

Nieuwsbrief 2024 nr. 2.

Voorwoord

Beste mede senioren,

Allereerst het verhaal over het voorkomen van boetes, waarover wij u via de mail hebben bericht. Kijk hier alstublieft goed naar. Dus wanneer u foto's op uw website plaatst moeten dat foto's zijn die u zelf heeft gemaakt. Uiteraard moet dat met toestemming van hen die erop staan afgebeeld gebeuren, ofwel u heeft aangegeven dat u foto's maakt en vraagt of er mensen zijn die daar bezwaar tegen hebben zodat deze buiten beeld blijven. Heeft u geen recht op die foto omdat deze uit de krant komt bijvoorbeeld dan moet u deze verwijderen. De eerste aanslag bij dit soort "vergrijpen" is € 350,00.

De helft van het jaar zit erop en heel veel plannen voor de tweede helft van het jaar staan al op stapel. Ik kan u zeggen blij verrast te zijn van de dynamiek en het enthousiasme dat de diverse afdelingen uitstralen. Contacten met gemeenten worden geïntensiveerd en vernieuwd en dat vooral door de opstapel staande bijeenkomsten waar Peter Weda en Eddy Oude Wesselink voor tekenen. Uiteraard ondersteunen wij vanuit kbo Senioren Overijssel deze bijeenkomsten zoveel we kunnen maar uw afdeling is de organisator. Dat is een belangrijk signaal naar de gemeente en andere belangrijke partijen binnen uw woonplaats. Een deel van de nieuwe leden die zich hebben aangemeld tijdens de sessies die al geweest zijn gaven aan dat het feit dat de afdeling zich op deze manier manifesteerde voor hen de reden was om zich überhaupt aan te melden en ook dat ze wel actief wilden worden. We zijn door diverse leden benaderd om informatie over het levenstestament. Wij hebben ons verdiept in de mogelijkheden die hierover zijn. De schriftelijke documentatie daarover was erg uitgebreid. We hebben bij het notariaat gekeken en voor ons kwam de mondelinge presentatie doormiddel van een filmpje met daarin ook de mededeling dat een eerste afspraak op kantoor voor nadere uitleg kosteloos was, als beste uit de bus. We hebben middels Notaris Riteco inmiddels een filmpje en schriftelijk uitleg over het levenstestament ontvangen en op de site, www.kbo-overijssel.nl geplaatst.

Wij wensen u een hele fijne vakantietijd.

Herman Pieper

Voorzitter KBO Senioren Overijssel

SNN op de bres voor de wijkverpleging

Senioren Netwerk Nederland, waar KBO Overijssel deel van uitmaakt, heeft in april een brief gestuurd naar de Tweede Kamercommissie van VWS over de nieuwe bekostiging van de Wijkverpleging volgens cliëntprofielen en de verplichte registratie die daarbij hoort. SNN is bang dat de thuiszorgontvangers maar weinig opschieten met deze plannen en vreest voor minder behandeling en meer administratie. De angst is ook dat de plannen leiden tot een prikkel om zo weinig mogelijk zorg te leveren, omdat er sowieso een zak



geld aan elk profiel hangt. Inmiddels is duidelijk dat de verplichte registratie voorlopig in de ijskast gaat. Het experiment met de cliëntprofielen gaat wel door. Nu stoppen zou volgens demissionair minister Conny Helder van VWS betekenen 'dat we weer terug bij af zijn.'

Lees [HIER](#) het hele verhaal (met dank aan KBO Brabant) en de [BRIEF](#) die SNN eerder stuurde.

Lokale initiatieven gezocht voor donaties ter waarde van 50.000 euro

Univé Oost zoekt lokale projecten en goede doelen met een maatschappelijke uitstraling die financiële hulp goed kunnen gebruiken. Het fonds maakt daar jaarlijks 50.000 euro voor vrij. Alle ideeën zijn welkom, van duurzame voorzieningen tot sportieve initiatieven en van 'groene' projecten tot risicobeperkende oplossingen. Aanmelden is vanaf nu mogelijk.

