



KBO

Elst - Overbetuwe



VITAMINEN

VOOR HET LEVEN



Sinterklaas 2017, zo was het
pagina 6

Colofon:

De afdeling Elst maakt deel uit van de Katholieke Belangenorganisatie voor Senioren GELDERLAND en is opgericht op 21 maart 1985.

De doelstelling van de KBO volgens haar statuten is:

- Gestalte geven aan de GELIJKWAARDIGHEID van senioren aan de overige leden van de samenleving en erkenning te krijgen in die samenleving, alsmede bij overheden, kerkelijke en maatschappelijke instellingen.
- De INTEGRATIE (in zijn geheel doen opgaan in) van senioren binnen de gemeenschap bevorderen.
- HET BEHARTIGEN VAN DE BELANGEN van alle senioren in het algemeen en van haar leden in het bijzonder.

'Vitaminen voor het leven' is het bulletin van de KBO afdeling Elst / Overbetuwe.

Het biedt de leden de kans om te schrijven of te lezen over zaken die de KBO Elst / Overbetuwe raken.

'Vitaminen voor het leven' verschijnt 4-maal per jaar.

Het blad 'Vitaminen voor het leven' is ook te vinden op onze website.

Redactie: Ger Daam (*eindredactie*)
José Staring (*secretariaat Vitaminen*)
Frans van den Boogaard (*lay-out*)

Verspreiding: Geert Kolks

E-mailadres redactie: hwstaring@kpnplanet.nl

Website: www.kbo-overbetuwe.nl

Rekening Rabobank IBAN: NL84 RABO 0171 0183 70 t.n.v. KBO afd. Elst-Overbetuwe

De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden teksten te weigeren, in te korten, of anderszins redactioneel te bewerken. Copyright berust bij de auteurs van de bijdragen.

Wel en wee:

Wilt u eventuele vreugdevolle en/of verdrietige gebeurtenissen van onze KBO-leden doorgeven aan Truus van Beek.

Adreswijzigingen:

Adreswijzigingen s.v.p. doorgeven aan de ledenadministrateur van de KBO afdeling Elst, Frans van den Boogaard.

Help de ledenadministratie door wijzigingen of veranderingen in adresgegevens steeds door te geven. Zo kan informatie van de vereniging correct bij de leden bezorgd worden.

Opzeggen lidmaatschap:

Het lidmaatschap van de KBO afdeling Elst-Overbetuwe kan op elk gewenst moment bij de secretaris worden opgezegd; bij voorkeur gemotiveerd.

Restitutie van betaalde contributie vindt echter niet plaats.

"Hoe meer je van jezelf begrijpt, hoe beter je anderen leert waarderen!"

inhoud o.a.:

- pag. 2** colofon
- pag. 3** * vitamientje van de maand
- * inhoud
- * een probleem?
- pag. 4** bestuursinformatie
- pag. 5** * activiteitenprogramma
- * werkgroep fietsen
- pag. 6** bezoek van Sint en zijn Pieten
- pag. 8** huishoudtips
- pag. 9** oproep van de vreugdefabriek
- pag. 10** Advent- / kerstviering
- pag. 12** Nieuwjaarsmiddag
- pag. 13** wist u dat...
- pag. 14** hulp bij belastingaangifte?
- pag. 15** * last van ..
- * Unie KBO-nieuws
- pag. 17** witte wereld
- pag. 18** * respect
- * winterspreuken
- pag. 19** rijbewijskeuring
- pag. 20** bestuur

Een probleem?

Je kan er haast niet onderuit, het omgaan met een computer of tablet. Van alle kanten word je onder druk gezet om ermee aan de slag te gaan. In het magazine KBO-PCOB nummer 2 van februari 2018 wordt opnieuw aandacht besteed aan het gebruik van een computer of tablet. Ook bij onze afdeling was er in april 2016 een themamiddag aan gewijd.

Maar wat als je er echt niet in geïnteresseerd bent, er geen gevoel voor hebt, of opziet tegen de kosten van aanschaf van een computer? Dan heb je een probleem.

