



Netten, foto van Bep van de Nieuwegiessen

Inhoud

- 2 Jubiliëmviering KBO; Muziekdag; Ziekenboeg
- 3 Colofon KBO; Nieuwe leden; Berichten vanuit de politiek, SRO
- 4 Rijbewijskeuringen; Mantelzorg; Lichtend voorbeeld
- 5 Colofon PCOB; Woensdag Gehacktdag; Week tegen de Eenzaamheid
- 6 Dagtocht Rondje Markermeer; Hallo wandelaars
- 7 Passiespelen; fotoformaat
- 8 Wat een weer; Een testament regelen

DE KOPIJ VOOR DE VOLGENDE EDITIE MOET VOOR

14 OKTOBER INGELEVERD ZIJN.

REDACTIE.KBOPCOBAMERSFOORT@GMAIL.COM

RITA.DEBEURS@GMAIL.COM

Jubileumviering KBO

KBO Amersfoort/Nijkerk

Goede herinneringen aan de jubileumviering op 11 juni?
Henk Stokker heeft een prachtige video gemaakt van de bijeenkomst.
Kijk nog eens naar wie er allemaal waren, luister naar de speech van onze voorzitter of bezie de excursie in de dierentuin.
Ga naar onze website 'KBO Amersfoort/Nijkerk'.
Op de homepage direct klikken op 'Jubileumviering video'.
En misschien kom je nog andere leuke dingen tegen.
Gerard Wijnands, webmaster



Muziekmiddag

Donderdagmiddag 7 november

Houd uw agenda vrij, want op donderdagmiddag 7 november willen wij een gezellige muziekmiddag organiseren voor onze leden.
Het programma start om 14.00 uur en duurt tot plm. 16.30 uur in De Brug.
Onze muzikant die middag is Hans Vesterink.
De entree en de koffie plus zijn gratis, overige drankjes zijn voor eigen rekening (2 euro)

In de INFO van oktober kunt u er meer over lezen.

Houd ook de website in de gaten, zodra we meer informatie hebben komt het ook op de website te staan.

Ziekenboeg

Onder de naam **Ziekenboeg** wil ik een nieuwe activiteit beginnen.
Ik hoor soms van mensen die langdurig ziek zijn of aan huis gebonden raken en wel graag eens post of een mailtje willen ontvangen van medeleden van de KBO/PCOB.
Ik wil hiervoor twee lijsten maken. Een van de mensen die graag dat kaartje of mailtje willen ontvangen en een lijst van mensen die dat kaartje of mailtje willen toesturen.
Laat het me weten als u ziek bent of revalideert of wat dan ook en u graag een kaartje of mailtje wilt ontvangen. Stuur me uw mailadres en huis adres, dan kan ik kijken wat we kunnen doen.
Daarnaast wil ik graag dat er mensen zijn die dat kaartje of mailtje gaan verzorgen. Ik hoop dat er veel mensen zijn die ook enthousiast zijn om iets te doen voor onze medemens/medeleden.
Mijn mailadres is margreeth.sjamaar@hetnet.nl
En het adres: Schimmelpenninckstraat 12, 3813 AJ Amersfoort, 033 4723570
Margreeth Sjamaar



Colofon KBO

Voorzitter: Chris Verburg
c.verburg@kpnplanet.nl

Secretaris: Margreeth Sjamaar
033-4723570
margreeth.sjamaar@hetnet.nl

Penningmeester:

Giel van der Speld
Bank: NL 83 INGB 0002519265
t.n.v. : KBO Amersfoort-Nijkerk.

Bestuurslid: Noëlle Sanders
PR & politiek

Bestuurslid: Rita de Beurs
redactie INFO

Secretariaat/2e penningm.:

Ruby Davies
Sint Annastraat 25
3811WC Amersfoort
06-57923607
secretariaat@kboamersfoort.nl

Ledenadministratie:

ledenadministratie@kboamersfoort.nl

Website:

www.kboamersfoort.nl

Vrijwillige Ouderen Adviseur:

Marion van Hees
033-8887289
mavanhees@kpnmail.nl

Bezorging Magazine

Alleen voor KBO leden:
Janny Duffels, 033-4755907

Drukker: editoo B.V. te Arnhem

Berichten vanuit de politiek

Afgelopen juli hebben de gemeenteraadsleden gestemd over de kadernota, de begroting van de gemeente Amersfoort. Alle partijen konden hun wensen indienen.