Het toegekende bedrag varieert van €1.000 tot €10.000 euro per project. Jaarlijks stelt het Univé Oost Fonds zulke bedragen beschikbaar voor ondersteuning van lokale projecten in Twente, de Achterhoek of de Liemers. De coöperatie zonder winstoogmerk helpt graag bij een maatschappelijk waardevolle investering die bijdraagt aan een prettige en veilige leefomgeving voor de leden en inwoners in het werkgebied. Zodra een project is aangemeld, beoordeelt de selectiecommissie de aanvraag.

Rabo ClubSupport verlengd t/m 20 Augustus



Elk jaar organiseert de Rabobank de ClubSupport Stemcampagne. De bank helpt verenigingen met kennis en geld om de doelen van de vereniging (gedeeltelijk) te realiseren. Leden van de bank kunnen stemmen op hun favoriete club. Aan de hand van het aantal behaalde stemmen tijdens de stemweken bepaalt de Rabobank welk bedrag een vereniging krijgt. De inschrijfperiode voor de Rabo ClubSupport Stemcampagne is dit jaar gestart op 27 mei. Afdelingen kunnen zich inschrijven tot en met 8 juli. De stemperiode start na de zomervakantie, en is van 2 tot en met 24 september. Zo hebben afdelingen alle tijd om voorbereidingen te treffen voor promotiemateriaal en het enthousiasmeren van Rabo-leden om op de afdeling te stemmen. Afdelingen die al eens hebben meegedaan aan Rabo ClubSupport hebben op 27 mei van de bank een persoonlijke uitnodiging ontvangen met een inschrijfcode. Wie voor het eerst meedoet kan zich melden via de website van ClubSupport.

Klik **HIER** voor de website van Rabobank Clubsupport.



Samenwerking Vriendenloterij steun KBO belangenvereniging voor Senioren Overijssel

Voor deelnemers die al meespelen in de VriendenLoterij is het mogelijk om het goede doel van hun lot over te zetten naar Katholieke Belangenvereniging voor Senioren Overijssel, 40% van een lot gaat naar het goede doel.

Deelnemers die dit doen kunnen dat zelf terugzien, als ze kijken naar www.vriendenloterij.nl en zich dan registreren, éénmaal dat gedaan dan kunnen ze naar hun eigen "mijn VriendenLoterij", helemaal naar beneden scrollen en ziet men met hoeveel loten wordt mee gespeeld, hoeveel punten zijn gespaard en er staat dat (indien aangemeld) voor welke partner ze meespelen om te steunen. Daar staat dan Katholieke Belangenvereniging voor Senioren Overijssel.

Hoe kan men dat doen? Deelnemers kunnen bellen naar 088 020 1020, de unieke registratiecode is 21353 doorgeven (ook wel benicode genoemd) en zeggen: ik wil graag dat mijn 40% afdracht naar de Katholieke Belangenvereniging voor Senioren in Overijssel gaat.

Let op: Ons Mail Magazine is alleen voor leden!



Met Ons magazine hebben we een mooi blad en waardevol communicatiemiddel in handen voor en met onze leden. Het is voor veel leden zelfs een belangrijke reden om lid te zijn van onze KBO. Dat zijn dan veelal leden die niet zo vaak deelnemen aan activiteiten.

Het is daarom niet de bedoeling om de actuele versies van Ons Magazine met niet-leden te delen, bijvoorbeeld via de website. Die afspraak hebben we gemaakt met alle provinciale bonden die deelnemen aan de Ons. We hebben afgesproken alleen edities die ouder zijn dan drie maanden openbaar te delen. We verzoeken alle afdelingen om zich aan deze afspraak te houden.



KBO ook dit jaar present op Be!eef.

Samen met Senioren Netwerk Nederland (SNN) zijn we vanuit KBO Overijssel begonnen met de deelname aan de 50+ beurs in Utrecht. Deze beurs heeft een nieuwe naam en heet nu "Be!eef" en vindt plaats van 10 t/m 14 september in de jaarbeurs in Utrecht. We krijgen daar een bescheiden, maar wel gratis, stand en mogen er ook elke dag een presentatie verzorgen. We gaan het concept de komende weken verder uitwerken.

