



kbo Zoetermeer

*voor senioren van
vandaag en morgen*

Colofon.....	2
Van de Bestuurstafel.....	3
Advent-viering KBOZ op donderdag 8 december 2022	5
Hé, dat is leuk om te weten.....	6
Quo Vadis	7
KBOZ- Activiteitenkalender Kringen.....	8
KBOZ- Activiteitenkalender Clubs.....	8



Prachtige herfstkleuren (bekijk de website!)

Colofon

Het KBOZ Bulletin verschijnt 10 x per jaar als inleg van het door de Unie KBO uitgegeven periodiek *KBO-PCOB magazine*. Oplage: 720

Geen blad ontvangen? Telefoon: 079-321 34 93

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	Website- beheerder		
Postadres Ouderenkantoor	Dublinstraat 24/F12	2713 HS Zoetermeer	(1e etage)
	www.KBOZ.nl		Website KBOZ.nl

Contactadres KBOZ.nl	info@kboz.nl		
Elli Bonnet	Kopij Bulletin	tel. 079- 321 34 93	bulletin@kboz.nl

Kopij digitaal aanleveren voor het Bulletin van de KBOZ/PCOB no.12, december 2022 uiterlijk op 18 november 2022 onder vermelding van "KBOZ Bulletin" bij Elli Bonnet: bulletin@kboz.nl. Het wordt gewaardeerd als u foto's aanlevert!
Verspreidingsdatum van het volgende Magazine no.12 van de KBO/PCOB samen met het Bulletin op 29 november 2022.

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 voor 75+: dokter W.J. Eenink, tel. 06-53 12 03 04, euro 40,- pp
Klussendienst: tel. 0079- 20 408 04, uitsluitend voor de smalle beurs.

KBO-PCOB.nu is de digitale nieuwsbrief waarmee u op de hoogte blijft van de belangenbehartiging voor senioren.

KBO-PCOB.nu verschijnt in de regel om de twee weken.

KBOZ-leden kunnen zich aanmelden voor KBO-PCOB.nu via:

www.kbo-kcob.nl/nieuwsbrieven





Van de Bestuurstafel

Herhaalde oproep

Tien keer per jaar vallen het KBO/PCOB-Magazine en het KBOZ-bulletin in de bus. Dat lijkt bijna vanzelfsprekend, maar is het niet. Dit kan alleen dankzij de inzet van een grote groep vrijwilligers. De coördinatie van de verspreiding is jarenlang verzorgd door Elli en Hans Bonnet. Zij kunnen die taak binnenkort niet meer verzorgen. We zijn dus dringend op zoek naar iemand die dit kan overnemen. Tot nu toe heeft nog niemand zich gemeld. Vandaar nogmaals een dringende oproep. Het is belangrijk dat de informatievoorziening goed geregeld blijft. Het werk van alle betrokkenen is onmisbaar voor onze vereniging. Wie wil deze belangrijke taak op zich nemen? Laat het weten, ook als u eerst wat meer informatie wilt hebben. Een berichtje aan Thea Veelenturf volstaat: secretaris@kboz.nl.

Misschien hebt u zich afgevraagd: kan het Magazine niet gewoon via de post worden thuisbezorgd. Dat kan. In sommige plaatsen gebeurt dat ook. Wij hebben berekend dat we daarvoor de jaarlijkse contributie zouden moeten verhogen met zo'n zeven euro. Dat vinden we nogal wat. Zeker in deze tijd. Dat is bijna 20 procent van wat u nu betaalt. Liever willen we daarom de huidige werkwijze voortzetten, zo lang het nog kan.

Bulletin ook digitaal

De wereld verandert. Steeds meer mensen zijn gewend informatie te bekijken op hun computer of tablet. Dat is snel en gemakkelijk. Ook ons KBOZ-bulletin is te bekijken via de website. Met kleurenfoto's en in de toekomst mogelijk ook filmpjes. Dat kan op papier niet, maar op het beeldscherm wel. Daarmee wordt het informatiebulletin extra aantrekkelijk. Ook zijn op de site alle uitgaven vanaf oktober 2020 terug te vinden, voor als u nog eens wilt teruglezen. Met dank aan de inspanningen van onze actieve websitebeheerder Ben Verbeek. Mis niets en kijk dus op www.kboz.nl ook voor het laatste nieuws.

