



kbo Zoetermeer

*voor senioren van
vandaag en morgen*

Colofon	2
Van de Bestuurstafel.....	3
Verslag van OSO thema- bijeenkomst op 5 september 2023.....	4
KBOZ alleen of als onderdeel van?.....	5
Adventsviering KBOZ.....	7
KBOZ- Activiteitenkalender Kringen.....	8
KBOZ- Activiteitenkalender Clubs	8



Herfstfruit

Colofon

Bestuur KBOZ

Paul Wouters	Voorzitter	tel. 06-51 18 88 93	voorzitter@kboz.nl
Thea Veelenturf	Secretaris	tel. 079- 316 75 74	secretaris@kboz.nl
Hans van der Meer	Penningmeester	tel. 079- 343 20 14	penningmeester@kboz.nl
Rob van den Bos	Ledenadministratie	tel. 06-24 10 18 35	ledenadministratie@kboz.nl
Pieter Crul	Algemeen lid	tel. 079- 362 17 33	p.crul@wxs.nl
Ben Verbeek	Websitebeheerder		ben.verbeek@gmail.com

Postadres	Dublinstraat 24/F12	2713 HS Zoetermeer	(1e etage)
Ouderenkantoor	www.KBOZ.nl		Website KBOZ.nl
Contactadres KBOZ.nl	info@kboz.nl		
Elli Bonnet	Kopij Bulletin	tel. 079- 321 34 93	bulletin@kboz.nl

Wilt u a.u.b. mutaties, zoals overlijden, verhuizingen en wijziging van het telefoonnummer of e-mail doorgeven aan de ledenadministratie? Ook als uw functie als contactpersoon door iemand anders wordt overgenomen!!

Belastinghulp: Dhr. Jan van Hoof, tel. 06-82 81 74 32, jfm.v.hoof@kpnmail.nl
Rijbewijskeuring 75+: Dokter W.J. Eenink, tel. 06-53 12 03 04, Euro 50,- pp.
Klussendienst: tel. 079- 20 408 04, uitsluitend voor de smalle beurs.

KBOZ Bulletin en KBO-PCOB magazine

Het KBOZ Bulletin verschijnt 10 x per jaar als inleg van het door de Unie KBO uitgegeven periodiek *KBO-PCOB magazine*. Oplage: 700. De nummering van de bulletins en magazines is overeenkomstig het maandnummer.
Geen blad ontvangen? Graag bellen met de heer Crul, tel.nr: 079 - 36 21 733.

Het volgend nummer van het KBO-PCOB Magazine: nr.11, november 2023

Kopij uiterlijk aanleveren: 13 oktober 2023

Verschijningsdatum: 24 oktober 2023

Kopij voor het bulletin graag digitaal aanleveren onder vermelding van "KBOZ Bulletin" bij Elli Bonnet via het mailadres bulletin@kboz.nl.

Het wordt gewaardeerd als u foto's of illustraties aanlevert!

Nieuwsbrief voor belangenbehartiging van senioren

KBO-PCOB.nu is de digitale nieuwsbrief waarmee u op de hoogte blijft van de belangenbehartiging voor senioren. Deze nieuwsbrief verschijnt in de regel om de twee weken. KBOZ-leden kunnen zich aanmelden voor *KBO-PCOB.nu* via: www.kbo-pcob.nl/nieuwsbrieven.



Van de Bestuurstafel

Onze voorzitter Paul Wouters genoot van een welverdiende vakantie en daarom heb ik voor dit keer het stokje van hem overgenomen. Naast bestuurslid van de KBOZ ben ik ook secretaris van de Stichting Overleg Samenwerkende Ouderenbonden Zoetermeer (OSO), vandaar dat deze 'Van de bestuurstafel' over een zaak gaat die de OSO primair raakt.

Een groep hoge ambtenaren heeft berekend dat de rijksoverheid vanaf 2028 17 miljard euro zou moeten bezuinigen of meer belastingen zou moeten heffen. Hoewel de koopkracht van ouderen door de weer toegepaste pensioen-indexering voor dit jaar op peil blijft, zijn de perspectieven op langere termijn niet gunstig: de uitgaven voor onder andere het tegengaan van de klimaatverandering en de oorlog in de Oekraïne zullen hun tol gaan eisen.

Ook de gemeente Zoetermeer zou in de komende jaren moeten bezuinigen om de begroting sluitend te houden. Zo zou op het sociale domein in de komende jaren ongeveer voor circa 6 ton bezuinigd moeten worden.