Bedrijven, instellingen en overheid doen er alles aan om ons te overtuigen, dat gebruik van een computer heel handig is. Zij zijn vaak alleen nog via de computer (internet) bereikbaar en laten ons weten, dat dat zo veel voordelen oplevert. Ook de belastingdienst sluit zich bij deze trend aan. Toch is het vaak eigenbelang van bedrijven, instellingen en overheid. Zij kunnen met minder personeel uit en verhogen daardoor hun winsten of verlagen hun kosten. Maar owee, als er door te weinig deskundigheid ingebroken wordt in je computer, dan maakt iedereen je voor dom uit. Daarom is het fijn, dat ons blad de 'Vitaminen' nog steeds op papier naar u gezonden wordt. Veel leesplezier!

De volgende '*Vitaminen voor het leven*' komt uit op 24 april 2018.

S.v.p. kopij inleveren voor 26-03-2018 bij het secretariaat van de '*Vitaminen*', José Staring, De Korte Helster 38, 6661 AE Elst, e-mail: hwstaring@kpnplanet.nl.

Bestuursinformatie

Verzoek van de penningmeesters

Tekst: Baldewijn Vos, Gerard Verrest en Frits van Ommeren

Geachte leden van de KBO afdeling Elst Overbetuwe.

Wij, penningmeesters, vragen u allen of u wilt controleren of u de contributie voor 2018 al heeft overgemaakt. Momenteel maken wij ons zorgen om het grote aantal leden, dat de contributie van € 24,00 per persoon nog niet heeft overgemaakt. Omdat de uitgaven wel gewoon doorgaan, verzoeken wij u om uw contributie, onder vermelding van uw lidmaatschapsnummer, zo snel mogelijk over te maken. Onze dank voor uw medewerking.

De Rabobank Clubkas Campagne 2018

Tekst: bestuur

Geachte leden van de KBO afdeling Elst Overbetuwe.

De KBO afdeling Elst Overbetuwe heeft zich ook dit jaar weer aangemeld om mee te mogen doen aan de Clubkas Campagne van de Rabobank 2018.

Wij hebben van de Rabobank bericht ontvangen dat wij voldoen aan de voorwaarden van deze campagne en dat wij dus als deelnemer mee mogen gaan doen.

Over de voorwaarden om te mogen stemmen zullen wij in de Vitaminen, die met het magazine omstreeks 24 april 2018 bij u bezorgd wordt, meer bekend maken. De stemming zal plaatsvinden van 15 tot en met 30 mei 2018. Omdat u lid moet zijn (naast een particuliere rekening) kunt u hierover al informatie inwinnen bij de Rabobank.



BEMMELSEWEG 81C, 6662 PE ELST

T 0481-35 11 75

E INFO@AUTOBEDRIJFPOLMAN.NL

I WWW.AUTOBEDRIJFPOLMAN.NL

DE CITROËN EN FIAT SPECIALIST

Activiteitenprogramma

dag	datum	programma
woensdag	28 februari	Themamiddag over "Vogels kijken dicht bij huis". De spreker is de heer Koos Dansen. Afsluiting met het bekende bingospel.
woensdag	14 maart	Zevende spellenmiddag.
woensdag	28 maart	Algemene Vergadering. Informatie van Forte (voorheen Stuw) over sporten, bewegen, computer-cursussen en andere mogelijkheden. Daarna bingo.
woensdag	11 april	Achtste spellenmiddag.
woensdag	25 april	Themamiddag met het koor "Van alles wat". Daarna bingo.
maandag	7 mei	Vanaf vandaag beginnen de maandagavond fietstochten weer. Vertrek: let op om 18.30 uur vanaf Wervershove. Wij fietsen ± 20 km. met onderweg een korte pauze voor een kopje koffie/thee. Eventuele inlichtingen bij Riet de Jager, telefoon ☎ 0481-351189 of per e-mail jorietdejager@gmail.com Bij slecht weer vervallen de fietstochten.
woensdag	9 mei	Negende spellenmiddag.

Werkgroep fietsen actief in 2018

Tekst: Riet de Jager

De fietswerkgroep is weer druk bezig met het organiseren van de jaarlijkse fiets-puzzeltocht. Deze wordt gehouden op **woensdag 23 mei 2018**. Bij slecht weer op **30 mei 2018**. Aanvang 8.30 uur Wervershove.

