen. Maak kennis met de wijk- en dorpsgerichte aanpak van Palet.