De KBO maakt deel uit van de OSO. De OSO, de KBOZ, de PCOB en de AOVZ maken gebruik van een kamer in een kantoorgebouw aan de Dublinstraat voor de het houden van hun vergaderingen. Maar ook de bijeenkomst van de KBO regio Haaglanden ter voorbereiding van de ledenvergadering van de KBO Zuid-Holland op 19 september vond in die kamer plaats. Om de huur van die ruimte te kunnen betalen krijgt de Stichting OSO een subsidie van de gemeente Zoetermeer. Deze subsidie moet ieder jaar opnieuw worden aangevraagd. In die aanvraag moeten negen vragen worden beantwoord, zodat de gemeente kan beoordelen of de subsidie kan worden toegekend. Doordat de OSO verleden jaar verhuisd is naar een veel kleinere ruimte in hetzelfde kantoorgebouw kon de subsidie voor 2023 met één derde worden verlaagd. Zo heeft de OSO bijgedragen aan de bezuinigingsdoelstelling van de gemeente.

Voor 2024 jaar heeft de OSO weer een subsidie-aanvraag ingediend. Gezien de goede relatie met onze contactpersoon bij de gemeente, Maartje van Putten van de afdeling Sociaal Domein, is die aanvraag in concept naar haar toegestuurd. Dat was voor haar de aanleiding om bij de daaropvolgende OSO-vergadering aan te schuiven. Ze wees erop dat het huidige subsidiebeleid van de gemeente Zoetermeer erop gericht is om activiteiten te subsidiëren en dus geen faciliteiten. Dat valt ook op de website van de gemeente Zoetermeer te lezen. Dit kan gevolgen hebben voor het toekennen van de subsidie aan de OSO. Er kan door de gemeente bij de subsidiering mogelijk wel rekening worden gehouden met een opzegtermijn van de huur van het OSO-kantoor. Zij drong erop aan dat de OSO verder gaat zoeken naar het vinden van een andere vergaderruimte, waarvoor geen huur betaald zou moeten worden. De OSO heeft al geprobeerd om bij inZet te gaan vergaderen, maar dat bleek niet mogelijk.

De accentverlegging bij subsidieverlening van faciliteiten naar activiteiten is door de gemeente overigens niet als een bezuiniging gepresenteerd. De KBOZ stelt zich op het standpunt dat voor het organiseren van activiteiten, ook faciliteiten onmisbaar zijn. Maar uiteraard zal bij de subsidieaanvraag van de OSO voor 2025 met die veranderde beleidslijn van de gemeente rekening worden gehouden.

Pieter Crul.

Verslag van OSO thema- bijeenkomst op 5 september 2023

Ineke Rijdsdam (van de AOVZ) heette iedereen namens de OSO welkom en heeft kort uitgelegd wat de OSO is: Overleg Samenwerkende Ouderenbonden (AOVZ, KBOZ en PCOB). Er waren verschillende sprekers van Fundis. Dit is een overkoepelende organisatie waaronder een aantal zorg- en welzijnsorganisaties vallen, welke actief zijn voor (kwetsbare) senioren en chronisch zieken, zoals Vierstroom, Veilig Thuis, verpleeg- en verzorgingshuizen o.a. De Morgenster en Vivaldi, Palet Welzijn en Goudenhart.

Goudenhart verzorgt de specialistische zorg binnen de zorginstellingen, maar ook bij mensen thuis. Daar vallen de medische specialisten, bijvoorbeeld geriateren (ouderengeneeskundigen) onder, maar ook de paramedische zorgverleners, zoals ergotherapeuten en fysiotherapeuten. Goudenhart heeft meerdere ergotherapeuten en fysiotherapeuten in dienst. Sommigen van hen hebben een specialisatie, bijvoorbeeld voor mensen met Parkinson.

Kitty van Klink, ergotherapeut van Goudenhart, liet enkele hulpmiddelen zien bijv. om te assisteren bij het aankleden, maar ook om een been in en uit bed te tillen als dat zelf niet meer lukt. Daarna heeft ze uitgelegd wat haar vak inhoudt: een ergotherapeut helpt mensen zelfstandiger te worden bij dagelijkse bezigheden. Dat kan zowel thuis als in een zorginstelling zijn, maar ook op het gebied van vrije tijd, werk en mobiliteit. Ze adviseert mensen die met het uitvoeren van dagelijkse activiteiten moeilijkheden ondervinden en ze kan hen ook trainen daarin.

De werkzaamheden van een ergotherapeut worden vergoed uit de basisverzekering (maar kan wel onder het eigen risico vallen, {als u dat nog niet hebt betaald). U hebt recht op 10 uur ergotherapie per kalenderjaar. U heeft daar een verwijzing van uw huisarts of specialist voor nodig, maar als u duidelijk kunt maken dat bepaalde dagelijkse activiteiten moeilijkheden opleveren, zal deze verwijzing wel verstrekt worden.