Helaas geen KBOZ-agenda 2023 meer

KBOZ-vrijwilligers waren eraan gewend aan het eind van het jaar een zakagenda voor het nieuwe jaar te ontvangen, als kleine dank voor alle inzet. Dat was ook dit jaar weer de bedoeling. Op een laat moment heeft de leverancier ons echter in de steek gelaten door te melden de KBOZ-agenda's niet langer te kunnen leveren. Er was geen mogelijkheid op zo'n laat moment een andere leverancier te vinden die tegen een aanvaardbare prijs de agenda's met opdruk wilde maken. We kunnen de traditie dus helaas niet voortzetten. Het bestuur betreurt de gang van zaken, maar er is sprake van overmacht. We kijken nu naar een alternatieve manier om onze waardering voor alle inzet te laten blijken. Want de dank is groot, ook zonder agenda.

Voortgang proefproject ledenwerving

Willen we de KBOZ ook in de toekomst vitaal houden, moeten we aan de slag. Nieuwe leden, ook jongere senioren, zijn nodig voor een gezonde vereniging. Met dat doel nemen we als Zoetermeerse KBO deel aan een project om nieuwe leden aan te trekken. Dit is een initiatief van KBO Zuid-Holland. We gaan aan de slag

onder leiding van mensen die ervaring hebben op dit vlak. Een eerste kennismakingsbijeenkomst heeft inmiddels plaatsgevonden. Het bestuur heeft 'huiswerk' meegekregen. In een volgende bijeenkomst, eind oktober, wordt dat besproken. Dat gebeurt in samenwerking met KBO's van andere gemeenten. Je leert immers van elkaar. We houden u op de hoogte van de vorderingen in het Bulletin en op de website.

Bijeenkomst gezamenlijke bonden

Binnen de Stichting Overleg Samenwerkende Ouderenbonden werkt de KBOZ samen met onze protestants-christelijke en algemene zusterorganisaties PCOB en AOVZ. Waar mogelijk kijken we hoe we elkaar kunnen ondersteunen en samen de belangen van de ouderen in Zoetermeer kunnen behartigen. Daarbij behoudt iedere vereniging haar eigen eigenheid. In november zullen de besturen bij elkaar komen om te overleggen hoe we met elkaar onze eigen leden nóg beter van dienst kunnen zijn.

Nadenken over gezond Zoetermeer

Zo gezond mogelijk oud worden. Hoe kan de gemeente daaraan bijdragen? Dat was de vraag van een bijeenkomst waaraan KBOZ onlangs heeft deelgenomen. Hoewel het ging over gezondheid van de gehele bevolking, hebben wij natuurlijk de aandacht gevraagd voor de positie van senioren. Het is echter ook belangrijk zelf actief te blijven en gezond te leven. De basisregels zijn eigenlijk heel simpel: voldoende beweging, niet roken, gezond eten en weinig alcohol. Met onze beweegactiviteiten draagt de KBOZ bij aan de doelstelling, zoals Bewegen op Muziek.

Bewegen op muziek

In het kader van een nadere kennismaking met de verschillende KBOZ-activiteiten bezochten secretaris Thea Veelenturf en voorzitter Paul Wouters op 13 oktober een bijeenkomst van 'Bewegen op Muziek'. Met veel enthousiasme maken wekelijks twee groepen gebruik van deze mogelijkheid, op woensdag en donderdag op verschillende locaties. Het aantal deelnemers groeit. Dat is niet verwonderlijk als je ziet met welk plezier de deelnemers bezig zijn. Leeftijd speelt geen rol en varieert van 65-plus tot zelfs boven de 90! Het geheel wordt geleid door Els van Wijk. Haar enthousiasme stimuleert niet alleen het gezond bewegen, maar ook goede onderlinge contacten. Het mes snijdt zo aan twee kanten: gezondheid en gezelligheid gaan in elkaar over. Zin om mee te doen? Dat kan! Voor contactpersonen, zie de achterpagina van dit Bulletin.



Advent-viering KBOZ op donderdag 8 december 2022

Zoals u al vele jaren gewend bent, vindt de viering plaats in de Doortochtkerk. In deze **Woord- en Communieviering** zullen voorgaan de gebedsleiders Hetty Randshuizen en Nico Andriessen. Een gelegenheidskoor luistert de viering op.

Aanvang van de viering om 11.30 uur.
De kerk is open vanaf 11.00 uur.

Na de viering wordt u een lunch aangeboden in het restaurant van het Wooncentrum de Gondelkade. Vanwege de gestegen kosten vragen wij u dit keer een kleine bijdrage aan de lunch ter grootte van 5 €.

Wij doen dit met enige schroom en hopen dat deze bijdrage u niet weerhoudt van deelname aan de viering plus maaltijd!

