



# *kbo Zoetermeer*

*voor senioren van  
vandaag en morgen*

Colofon.....	2
Van de Bestuurstafel december 2022 .....	3
Ouderenadviseur biedt hulp .....	3
Van de bestuurstafel vooruitkijkend naar 2023 .....	4
Vrijwilligers en docenten .....	5
Belastingsservice .....	5
Adventviering KBOZ op donderdag 8 december 2022.....	6
Hé, dat is leuk om te weten.....	7
KBOZ- Activiteitenkalender Kringen.....	8
KBOZ- Activiteitenkalender Clubs.....	8



## Colofon

Het KBOZ Bulletin verschijnt 10 x per jaar als inleg van het door de Unie KBO uitgegeven periodiek *KBO-PCOB magazine*. Oplage: 700

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.2, februari 2023 uiterlijk op 14 januari 2023 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.2 van de KBO/PCOB samen met het Bulletin op 24 januari 2023.

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!!

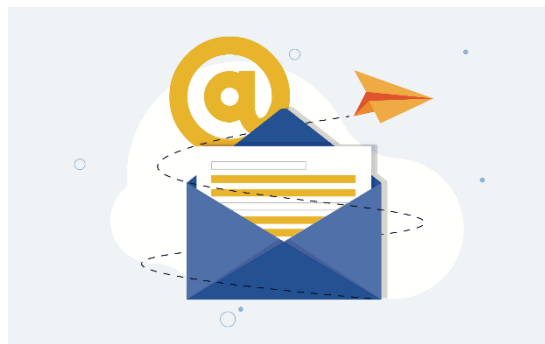
Belastinghulp: Dhr. Jan van Hoof, tel. 06- 82 81 74 32, jfm.v.hoof@kpnmail.nl  
Rijbewijskeuring voor 75+: dokter W.J. Eenink, tel. 06-53 12 03 04, euro 40,- pp  
Klussendienst: tel. 0079- 20 408 04, uitsluitend voor de smalle beurs.

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](http://www.kbo-kcob.nl/nieuwsbrieven)



## Van de Bestuurstafel december 2022

### Ouderenadviseur biedt hulp

***Bent u een oudere die wel wat ondersteuning kan gebruiken? Of bent u juist een fitte senior die andere mensen wil helpen? Lees dan verder. We vertellen graag wat meer over 'de ouderenadviseur'.***



Een ouderenadviseur is een vrijwilliger die speciaal is opgeleid om een andere senior met raad en daad bij te staan. Het doel is dat mensen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven en regie houden over hun eigen leven. Een ouderenadviseur is een gesprekspartner. Hij of zij is geen tovenaardie alle problemen kan oplossen. Maar wel iemand die luistert, meedenkt en adviseert over problemen die samenhangen met ouder worden. Met die adviezen kunt u dan zelf aan de slag gaan. De ouderen-adviseur heeft geen eigen belangen, behalve misschien het prettige gevoel anderen te kunnen bijstaan. In de praktijk gaat het vaak over de volgende onderwerpen:

#### **1. Omgaan met lichamelijke en geestelijke beperkingen**

Denk aan adviezen om de mobiliteit te vergroten. Of aan hulpmiddelen om actief te blijven. Maar ook aan het tijdig inschakelen van professionele hulp. Of aan de mogelijkheden om aanpassingen betaald te krijgen vanuit de gemeente. De ouderenadviseur begeleidt u bij de gesprekken hierover.

#### **2. Geldzorgen en huisvestingsproblemen**

De ouderenadviseur kan bekijken of er mogelijkheden zijn voor extra inkomsten of verwijzen naar deskundigen. Ook kan hij of zij meedenken over aanpassingen aan de huisvesting.

#### **3. Contacten en eenzaamheid**

Veel ouderen missen familie, vrienden of kennissen. Ze voelen zich eenzamer. De ouderenadviseur kan bespreken wat u hieraan kunt doen.