Zo zijn er bv. voorstellen aangenomen om meer in te grijpen in de woningmarkt.

Ik, Noëlle, heb gevraagd een extra jaar een ambtenaar voor senioren in te zetten die zich met toegankelijkheid bezighoudt. Denk dan bijv. aan meer openbare toiletten (zoals ik al eerder had gevraagd), maar die ook een betere toegankelijkheid van gebouwen kan regelen.

Daarnaast vind ik ook cultuurspecifieke zorg van belang. Denk daarbij aan de zorg voor migrantenouderen. Als zij dementeren herkennen ze de Nederlandse taal niet meer. U kunt zich voorstellen dat ze dat extra eenzaam maakt: ze verstaan het personeel niet meer en zijn niet gewend aan ons Hollandse eten. Als proef wordt er een klein budget uitgetrokken voor extra ondersteuning bij een bestaand verpleeghuis of dagbesteding.

Een voorstel van de PVDA om een dementievriendelijke gemeente te worden heeft het deze keer helaas niet gehaald. We hopen hier nog eens op terug te kunnen komen. Deze maatregelen hoeven niet veel geld te kosten. Er bestaat al een draaiboek voor de gemeenten op dit gebied.

Mocht u ideeën hebben of opmerkingen over de politiek, dan kunt u bij mij terecht via **npc.sanders@amersfoort.nl** of **06-19940022**.

U kunt ook een keer een raadsvergadering bijwonen als u dat wilt. Dat is altijd op een dinsdagavond. U kunt zich opgeven via bovenstaand emailadres of telefoonnummer.

Noëlle Sanders



SRO

Van 1 tot en met 8 oktober, de week van de ontmoeting:

In Amersfoort is er een uniek aanbod aan beweegactiviteiten voor senioren, onder de noemer TopFit. De SRO organiseert ook dit seizoen weer veel mogelijk activiteiten voor senioren om lichamelijk, en daarmee ook geestelijk actief te blijven.

In deze week zijn alle topfit-beweegactiviteiten gratis voor nieuwe deelnemers in Amersfoort. Er zijn elke dag gezellige groepslessen voor 50 plussers. Bijvoorbeeld gymlessen in Randenbroek, zwemmen in de Amarena of een balletje trappen tijdens walking football bij VV Hoogland. Hebt u zin om een keertje mee te doen?

Aanmelden: seniorensport@sro.nl of bel naar 06-17455323.

Heleen Zuiderduin, buurtsportcoach



Nieuwe leden

Mw. M.J. Huyden

Wij heten u van harte welkom en hopen u te mogen ontmoeten bij onze activiteiten.

Rijbewijskeuringen in Amersfoort

De procedure

Houd zelf de einddatum van uw rijbewijs in de gaten en start met de aanvragen 6 maanden voor deze datum.

Voordat u een afspraak maakt koopt u eerst een Gezondheidsverklaring.

Aangeraden wordt dit digitaal te kopen met behulp van uw DigiD met SMS code op mijn.cbr.nl

Een papieren gezondheidsverklaring is verkrijgbaar bij de meeste gemeenten, het CBR of Regelzorg. Deze verklaring moet u eerst invullen en opsturen naar het CBR. Het kan een paar weken duren alvorens u de papieren die de arts moet invullen, het Keuringsverslag, thuisgestuurd krijgt.

Op dat moment kunt u pas een afspraak maken voor de keuring.



Afspraak maken

Een afspraak maken met de arts kan via Regelzorg Rijbewijskeuringen.

Telefonisch: 088 23 23 300.

Zelf een datum plannen: www.regelzorg.nl.

Automobilisten van 75 jaar en ouder betalen € 40,00.

Voor houders van rijbewijs C/D/E tot 75 jaar is het tarief € 60,00.

Aangeraden wordt een afspraak te maken bij een arts die uw formulier op de computer (digitaal) kan invullen.

Actueel in Amersfoort

Automobilisten kunnen zich via Regelzorg Rijbewijskeuringen op 10 oktober en 23 oktober bij Peer! Amersfoort-Noord, Maanlander 14-A, medisch laten keuren voor de verlenging van hun rijbewijs.