Het inschrijfformulier hiervoor ontvangt u nog. De kosten bedragen € 13,00 per persoon.

Voor de maandagavond fietstochten starten we op **7 mei 2018 om 18.30 uur** (let op de nieuwe begintijd).

De 'werkgroep fietsen' bestaat uit (van links naar rechts op de foto):
Truus en Henk van Brandenburg, Riet de Jager, Thea en Frits Janssen.

Contactpersoon voor het bestuur
Baldewijn Vos.



Een bron van inspiratie



Dorpsstraat 69 6661 EH Elst
Telefoon (0481) 37 12 06 Fax (0481) 35 24 54
E-mail vanaalst@colorathome.nl

Bezoek van Sint en zijn Pieten

Tekst: José Staring

Op woensdagmiddag 29 november 2017 brachten Sinterklaas en zijn zwarte Pieten weer hun jaarlijkse bezoek aan de leden van de KBO in Elst. Om klokslag 14.00 uur na de koffie met een heerlijk stuk speculaas verwelkomt Ingrid Reterink de leden en geeft daarna het woord aan José Staring. José zit al enkele jaren in het Sinterklaascomité en de laatste 3 jaren samen met Willy Daam.

Terwijl José, ook namens Willy, de leden verwelkomt, worden er al Sinterklaas kruiswoordpuzzels uitgedeeld, een Sinterklaas zoekplaatje om 7 verschillen te zoeken en een afscheidsliedje voor de Sint.

Het is leuk om iedereen zo bezig te zien. Wanneer iedereen de puzzel heeft opgelost worden deze in een grote plastic zak verzameld en worden er 3 oplossingen uit die zak getrokken, die een roomboter/amandelstaaf winnen. Dit is zo bedacht om iedereen een kans te geven tot het winnen daarvan. Het plaatje van Sint om de zeven verschillen te zoeken, viel bij eenieder in de smaak. Willy Daam las ons hierna nog een heel leuk Sinterklaasgedicht voor over tante Mathilde van Annie M.G. Schmidt.



Wat heeft Annie M.G. Schmidt in haar leven toch mooie gedichten geschreven. Momenteel draait er een musical over haar leven. Ondertussen was het 14.30 uur geworden en wie stond er voor de deur..... ja natuurlijk Sint en zijn Pieten.



Nadat wij Sint en zijn Pieten gezamenlijk hadden toegezongen, lazen Willy en José, zoals gebruikelijk bij de KBO, nog een welkomstgedicht voor. De volgende personen werden uitgenodigd om bij de Sint te komen. Allereerst Lucy Willemsen. Lucy is een trouwe KBO-er en begeleidt ieder jaar op het orgel de Communieviering van de KBO. Seniorenpastor John Rademakers is hier altijd erg blij mee. Ze zingt ook bij het St. Caeciliakoore en is daar alt. Daarna was haar zus Coby aan de beurt. Die is dit jaar enkele weken naar haar zus Rieky in Nieuw Zeeland geweest, een mooi eind weg. Maar later dit jaar is ze ook nog onverwacht naar een dochter in Canada geweest. Blijkbaar zitten er in de familie Willemsen diverse familieleden, die uit Nederland zijn weggetrokken. Bovendien zijn de zussen Willemsen zeer muzikaal.



Ze vertellen dat ze dit van huis uit mee gekregen hebben. En Coby kan ook nog heel goed bloemschikken. Wat een creatieve familie!



Toen was het de beurt voor onze penningmeester Baldewijn Vos om naar de Sint te komen. Sint had voor iedereen een gedicht en dat las hij ook zelf steeds voor. Baldewijn vertelde nog het één en ander hoe hij met zijn, in Elst geboren vrouw Riet, weer in Elst terecht was gekomen.

En tot slot werd Hilly Gerritsen uitgenodigd om bij de Sint te komen. Ze schrok hier toch wel een beetje van. Alle mensen die bij Sint zijn geweest kregen nog een kleinigheidje mee naar huis.

Ondertussen was het 15.15 uur geworden. Tijd voor Sint en zijn Pieten om te gaan. Wij hebben hen samen uitgeleide gedaan met een bekende Sinterklaasmelodie maar met een andere tekst. Hierna was het pauze.