#### **4. Bezigheden**

Wat zijn zinvolle bezigheden als werken niet meer hoeft? Wat zou u willen en wat houdt u tegen? Met gerichte adviezen kunt u weer actief worden, met een prettig gevoel.

#### **5. Zingeving**

De ouderenadviseur kan met u praten over een onderwerp als 'de zin van het leven'. Luisteren kan heel verlichtend werken en soms is het goed ervaringen te delen.

Ouderenadviseurs werken als vrijwilliger in opdracht van de KBO. Voordat ze aan de slag gaan, kunnen ze een opleiding volgen die de KBO kosteloos aanbiedt.

### **Situatie in Zoetermeer**

De KBOZ had twee ouderenadviseurs waarop een beroep kon worden gedaan. Door het terugtreden van één van hen, zijn we op zoek naar uitbreiding. Interesse? Laat het ons weten via e-mail: [secretaris@kboz.nl](mailto:secretaris@kboz.nl).

Begin 2023 start een cursus van in totaal zeven donderdagen, welke helpt om het adviseerschap goed te kunnen invullen.

*Paul Wouters, voorzitter KBOZ*

## **Van de bestuurstaafel vooruitkijkend naar 2023**

Besturen is vooruit kijken. Dat geldt achter het stuur in je auto of je scootmobiel, maar ook als bestuursleden van de KBOZ. We hebben de ambitie om in ledental te groeien. Meer promotie voor onze verschillende activiteiten maakt onderdeel uit van een actieplan dat het bestuur aan het ontwikkelen is. Afgelopen jaren zagen we het aantal leden jaar op jaar afnemen, voor een belangrijk deel vanwege overlijden of stopzetting van deelname aan activiteiten. Die lijn willen we ombuigen. Ambitieuus? Zeker. Maar we zetten erop in.

### ***Voortgang proefproject ledenwerving***

Eerder vertelden we dat de KBOZ meedoet aan een project vanuit KBO-Zuid Holland om de vereniging ook in de toekomst vitaal te houden. Eind oktober heeft een projectgroepje zich een dag lang onder leiding van een deskundige laten voorlichten en begeleiden. Komende maanden gaan we aan de slag met de uitwerking ervan.

### ***Mond-tot-mond***

Deelnemers aan onze activiteiten zijn doorgaans heel enthousiast. De KBOZ is van plan meer bekendheid te geven aan wat we doen, zodat meer mensen ervan kunnen profiteren. Maar de beste reclame is nog altijd mond-tot-mond reclame. Vertel anderen wat u doet en nodig ze uit een keertje kennis te maken. Zo helpen we elkaar om onze vereniging actief te houden.

### ***Bezorgproblematiek***

Een bestuurlijk zorgenkind is de bezorging van het maandelijks KBO-PCOB-Magazine en het KBOZ-informatiebulletin. Het kost moeite om de bezorging vlekkeloos te laten verlopen zonder dat we de vele betrokken vrijwilligers overbelasten. Hans en Elli Bonnet hebben de coördinatie jarenlang fantastisch georganiseerd, maar kunnen dat binnen afzienbare tijd niet meer doen. Onze bezorgers in de wijken worden ieder jaar ook een jaar ouder. Het bestuur onderzoekt mogelijkheden om het waardevolle magazine op een andere manier bij u op tijd op de mat te laten vallen (of in de brievenbus natuurlijk). Wordt vervolgd.

### ***Nieuwe website***

De KBOZ-website krijgt een nieuwe, mooiere opzet. Afgelopen half jaar heeft onze actieve en kundige webmaster Ben Verbeek de bestaande website inhoudelijk al sterk verbeterd. Nu is hij bezig het geheel er veel moderner te laten uitzien, passend bij deze tijd, bij onze actieve vereniging en in lijn met andere KBO-afdelingen. Het bestuur heeft alvast even mogen kijken en is enthousiast. U moet nog heel even geduld hebben...