Voor deelname aan de Advent-viering en de lunch dient u zich vóór 30 november op te geven bij de onderstaande adressen/telefoonnummers.

mevrouw R. van Kleef	Gorzenveld 3	wijk 27	tel. 341 33 06
mevrouw Th. Veelenturf	Vlamingstraat 52	wijk 23	tel. 316 75 74
mevrouw Th. v.d. Wallen	Oostergo 48	wijk 16	tel. 321 22 12

U kunt uw bijdrage aan de lunch voldoen bij het binnenkomen van de kerk. U krijgt dan een toegangsbewijs voor de Gondelkade.

U bent natuurlijk ook welkom bij de viering als u niet deelneemt aan de lunch!!

Het adres van de Doortochtkerk is: Hekbootkade 60, 2725AR, wijk de Leyens, te bereiken met de Randstadrail, halte de Leyens (winkelcentrum).

De Activiteitencommissie hoopt op een grote deelname aan de Advent viering en een gezellige ontmoeting in het restaurant aan de Gondelkade. Einde circa 15 uur.

Tot ziens op 8 december.

Hartelijke groet, Rian van Kleef en Thea van der Wallen.
Activiteitencommissie KBOZ.



Hé, dat is leuk om te weten



Misschien heeft u het in de krant gelezen? Maar dit jaar viert de smartphone zijn 15 e verjaardag!! Toch is op deze leeftijd zijn pubertijd al voorbij, kijkt u maar eens wat er allemaal mee kan:

- opbellen
- berichten versturen
- internetten
- foto's maken
- filmpjes maken
- artikelen bestellen
- geld overmaken
- radio luisteren
- muziek luisteren
- podcast luisteren
- route navigeren in de auto
- route maken voor fiets/wandel
- parkeermeter regelen
- betalen in de winkel
- de krant lezen
- boek lezen van bibliotheek of aankoop
- televisie kijken
- spelletjes spelen
- legpuzzels maken
- foto's bewerken en in archief houden
- iets opzoeken in het donker
- treinreis plannen
- rekensommen maken
- afspraak maken met meerdere mensen
- wijn herkennen
- beeldbellen
- weersvoorspelling bezien
- kompas
- waterpas
- instructiefilmpjes bekijken
- vertaalhulp naar veel talen
- qr code scannen
- waar ben ik
- make-up spiegel
- hartritme controleren
- muziek herkennen en teksten
- hamer

De laatste is een toepassing die ik u niet aanraadt maar als u alleen de eerste 3 mogelijkheden gebruikt dan is dat vergelijkbaar met de situatie dat u wel een auto heeft, maar u durft alleen maar te rijden in de 1e versnelling!!

Wilt u kennis maken met een aantal andere mogelijkheden, neemt u dan eens contact op met ons of kom gerust even langs op ons inloopspreekuur of stuur een mail naar

info@seniorwebzoetermeer.nl of kijk op onze website: www.seniorwebzoetermeer.nl.

www.seniorwebzoetermeer.nl of richt uw camera op de qr code.



Wim Geers

Quo Vadis

Een naam van een oude film die in de jaren vijftig van de vorige eeuw een kassucces was. Waar gaat het heen met de romance tussen een Romeins veldheer en een christelijk meisje onder keizer Nero? Quo Vadis: waar ga je heen, hoe loopt het af? De vraag is ook nu nog zeer actueel. Is er nog een uitweg uit problemen, die we niet kunnen overzien, waarvan we misschien zeggen dat dit niet in onze macht ligt en waaraan we vervolgens niets doen. Lost dat die problemen op?

Een paar voorbeelden: als president Poetin zijn zin niet krijgt en dreigt met kernwapens, waar gaan we dan heen met de Aarde? Als president Xi Xi Ping Taiwan linksom of rechtsom wil inlijven en daarbij het geweld niet zal schuwen en anderen waarschuwt er zich niet mee te bemoeien, Waar gaat het dan heen met de vrede en met de mensheid? Geven we dan maar die tirannen hun zin?

Dichter bij huis, maken we ons allen druk over de inflatie en de gevolgen daarvan voor ons consumptiepatroon. Is dat niet het gevolg van het leven in een droom van 30 jaar, waarin alles kon? Zijn we daardoor verleerd ons gedrag te wijzigen, dat mede de oorzaak is van deze problemen? Kunnen we niet meer onze broeders hoeder zijn?

Nog dichter bij huis, onze parochie. Vier van de vijf wijk-kerken gaan dicht of krijgen misschien een andere bestemming. Alleen de grote Nicolaaskerk blijft open om samen te vieren. Ligt daar de prioriteit van de activiteiten van de parochie of zouden we ons meer richten op daadwerkelijke hulp aan onze medeburgers (diaconie, pastoraat)?