De ergotherapeut zal bijvoorbeeld uw woning bekijken en aangeven op welke punten eventuele aanpassingen uw zelfredzaamheid kunnen verbeteren. Dat kan bijvoorbeeld een traplift zijn, een scootmobiel, een rollator of beugels bij het toilet. Ook kan een ergotherapeut erop wijzen dat losliggende kledjes het risico op vallen vergroten. Wat voor iemand van belang is, wisselt per persoon. Dus kan een advies voor u heel anders zijn dan voor uw buurman/vrouw, terwijl u denkt dat u vergelijkbare problemen hebt. De ergotherapeut kan u vertellen welk hulpmiddel u kunt lenen bij bijv. de thuiszorgwinkel, maar ook welke zaken wel of niet vergoed kunnen worden. Indien nodig helpt de ergotherapeut ook bij de Wmo-aanvraag.

Na de pauze wees de fysiotherapeut Natascha Schouten ons op het nut van bewegen. Veel mensen hebben een stappenteller. Ze vertelde dat onlangs bewezen is, dat bij 2.500 stappen per dag al een verbetering van de conditie bereikt wordt. Boven 6.000 stappen kun je gewichtsverlies gaan bereiken. Een eenvoudige oefening is: ga opstaan en weer zitten en herhaal dat op je eigen tempo bijvoorbeeld 10x. Ook, op uw eigen tempo, meedoen met "Nederland in Beweging" is zinvol. Bewegen is goed voor uw spieren, uw botten, uw bloedsomloop, uw spijsvertering, maar ook voor uw geluksgevoel. Ook wees de fysiotherapeut ons op het feit dat:

"hoe beter je conditie is, hoe beter je herstelt als er toch iets gebeurt"



Wist u dat de meeste ongelukken door vallen thuis gebeuren? Het belang van goed schoeisel werd ook duidelijk gemaakt: Als u bijvoorbeeld slippers of zogenaamde Spaanse sloffen draagt, is de kans op struikelen/vallen veel groter. Zorg voor goed passende schoenen, ook binnenshuis. De werkzaamheden van de fysiotherapeut vallen onder de aanvullende verzekering als u nog thuis woont. In een zorginstelling valt alle zorg, dus ook de fysiotherapie, onder de Wet Langdurige Zorg (wlz).

Het was voor de 36 aanwezigen een zeer informatieve middag.

Ineke Rijsdam

foto: v.l.n.r. Natascha Schouten, Ineke Rijsdam, Kitty van Klink

KBOZ alleen of als onderdeel van?

Het is een chaos in de ouderenbonden, vooral bij de katholieke ouderenbond De Unie KBO/PCOB (katholiek en protestant) is uit elkaar gevallen en de KBO gaat alleen verder. Maar ook die verzameling van bonden dreigt uit elkaar te vallen Noord Brabant was al jaren weg, Friesland, Limburg, Gelderland en Noord Holland zijn ook weg en Zuid Holland twijfelt. Maar daarmee houdt de ellende niet op. Ook een aantal afdelingen dreigt uit de KBO Zuid Holland te stappen. Hillegom heeft dat al gedaan. Wat doen wij de Zoetermeerse afdeling de KBOZ? Het bestuur van de KBOZ beraadt zich hierover en heeft een bijzondere algemene ledenvergadering uitgeschreven om over eventueel uittreden te beslissen. Laten we echter vóór we een besluit nemen nog eens op een rijtje zetten waar de KBOZ voor staat, of we als we uitgetreden zijn datgene nog doen wat we voor onze leden zouden moeten doen.

K we zijn **katholiek**, maar dat katholicisme wordt hopelijk niet beperkt tot de twee vieringen per jaar (Adventsviering en Maria-lenteviering), maar toont zich ook in ons gedrag tegenover andere bonden en mensen, doordat we niemand afwijzen en opkomen voor de mensen die het minder hebben. Daarom zijn we ook

B een **bond** die opkomt voor de **belangen** van de ouderen (tegenwoordig senioren genoemd) en met name haar leden;

O de **ouderen**. Ouderen die meestal geen betaald werk meer hebben en evenmin over voldoende vermogen beschikken om daarmee bestaanszekerheid te krijgen. Een bestaanszekerheid, die bedreigd wordt door hoge inflatie, en waarbij de pensioenen en de rentes niet voldoende meestijgen. (Een krantenbericht vermeldde op 14 september 2023 dat iedereen gecompenseerd werd of door een compensatie of een salaris stijging, niemand ging erop achteruit, behalve de ouderen; die leveren 3% van hun beschikbaar inkomen in). Daarbij komen dan nog berichten dat de zorg voor ouderen bijna niet meer betaalbaar is. Allemaal maatregelen, die niet in Zoetermeer, maar wel in “Den Haag” worden genomen.