Op de nieuwe website is ruimte voor nieuws. We raden aan straks geregeld te kijken, ook voor activiteiten die mogelijk interessant voor u zijn.

### ***Lichte stijging eigen bijdrage***

De kostenstijgingen raken ons allemaal. Het bestuur heeft eerder dit jaar besloten de vergoeding voor de begeleiding van Bewegen op Muziek en de yogalessen iets te verhogen. Jarenlang was die hetzelfde gebleven. Wij vonden die verhoging zeer verantwoord: de betrokkenen zijn het meer dan waard. Hun kundigheid en enthousiasme willen we graag honoreren. Deze beperkte verhoging betekende echter ook dat de KBOZ verlies ging lijden op het geheel van deze activiteiten. Omdat we de activiteiten graag willen blijven aanbieden, hebben we moeten besluiten de eigen bijdrage van de deelnemers iets te verhogen. Nog altijd is het aanbod aantrekkelijk, nog afgezien van de gezelligheid.

### ***Bijeenkomst gezamenlijke bonden***

Voor een krachtige belangenbehartiging voor senioren in Zoetermeer, werkt de KBOZ nauw samen met onze protestants-christelijke en algemene zusterorganisaties PCOB en AOVZ. Dat doen we binnen de Stichting Overleg Samenwerkende Ouderenbonden. Eind november komen de drie besturen bij elkaar om na te denken hoe we aan deze taak goed invulling kunnen geven. Er komen steeds meer senioren in Zoetermeer en het is belangrijk dat hun wensen door de plaatselijke politiek en organisaties goed worden gehoord.

### ***Kennismaken met activiteiten***

Door persoonlijke omstandigheden is de kennismaking met de verschillende activiteiten van de KBOZ door de voorzitter en secretaris er deze maand bij ingeschoten. Maar uitstel is geen afstel! We komen binnenkort graag bij u langs.

*Paul Wouters, voorzitter KBOZ*

## **Vrijwilligers en docenten**

Om gezondheidsredenen, ouderdom of verhuizing zijn er wijzigingen in ons vrijwilligersbestand en bij het docententeam:

Bezoekgroep: Henk van der Knaap stopt m.i.v. januari 2023 met het bezoeken van 80- en 90-jarigen. Mevr. Corrie Amptmeijer is bereid gevonden om zijn plaats in te nemen.

Bezorgers: Mevr. M. Windmeijer-de Veld stopt met het bezorgen van het Magazine. Er is voor haar in de plaats nog geen opvolg(st)er gevonden. Zij bezorgde in de wijk Het Dorp. **Wie kan ons helpen?**

Wel heeft zich een nieuwe bezorgster gemeld voor de wijk Meerzicht, nl. mevr. Groenendijk.

**De nieuwe vrijwilligsters heten wij van harte welkom.**

Ouderenadviseur: De heer Aad van der Helm heeft te kennen niet langer als ouderenadviseur te functioneren. **Wie wil zijn taak overnemen?**

De docente Yoga mevr. Lia Steenstra is inmiddels met haar echtgenoot verhuisd naar Drenthe. Mevr. Annie Winterkamp neemt haar lessen over.

Onze dank gaat uit naar Henk van der Knaap, mevr. M. Windmeijer Aad van der Helm en Lia Steenstra voor hun grote inzet voor de KBOZ.

*Thea Veelenturf, secretaris*

## **Belastingservice**

De feestdagen zijn weer achter de rug. En dan komt ook weer snel de tijd waarin de aangifte Inkomstenbelasting over het jaar 2022 verzorgd moet worden.

Om de leden van een van de ouderenbonden (KBOZ en PCOB) hierin bij te staan kennen we in Zoetermeer de "Belastingservice KBOZ/PCOB".

Voor deze service zijn er in Zoetermeer 5 KBOZ-vrijwilligers actief. Zij worden HUBA genoemd (Hulp bij Belasting Aangifte). Deze HUBA's worden jaarlijks via een verplichte opfriscursus op de hoogte gebracht/gehouden van de meest actuele ontwikkelingen in de belastingregels (en de regels voor huur- en zorgtoeslag).