Nog dichter bij huis, onze KBOZ. Hoe lang blijft die nog bestaan gezien de uitblijvende aanwas van nieuwe leden? Waarom spreekt een ouderenbond ook de ouderen niet meer aan? Ik ben te jong, te druk, ik organiseer mijn eigen leuke dingen wel, hoor je dan als je het vraagt. Bent u over 10 jaar ook nog te jong, te druk, in staat uw eigen leuke dingen te organiseren? Dat zijn alleen maar de zichtbare activiteiten van de KBOZ. Wat de meeste mensen niet zien is, dat de ouderenbonden zich inspannen voor het collectief van ouderen, pensioenen, wonen, zorg, veiligheid e.d.; allemaal zaken die niet binnen de macht van het individu liggen. Wat wel in uw macht ligt, is de positie van die bonden te versterken door er lid van te worden.

Het gaat bij een ouderenbond dus niet alleen om spelletjes, maar ook om uw specifieke belangen als senior. U bent al lid, maar probeert u ook anderen bij de bond te krijgen: dat is een win-win situatie. Vertel ook wat u mist in ons aanbod en graag zou willen doen. Op die manier helpt u ons een sterke toekomst voor de ouderen in Zoetermeer te garanderen, en bepaalt u mede, waar we als KBOZ naar toe gaan: QUO VADIS.

Hans Bonnet

KBOZ- Activiteitenkalender Kringen

Bingo De Leyens Gondelkade 33	Elke 2 ^e woensdag v.d. maand 13.30 – 16.00 uur Contactadres: dhr. C. Vollenga tel. 06-11 77 93 46 mevr. Truus Pronk tel. 06-49 66 57 34
Bingo Meerzicht Albrandswaard	Elke 1 ^e en 3 ^e woensdag v.d. maand 13.30 – 16.00 uur Contactadres: mevr. Suze Ooms tel. 079-316 91 00 dhr. C. de Jong tel. 06-17 88 1410

Creatieve soos Doortochtkerk	Soos op 2, 16 en 30 november Contactadres: mevr. Tinie Lexmond tel. 079-351 66 31
--	--

KBOZ- Activiteitenkalender Clubs

Bewegen op Muziek

De Veur Prismalaan	Elke woensdag 15.00 - 16.00 uur, Contactadres: mevr. A. van de Poel tel. 079-362 16 90
Bijdor Bijdorplaan	Elke donderdag 11.45 - 12.45 uur Contactadres: mevr. T.G.M Jansen tel. 079-323 96 97

Fietsen 1 ^e Stationsstraat	Elke dinsdag, vertrek vanaf de molen Contact: dhr.P.F.M. van der Hoeven tel. 079-341 49 63 dhr. J.J.F. van Hoof tel. 06-82 81 74 32
---	---

Jeu-de-boules Gondelkade	Elke donderdagmiddag (behalve in de winter) Contactadres: dhr. T. Jans tel. 079-351 47 65
------------------------------------	--

Koersbal De Vaste Koers Sporthal De Vlieger	Elke maandagmiddag 13.30 – 16.30 uur Contactadres: dhr. E. Schotpoort tel. 079-321 32 49
---	---

Yoga Bijdor Bijdorplaan	Elke maandag 10.00 - 12.15 uur Contactadres: mevr. A. Winterkamp tel.06-54 29 17 63
Yoga Nathaliegang 79	Elke maandag 8.30 - 13.00 uur Contactadres: mevr. L. Burggraaf tel.06-44 11 81 34
Yoga Bijdor Bijdorplaan	Elke dinsdag 9.30 - 11.45 uur Contactadres: mevr. L. Willemsen tel. 079-331 52 36
Yoga De Leyens Gondelkade	Elke vrijdag 11.15 - 12.15 uur Contactadres: mevr. L. Burggraaf tel.06-44 11 81 34
Yoga Buurthuis 't Span Noordhove	Elke donderdag 10.00 - 12.15 uur Contactadres: mevr. A. Winterkamp tel.06-54 29 17 63

Iedere donderdag om 10 uur viering in de Doortocht-kerk met na afloop koffie!
Iedere vrijdag om 10 uur viering in de Genesareth-kerk met na afloop koffie!
Iedere derde donderdag v.d. maand om 10 uur koffie en viering in de Wijngaard-kerk!
Iedere laatste woensdag v.d. maand om 14 uur viering in de Tabor-kerk met koffie!
Iedere vrijdag van 14-16 uur gelegenheid voor gebed en koffie/thee in de Wijngaard.