Mantelzorg

Jikke Spoelstra is mantelzorger voor haar man Ben. Dat is best pittig. Het is belangrijk dat mantelzorgers ook goed voor zichzelf zorgen. Af en toe gaat Jikkies man daarom naar een logeerkamer. "Als Ben er niet is, pak ik mijn rust. Ik slaap bij en wandel veel. Na zo'n weekend voel ik me energiever." Lees het verhaal van Jikke op

<https://www.kbo-pcob.nl/magazine/even-bijkomen-van-het-mantelzorgen/>



Mevr. Spoelstra



Lichtend voorbeeld

Ondanks haar protest kreeg mevrouw Greet van Wee uit Hooglanderveen (89 jaar) een iPad van haar dochter. Ze dacht dat ze dat niet meer kon leren. Maar niets was minder waar. Ze is nog steeds aan het leren, maar ze kan nu al iets opzoeken en appen met haar (klein)kinderen en ze heeft er plezier in. Het is in deze tijd bijna niet meer mogelijk om zonder internet te zijn, alles gaat digitaal.

Laat u inspireren door deze moedige dame en probeer het ook.

Margreeth Sjamaar

Colofon PCOB

Voorzitter: **Dhr. H. Van Essen**
Vice voorzitter: **Dhr. G. de Rijk**
Secretaris: **Mw. G.M. van den Brink- Dekker**

T. 06-40994600

E-mail. PCOB-

Amersfoort@outlook.com

Algemeen adjunct: vacature
Redactie magazine en PR: Dhr.

C. Cramer

redactieadres:redactie.

kbpcobamersfoort@gmail.

com

Penningm. / ledenadm. : Dhr.

K. Padding

Ledenadm. / penningm. : Dhr.

J. v.d. Lee

Vragen over de bezorging

PCOB ? : 06-29375663

Lief en leed: Mw. **J. Arkema**

KBO-PCOB magazine

verspreiding:

Dhr. **R. Rietveld**

Drukker:

editoo B.V. te Arnhem

Mutaties leden

Onbekend

Hartelijk welkom en we hopen
u te mogen begroeten op
onze bijeenkomsten

Woensdag Gehacktdag

Het is weer Woensdag Gehacktdag,
de dag waarop KBO-PCOB extra wijst
op het gevaar van

internetcriminaliteit. De belangrijkste
vormen van cybercrime zijn hacken,
identiteitsfraude, koop- en
verkoopfraude en cyberpesten.

Herkennen en melden van nep-mails
is belangrijk om te voorkomen dat u
bestolen of gehackt wordt. Ontvangt
u een valse e-mail? Meld dit dan bij
de Fraudehelpdesk. Met uw melding
kunnen andere mensen
gewaarschuwd worden.

Op de foto ziet u een voorbeeld van
een valse e-mail. Trap er niet in en
laat u niet afpersen!

KBO-PCOB maakt voor Woensdag
Gehacktdag gebruik van de
meldingen die binnenkomen bij
www.fraudehelpdesk.nl. Daar vindt u
meer voorbeelden en informatie.

Van: International Card Services <helpdesk@icsservices.com>

Versonden: maandag 15 september 2010 12:30

Aan: [e-mailadres]

Onderwerp: Verifiëren uw identiteit



Geachte kaarthouder,

International Card Services vindt fraudepreventie erg belangrijk. Om fraude te voorkomen, voeren wij dan ook regelmatig de nodige controles uit. Uit deze controles is gebleken dat er mogelijk misbruik van uw creditcard gegevens is gemaakt. Om veiligheidsredenen hebben wij uw creditcard beperkt voor gebruik.

Om de beperking op te heffen dient uw identiteit te worden verifiëren.

Helaas moeten wij u mededelen dat uw rekening binnen 48 uur om veiligheidsredenen wordt getalkeerd als u uw identiteit niet verifieert.

Wij adviseren u zo spoedig mogelijk om uw identiteit te verifiëren om weer direct gebruik te kunnen maken van uw creditcard zonder beperkingen.

START VERIFICATIE

Met vriendelijke groeten
International Card Services B.V.

Philipsweg 1107, 1318 2T Dordrecht © 2010 International Card Services B.V.

Week tegen Eenzaamheid

1 t/m 8 oktober

Tijdens deze week wordt er aandacht gevraagd voor dit
probleem en worden er allemaal activiteiten
georganiseerd.

U kunt met een vrijwilliger van de Luisterlijn over zo goed
als alles praten, dag en nacht, alle dagen van de week.
Angst, verdriet, blijdschap, u kunt rustig anoniem praten
over wat u bezighoudt.

033-2102222 of 0900-0767 of kijk op deluisterlijn.nl

Als u behoefte heeft aan een persoonlijk gesprek dan
kunt u voor een afspraak bellen of mailen met onze
vrijwillige ouderenadviseur Marion van Hees.