Natuurlijk met name gericht op de regels die voor onze doelgroep van belang zijn. Onze doelgroep is:

- Leden van de KBOZ of PCOB met
- Een jaarinkomen tot  $\pm$  € 30.000 (alleenstaanden) of tot  $\pm$  € 50.000 (gehuwden/samenwonenden)
- Niet meer dan  $\pm$  € 30.000,- spaargeld/vermogen

De HUBA is gehouden aan de geldende regels met betrekking tot de privacy en natuurlijk ook met betrekking tot de coronamaatregelen.

De HUBA's mogen ter dekking van de door hen gemaakte kosten een geringe onkostenvergoeding vragen.

Hebt u behoefte aan ondersteuning bij het invullen van uw belastingaangifte of bij het aanvragen van huur- en/of zorgtoeslag? Neem dan contact met mij op. Ik zal u dan in contact brengen met een van de HUBA's.

*Jan van Hoof, telefoon 06 – 82 81 74 32, e-mail: jfm.v.hoof@kpnmail.nl*

## **Adventviering KBOZ op donderdag 8 december 2022**

In deze **Woord- en Communieviering in de Doortochtkerk** gaan gebedsleiders Hetty Randshuizen en Nico Andriessen voor. 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!

U kunt zich nog opgeven tot 3 december a.s. bij de onderstaande adressen.

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

Veel mensen beschikken over een gmail adres maar weten vaak niet, dat er met dit account nog veel meer mogelijkheden zijn.

Met dit account kan men gegevens bewaren, welke men waar men zich ook bevindt op de wereld, steeds weer kan opvragen. Deze gegevens worden bewaard in de cloud. Bestanden bewaren in de vorm van documenten of plaatjes gebeurt in Drive.

Ik ga u uitleggen hoe u daar gebruik van kunt gaan maken. Op de computer gaat u naar [www.google.nl](http://www.google.nl). Als u daar bent, ziet u in de rechterbovenhoek een icoontje met 9 kleine vierkantjes, zoals u in het plaatje hieronder ziet, rechts van de tekst 'Afbeeldingen'. Als u op dit icoontje drukt, opent zich een menu met de volgende onderdelen: maps, you tube, nieuws, gmail, contactpersonen, drive, agenda, foto's, document enz. Een voorbeeld hiervan ziet u ook in het plaatje hieronder. Er zijn dus nog meer onderdelen dan in deze opsomming, maar die voeren nu even te ver.

Ik stel een aantal onderdelen aan u voor:

- Met **Maps** kunt u navigeren met auto, fiets of te voet;
- Met **YouTube** kunt u niet alleen video's van anderen maar ook zelf materiaal toevoegen, die u aan uw eigen kennissenkring kan aanbieden;
- **Nieuws** geeft toegang tot nieuws en spreekt voor zich;
- **Gmail** kent u al;
- **Drive** is beschikbaar om al uw materiaal in te bewaren;
- In **Contactpersonen** worden alle adressen bewaard die u al gebruikt om uw email te adresseren;
- In **Agenda** kunt u een persoonlijke agenda instellen met tal van mogelijkheden.
- **Foto's** geeft de mogelijkheden om zelf gemaakte foto's te verbeteren en te bewaren en aan anderen ter beschikking te stellen;
- **Documents** is een tekstverwerker waarmee u een brief of bericht kunt schrijven, die direct wordt bewaard in **Drive**.

Ik kan me voorstellen dat dit voor u erg veel informatie tegelijk is.

Wilt u meer weten? Informeer verder bij [info@seniorwebzoetermeer.nl](mailto:info@seniorwebzoetermeer.nl) of kijk op onze website:

[www.seniorwebzoetermeer.nl](http://www.seniorwebzoetermeer.nl).

Wim Geers