Z **Zoetermeer**, waar we wonen, leven en werken. Jazeker, ook werken, want ook vrijwilligerswerk is niet vrijblijvend en zonder vrijwilligerswerk kunnen andere mensen ook niet werken of zich recreëren (kinderoppas, bardiensten enz.). We werken dus mee om Zoetermeer een levende stad te houden. Dat doen we ook door voor onze doelgroep soezen, bingo’s en andere speelse activiteiten te organiseren; door yoga en bewegen op muziek en andere clubs te organiseren. Veel activiteiten waarvoor je niet per se lid van de KBOZ moet zijn. Daarbij hebben we de medewerking van de gemeente nodig en van andere instellingen. Die samenwerking met de gemeente is niet vanzelfsprekend, daar moet om de zoveel jaar om geknokt worden.

Wat nu als de KBOZ op zichzelf komt te staan? Zolang we met andere ouderenbonden in Zoetermeer door één deur kunnen, zal ook de samenwerking met de gemeente wel lukken. Uiteindelijk vertegenwoordigen we 33% van de bevolking van Zoetermeer en de gemeente heeft een zorgplicht voor haar inwoners. Als we het met die besluiten niet eens zijn, kunnen we dat bespreken en zo nodig via verkiezingen onze stem laten horen. Die 33% heeft allemaal stemrecht, dat kan je van die overige 67% niet zeggen.

Maar als we zien hoe de stemmen van de Zoetermeerse senioren zich verhouden tot landelijke politiek, dan vertegenwoordigen we maar 0,33% van de stemmen, nog niet voldoende voor één zetel in de Tweede Kamer en wat kan je nu met één zetel, we zijn Pieter Omtzigt niet. Wie fluistert Pieter Omtzigt dan in, dat een koopkrachtverlies van 3% voor de ouderen een schande is, die ons degradeert tot tweederangs burgers? Anders gezegd, wie bewerkt (lobbyt) de leden van de Tweede Kamer om bij hun besluitvorming ook aan de senioren te denken?

Het is daarom ontzettend jammer dat de Unie uit elkaar is gevallen en nog verder versplintert, de verantwoordelijken daarvoor hebben heel wat uit te leggen. Eigenlijk moeten ze dat ook, daar de afdelingen de provincies vormen en de provincies de landelijke unie, subsidiariteit noemen we dat. Je lost in principe je eigen problemen op en als die te complex worden, dan roep je de hulp in van de hogere echelon. Dus de strubbelingen met de gemeente moeten we aan kunnen, maar die met de rijksoverheid niet.

Daarom pleit ik ervoor de verworvenheden, die we hebben door de samenwerking in een georganiseerd verband niet zo maar op te geven. Laten we kijken wat er is misgegaan, redden wat er te redden is en proberen die fouten te herstellen.

Hans Bonnet, oud bestuurslid KBOZ

Adventsviering KBOZ

*7 december 2023 om 11 uur in de Doortochtkerk,
voorganger pastor Adri Kortekaas
m.m.v. het gelegenheidskoor tel.3 413 306 o.l.v. Christine en Harry Hermans*

Zoals gebruikelijk wordt u na de viering een lunch aangeboden in het restaurant van het wooncentrum De Gondelkade. Voor de lunch wordt een kleine bijdrage gevraagd van 5 euro. We hopen dat de bijdrage u niet weerhoudt van deelname aan de lunch. U bent natuurlijk ook welkom in de Doortocht kerk wanneer u niet bij de lunch aanwezig kunt zijn. Wilt u deelnemen aan de lunch dan moet zich vóór 30 november opgeven bij één van onderstaande adressen:

mevr. Rian van Kleef,	Gorzenveld 3,	wijk 27	tel. 3 413 306,
e-mailadres: rianvankleef@hotmail.com			
mevr. Thea Veelenturf	Vlamingstraat 52	wijk 23	tel. 3.167 574
e-mailadres thea@veelenturf.eu			
mevr. Thea van der Wallen	Oostergo 48	wijk 16	tel. 3.212.212
e-mailadres dickthee@versatel.nl			

U kunt uw bijdrage voor de lunch voldoen bij het binnenkomen van de kerk. U krijgt dan een toegangsbewijs voor de lunch. Het Wooncentrum Gondelkade bevindt zich tegenover de Doortocht kerk.

Het adres van de Doortocht kerk is Hekbootkade60,2725AR, wijk de Leyens te bereiken met de Randstadrail 3, halte de Leyens (winkelcentrum)

De Activiteiten commissie hoopt op een grote deelname aan de Advent-viering en aan een gezellig samenzijn in het restaurant van de Gondelkade. Einde van de bijeenkomst rond 14.30 uur.

Tot ziens op 7 december.

De Activiteitencommissie van de KBOZ