Belangrijk voor nu is dat KBO-leden een stevige korting krijgen op de entreprijs (via een code die we zo snel mogelijk doorgeven). De code kunt u aanvragen via Info@kbo-senioren-overijssel.nl.

Organiseren van een Vitaliteitsochtend en/of middag voor Senioren. (afhankelijk van het aantal aanmeldingen)

Bij vitaliteit gaat het om levenskracht. Bij de Vitaliteitsdagen krijgen deelnemers inzicht in hun gezondheid. Er is aandacht voor fysieke aspecten zoals knijpkracht, reactievermogen, conditie, balans, maar ook voor mentale aspecten. Vragen als 'hoe ziet uw netwerk eruit?', 'welk cijfer geeft u uw leven?', 'waar bent u dankbaar voor?' komen aan de orde. Wilt u als afdeling zo'n dag organiseren, zoek dan medewerking met vrijwilligers, Sportbedrijf fysio etc. etc.

Vrijwilligers met medewerking van eventueel het Sportbedrijf, lokale zorgverleners, fysio, huisartsen, opticiens en audiciens verrichten metingen en gaan met deelnemers in gesprek. Ook een tandarts-geriatrie voor het gesprek over mondgezondheid, want de mond wordt vaak vergeten.

Wat kunnen deelnemers verwachten?

- Meer inzicht in de eigen gezondheid
- Bewustwording van het eigen netwerk
- Gezelligheid en contact met andere deelnemers en vrijwilligers
- Kennismaking met het aanbod van beweegactiviteiten
- Mogelijkheid om vragen te stellen aan experts op diverse stands
- Bruikbare tips die kunnen leiden tot gedragsverandering

Naar voorbeeld van andere steden zou de invulling als uit de volgende stands kunnen bestaan:

1. Bloeddrukmeting
2. Glucosemeting
3. Gesprek over medicijngebruik door een apotheker
4. Oogtesten door opticiens

5. Gesprek over mondgezondheid door een tandarts-geriatrie
6. Knijpkracht, BMI en buikomtrekmeting door ...
7. FMS-oefeningen door fysiotherapie
8. Stokkenvangspel door Sportbedrijf
9. Valrisico gesprek door fysiotherapeut
10. Gesprek over voeding en alcohol door
11. Wandeltest door Sportbedrijf
12. Gesprek over leven en welzijn,
13. etc.

Zie hier een filmpje uit bijvoorbeeld Bergeijk: <https://youtu.be/ntYKX-Adtm4>

Doneren Fietsen



Doneer uw fiets voor de vluchtelingen uit Oekraïne en families die het minder breed hebben

Ik ben vrijwilliger bij de ANWB voor het “ kinderfietsenplan”. Dit houdt in dat wij gedoneerde fietsen inzamelen, welke naar een sociale werkplaats worden gebracht en aldaar worden nagekeken en gerepareerd zodat ze veilig aan het verkeer kunnen deelnemen. De eerste opzet was deze kinderfietsen via Stichting Leergeld te geven aan de ouders van kinderen die het financieel zich niet kunnen veroorloven een fiets voor hun kind te kopen. Weet u dat 1 op de 5 kinderen zich geen fiets kunnen veroorloven in Nederland!!!!!!Deze actie is zo succesvol dat niet alleen kinderfietsen maar alle soorten en maten fietsen worden ingezameld en via bovenstaande weg worden verdeeld.

Met deze maatschappelijk actie van de ANWB bereiken wij:

- Oude niet gebruikte fietsen krijgen een nieuwe bestemming
- We helpen mensen met een beperkte(via de sociale werkplaatsen) toegang tot de arbeidsmarkt onder begeleiding aan een nieuwe baan.
- Wij maken vele kinderen en families gelukkig en door het doneren van een fiets zijn zij een stuk mobieler.

Met de vluchtelingen stroom uit de Oekraïne is de vraag naar fietsen enorm toegenomen en onze voorraad fietsen droogt snel op. Wij zijn dus met spoed op zoek naar alle soorten en maten fietsen in welke staat dan ook. Van drie oude fietsen kunnen wij bijvoorbeeld weer één goede fiets maken.