Na de pauze werd er weer de jaarlijkse Sinterklaasbingo gespeeld o.l.v. Greet Roelofs en Ingrid Reterink. Een dag eerder hadden Willy en José hiervoor mooie pakketjes gemaakt en alles was dus nog heel vers. Zij hopen dat de winnaars hier veel plezier aan hebben beleefd.

Tot slot ging iedereen ook nog met een lekkere chocoladeletter naar huis. Wij hopen dat u allen van deze nostalgische middag heeft genoten! Ook namens Willy, zeer bedankt!

En nu op naar de gezellige Kerstdagen en Oud en Nieuw.

Huishoudtips

Opruimen deed men vroeger altijd tijdens de jaarlijkse schoonmaak. Tegenwoordig gaat dit veel makkelijker en daarvoor geven wij u een paar tips.

- Maak aparte mappen voor uw administratie zoals voor belastingen, verzekeringen, aankoopbonnen en garantiebewijzen.
- Kijk of al uw cosmetica en voedingswaren niet over de datum zijn. Indien dit het geval is, gooi ze dan weg.
- Kijk of uw medicijnen niet over de datum zijn. Indien dit het geval is, lever ze dan in bij uw apotheek.
- Ga samen met een vriend of vriendin uw uitpuilende kledingkast opruimen. Misschien kunt u met oude, maar goede kleding die u zelf nooit meer draagt iemand anders een plezier doen.
- Als u een hoop spullen in uw garage, schuur of zolder heeft opgeslagen, schrijf dan eens allemaal op wat u allemaal bezit en gooi het overbodige weg of geef het aan iemand cadeau die het wel kan gebruiken.
- Als u een paar duizend foto's op uw computer heeft opgeslagen, wordt het tijd om daar een mooi fotoboek van te maken en om in ieder geval te zorgen voor een back-up. Dat geldt ook voor uw muziek.



Oproep van de 'vreugdefabriek'

Tekst: José Staring

Op 6 juni 2018 (slotmiddag) komen mensen van de 'Vreugdefabriek' een optreden bij ons verzorgen.

Door de enorme bezuinigingen is er nauwelijks of geen budget meer om cliënten of bewoners in de gehandicapten- en ouderenzorg iets te kunnen bieden op het gebied van ontspanning. Om deze reden heeft een aantal vrijwilligers de 'Stichting de Vreugdefabriek' opgezet. Met deze stichting willen zij het mogelijk maken dat cliënten/bewoners kunnen genieten van een stukje vreugde en gerelateerde organisaties eveneens kunnen genieten van een stukje vreugde in de vorm van muziek, belevingsactiviteiten en entertainment.

Namens deze 'Vreugdefabriek' doen wij een **oproep** om te vragen of u thuis nog kleine muziekinstrumentjes zoals bijvoorbeeld **tamboerijnen, sambaballen, castagnetten, etc.** heeft liggen waar u toch niks meer mee doet. Misschien liggen er bij opa's en oma's, ooms en tantes nog het één en ander aan klein spul ergens onder een bed of kast in de overbekende dozen waar niets meer mee gedaan wordt?

De vrijwilligers van de 'Vreugdefabriek' kunnen hier veel mensen een ontzettend groot plezier mee doen. Ook als het instrument defect is of in stukken ligt maar wel geheel compleet is dan maakt dat niet uit. Er zijn vrijwilligers genoeg die hier nog iets van kunnen maken.

Mocht u nog wat hebben liggen, help deze mensen dan. Ze zijn er ontzettend blij mee. Aanmelden bij Ricky van Nistelrooij, ☎ 06-11511700 of ☎ 0481-357110 of eventueel afgeven bij één van de overige bestuursleden, die dan zorgt dat het bij Ricky terecht komt.



The advertisement features a background image of a car being washed in a car wash. Overlaid on this image are three white, arrow-shaped banners pointing to the right. The top banner contains the text 'SENIORENDAG'. The middle banner contains 'IEDERE DINSDAG WASSEN VOOR HAPPY HOUR PRIJZEN'. The bottom banner contains 'EN GRATIS STOFZUIGEN'. Below the banners, there is a line of text: 'Met onze waspas wast u altijd voor Happy Hour prijzen' and a smaller line: 'Seniorenendag geldt voor 65-plussers'.