Kijk voor haar gegevens in de colofon van de KBO.

Dagtocht Rondje Markermeer; bezoek Palingrokerij in Harderwijk

Woensdag 16 oktober

Op 16 oktober is er weer een mooie tocht rond het Markermeer. We brengen een bezoek aan Katwoude, bij De Simonehoeve drinken we koffie met gesorteerd gebak. De klompen- en kaasmaker zal een rondleiding geven in zijn bedrijf. De reis wordt vervolgd naar Wognum waar er voor de verandering erwtensoep met roggebrood en spek geserveerd wordt. Vervolgens rijden we via de dijk Enkhuisen-Lelystad naar Harderwijk. In Harderwijk wordt de palingrokerij van Dries van den Berg bezocht. Hij zal alles vertellen over het leven van de paling! Natuurlijk kunt u na afloop ook paling kopen.

We verwachten rond 17.30 uur weer in Amersfoort te zijn. Kosten € 41,50 p.p. te voldoen op rekening: NL 47 INGB 0007316757 t.n.v. KBO Amersfoort-Nijkerk. U kunt zich opgeven bij Joke Pot, T. 033-4570160.

Opstapschema:

08.30 uur Liendert,

08.40 uur Klokhuis,

08.50 uur Otto Scheltusflat,

09.00 uur Centraal Station (touringcarplaats).

De reiscommissie: Joke en Elly



Hallo wandelaars

Woensdag 2 oktober

De wandeling van 29 augustus bij Haarzuilen hebben we met 11 personen gelopen. We hadden prachtig weer. Op de terugweg bij kasteel De Haar zijn 8 wandelaars nog in het kasteel geweest. Dat was erg mooi.

Onze 4e en laatste wandeling van dit jaar is op woensdag 2 oktober. We lopen dan de NS-wandeling Woldberg bij Steenwijk van ongeveer 10 km. We gaan met de trein van 9.35 uur van spoor 2 en zijn dan om 10.43 uur in Steenwijk. Treinkosten € 22,92 RETOUR met 40% korting (er zijn genoeg mensen met een kortingskaart, zodat iedereen met 40% korting kan reizen).

We gaan eerst in Steenwijk koffiedrinken (uw bijdrage € 3,50).

Vergeet niet een lunchpakketje en zitlap mee te nemen.

Aanmelden bij Wil Jonk

Tel: 033 4726020 / 06 44084065.

E-mailadres: wjonkbrouwer@gmail.com



Passiespelen in Tegelen 2020

Zondag 7 juni 2020

Het is nog ver weg, maar de organisatie moet nu al gebeuren!

Iedere vijf jaar worden in Tegelen de Passiespelen gehouden: het verhaal van leven en sterven van Jezus wordt verbeeld in een prachtig opgebouwd decor. Muziek en choreografie zijn steeds anders.

In 2015 zijn we er samen met KBO Leusden naar toe geweest, dat willen we nu weer gaan doen.

En wel op zondag 7 juni 2020. Maar willen we goede plaatsen hebben, dan moeten we die al snel reserveren. Daarom nu alvast de gegevens onder voorbehoud, het kan zijn dat de prijs iets gaat afwijken! In ieder geval is onderstaande prijs een richtbedrag.

De reis kost € 67,-. In dit bedrag is inbegrepen: busreis naar Tegelen, op de heenreis koffietafel, bij aankomst in Tegelen koffie/thee met Limburgse Vlaai, toegangskarten 1ste rang, pauzedrankje, terugreis naar Amersfoort. U dient voor de terugreis zelf een broodje mee te nemen voor onderweg: we rijden in één ruk door naar Leusden/Amersfoort.

Vertrektijd is om 10.45 uur. Aankomst in Amersfoort om 20:15 uur. Dit is afhankelijk van hoe snel we weer uit Tegelen kunnen vertrekken.

Omdat de toegangskarten besteld moeten worden dient u zich nu reeds aan te melden. Dit kan tot 7 oktober 2019. De betaling kan zodra wij de definitieve prijs hebben, u krijgt hierover dan bericht.