U kunt uw fiets doneren via kinderfietsenplan@anwb.nl of charles.hermans5@gmail.com (06-53 200 937) en wij komen uw gedoneerde fiets ophalen. (graag uw volledige adresgegevens vermelden incl. e-mail adres en telefoon).

Nieuws van OVpay: Nu ook reizen met leeftijdskorting op je betaalpas!

Ben je 65 jaar of ouder? Dan heb je recht op leeftijdskorting in de bus, tram of metro. Tot nu toe moest je dit koppelen aan je OV-chipkaart. Vanaf heden kun je dit ook koppelen aan je betaalpas of creditcard. Een geldige en opgeladen OV-chipkaart is dus niet meer nodig om met 34% korting te reizen! Hoe werkt het?

- Download de OVpay app in Google Play store of App store.
 - Log in op de app. Dat doe je door je naam en e-mailadres in te vullen. Je krijgt van ons een e-mail met een code die je in de app invult.
 - Voeg je betaalpas of creditcard toe. Dat doe je door in de app naar 'Passen' te gaan en vervolgens op '+ pas toevoegen' te klikken.
 - Selecteer de optie 'Leeftijdskorting toevoegen'.
 - Maak een profiel aan, daarvoor vul je in je naam en geboortedatum in. Ook maak je in de app een duidelijke foto van jezelf.
 - Je hebt nu leeftijdskorting toegevoegd en je kan reizen in bus, tram en metro met korting!
- Wil je meer uitleg? Bekijk het filmpje op de website OVpay.nl/leeftijdskorting.



We geven op 30 september a.s. een kijkje in onze keuken en jij bent van harte uitgenodigd!

Ons programma Lang Leve Kunst & Naoberschap verrijkt al tien jaar het leven van ouderen met kunst. De kunstactiviteiten blijken ook een positieve invloed te hebben op de gezondheid. Ons aanbod van muziek, beeldende kunst, theater, dans en meer zorgt voor vrolijkheid, ontmoeting en betekenis in het dagelijks leven. Dit realiseren we samen met professionele kunstenaars, een leger aan vrijwilligers en zorg- en welzijnsorganisaties.

Landelijk Symposium KUNST OF JE LEVEN!

Datum: maandag 30 september 2024 van 13.00 tot 18.00 uur

Locatie: Amphion Cultuurbedrijf, Hofstraat 159, Doetinchem

Gast spreker: Angela Groothuizen

Dagvoorzitter: Boaz Boele

Dit symposium wordt mede mogelijk gemaakt door het Lang Leve Kunst Fonds.
Deelname is kosteloos.

Gast spreker

We zijn heel blij met de komst van onze gast spreker, Angela Groothuizen, een levenskunstenaar bij uitstek.

Ons programma

Nieuwsbrief KBO-Senioren-Overijssel 2024 nr. 1

Ons succesvolle project Kunst door de Brievenbus is de leidraad van het symposium. Je gaat aan den lijve ervaren wat deelname voor je betekent, hoe sociaal-artistische samenwerking te realiseren is, wat het oplevert en hoe je jouw initiatief organiseert en financiert. Kortom: je gaat rijker naar huis.

De diverse workshops worden verzorgd door: Lang Leve Kunst Fonds, Hogeschool Arnhem Nijmegen (HAN), Landelijk Kennisinstituut Cultuureducatie en Amateurkunst (LKCA), CultuurOost, Leyden Academy on Vitality and Ageing, VitaValley en Amphion Cultuurbedrijf en haar kunstenaars.

Aanmelden

Mocht je je nog niet aangemeld hebben, doe dat dan nu. We verheugen ons op je komst!

www.amphion.nl

Meld je nu aan »

Voordelig Dagje uit?

Wanneer u deze zomer nog een uitstapje wilt maken kunt u via bijgaande website www.ervaarhetov.nl deze vakantieperiode korting krijgen op een buskaart (met RRReis) of treinkaart (met Blauwnet).

Een dagkaart voor de bus kost 7 euro, een dagkaart trein 7,50 euro.

Wij wensen u een fijne vakantieperiode.

Namens,

Bestuur KBO-Senioren-Overijssel