Aanmelden:

secretariaat@kboamersfoort.nl; 06 5792 3607

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:
Thea Verschuur : thea.verschuur@live.nl; 033 472 3177
Mirjam Arts: artsmmb@gmail.com; 033 462 4005

Kijk voor een impressie van de passiespelen van 2019 op:
<https://www.limburg.nl/passiespelen-2020-compleet-nieuw-en-meer-personages>



Abbie Chalgoum in zijn rol van Jezus bij de Passiespelen van Tegelen. 2019

Als u een foto van uw kunstwerk instuurt naar dit blad, let dan op het volgende:

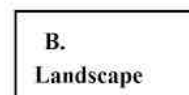
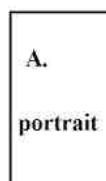
Neem de foto recht van voren.

Liefst op de zelfde hoogte, zonder flits.

De foto moet van een jpg-formaat zijn van plm 5 à 6 mb.

De foto wordt anders korrelig afgedrukt.

Foto's in formaat A worden verticaal uitgeprint.



Wat een weer!

In de vorige INFO is de aankondiging van deze bijeenkomst behoorlijk in de knel gekomen en door velen daardoor over het hoofd gezien. We hebben daarom besloten het geheel een maand op te schuiven en hopen dan op een goede opkomst!

Er wordt over niets zoveel gepraat en geklaagd als over het weer! Het is te heet, te warm, te koud, te nat, te droog, het waait te hard of niet hard genoeg, kortom: Met het weer kun je alle kanten op!

En de laatste jaren horen we natuurlijk steeds meer dat het slecht gaat met onze planeet omdat de aarde teveel opwarmt, het klimaat veel te snel verandert en nog veel meer. Hoe zit het nou eigenlijk met het weer en het klimaat? Wat kunnen we wel en niet geloven? Wat kunnen we zelf allemaal zien aan en in de lucht? Zijn al die zorgen terecht? Zijn er ook positieve ontwikkelingen? John Bernard was jarenlang als meteoroloog werkzaam en velen van ons kennen hem nog van de televisie. Ook na zijn pensionering zijn het weer en het klimaat hem blijven boeien. Daar wil hij ons graag over vertellen en zo zijn kennis delen.

We sluiten de morgen af met een gezamenlijke broodjeslunch.

De bijeenkomst wordt georganiseerd voor leden van KBO en PCOB. Ook Introducés zijn hartelijk welkom! Maandag 28 oktober, 10.00 – 13.00 uur, Zaal naast St. Ansfriiduskerk.

Jacob Catslaan 28, Amersfoort. De kosten voor deze bijeenkomst zijn € 10,-, dit is inclusief koffie, thee, lunch.

U kunt zich aanmelden tot 23 september: secretariaat@kboamersfoort.nl of 06 5792 3607.

Kosten te voldoen op IBAN NL47 INGB 0007 3167 57, t.n.v. KBO Amersfoort-Nijkerk. Vermeldt U daarbij alstublieft voor wie u betaalt.

Meer informatie?

Mirjam Arts, artsmmb@gmail.com of 033 462 40 05



Een testament regelen

Goede voorbereiding

Met een testament maakt u uw eigen keuzes. Die zijn afhankelijk van uw persoonlijke situatie. De checklist kan u hierbij helpen. Neem hiervoor de tijd.

Naar de notaris

Voor een testament moet u naar de notaris. Bereid u goed voor en bespreek uw wensen. De notaris kan u adviseren over de (fiscale) gevolgen voor uw erfgenamen.

Digitale erfenis

Daarnaast is het goed om uw digitale leven in kaart te brengen: uw e-mail, sociale media, foto's en bestanden. Uw erfgenamen kunnen dan alles netjes afsluiten volgens uw wensen.

Echtpaar: twee testamenten

Een testament is een persoonlijk document. Het is niet mogelijk samen met uw partner een testament op te stellen. Ieder maakt een eigen testament. Tip: ga naar dezelfde notaris als u dingen gezamenlijk wilt regelen, bijvoorbeeld voor de kinderen.



Heb ik eigenlijk al een testament?

Het lijkt een rare vraag. Toch zijn er veel mensen die twifelen of ze ooit een testament hebben laten opstellen. Dat kan immers jaren geleden zijn. Alle testamenten in Nederland worden ingeschreven in het Centraal Testamentenregister (CTR). Als u wilt weten of u testament heeft, geldt er een speciale procedure. Neem voor meer informatie hierover contact op met het CTR via 0900 1144114 (25 cent per minuut met een maximum van 12,50 euro). Op werkdagen bereikbaar tussen 9-12 en 13.30-16 uur.

Op notaris.nl vindt u allerlei brochures en checklists als u meer wilt weten.