Industrieweg Oost 9A
6662NE Elst
Tel 0481- 454600
www.carwashcenterelst.nl

Advent- / kerstviering 2017

Tekst: Ger Daam

Wederom is er dit jaar volgens de weermannen en -vrouwen geen witte Kerst te verwachten. Helaas wel een aantal dagen vóór Kerstmis. Op woensdag 20 december heeft de KBO afdeling Elst Overbetuwe haar traditionele Advent- en Kerstviering gehouden. Pastor John Rademakers begon de woord- en communieviering met de volgende woorden "een mooie traditie van de KBO en om in ere te houden" en dat willen wij ook graag doen.

Het thema voor deze viering was: "Kerstmis feest van intense vreugde". Dit thema is ook als een rode draad door de viering heen gegaan, zowel in de lezingen, de overweging en de liederen.





Op het voorblad van het boekje voor de viering stond een engel met een bazuin, die het thema onderstreepte.

Het is een mooie viering geweest, waarin de aanwezigen goed hebben meegezongen. Na de viering op naar zalencentrum De Bongerd in Heteren. De sfeer die in de Hoeksteen was ontstaan, is in de zaal van De Bongerd blijven bestaan.

Voorzitter Ingrid Reterink opende de middag met een hartelijk welkom en bedankte enkele personen, die zich hebben ingezet om deze bijeenkomst te laten slagen. Ook alle mensen bedankte

zij die zich het afgelopen jaar voor de KBO afdeling Elst Overbetuwe hebben ingezet. Hierna nam de heer John Peters van het zalencentrum de microfoon om de aanwezigen te vertellen hoe de middag gaat verlopen.

Ook de kleinste kok is voorgesteld, omdat die in de toekomst de zaak van John en Annemiek Peters gaat overnemen.

Daarna was het de beurt aan de 'one-man band' in de persoon van Harry Kleijn. Hij speelde diverse genres muziek en als iemand op muzikaal gebied een wens had, dan kon dat aan Harry gevraagd worden.

Tussendoor hebben Ingrid en Ricky geprobeerd om enkele mensen een kerstverhaal te laten uitvoeren, even onderbroken door het serveren van de soep. Uiteindelijk is het allemaal gelukt. Dat de stemming goed was blijkt uit het feit dat enkele mensen aan het walsen zijn gegaan.



Traditioneel heeft Truus van Beek een gedicht van Ad van Mildert voorgedragen.

Het buffet was goed verzorgd. Door John Peters is op zijn bekende wijze uitgelegd wat er allemaal in het buffet was opgenomen. Daar heeft ieder op zijn of haar wijze van genoten.

Lies Norp verraste, ook dit jaar weer, alle aanwezigen met haar presentje. Een zelfgemaakt cadeauzakje met daarin een kersenbonbon en een label met "prettige feestdagen". Erg leuk, Lies, en bedankt namens alle aanwezigen.

Tot slot bedankte Ingrid als voorzitter eenieder voor hun inzet om deze bijeenkomst te laten slagen inclusief het personeel van De Bongerd en de entertainer Harry Kleijn. Allemaal wel thuis, hele fijne feestdagen, een goede jaarwisseling en voor 2018 alle goeds.

Nieuwjaarsmiddag

Tekst: José Staring



Op woensdagmiddag 3 januari 2018 organiseerde de KBO afd. Elst Overbetuwe weer een gezellige Nieuwjaarsmiddag voor haar leden.

Nadat voorzitter Ingrid Reterink de leden heeft verwelkomd met een mooi gedicht over een oma en ons allemaal een gezond Nieuwjaar heeft gewenst, geeft zij het woord aan onze gasten, het Bergmil Duo uit Milsbeek. Wie vormen het Milsbeek Duo? Het is een echtpaar waarvan de vrouw Doortje heet en haar man Tonnie. Hun achternaam is Van de Berg en ze komen uit Milsbeek vandaar de

naam het Bergmil Duo.

Tonnie speelt fantastisch accordeon en praat alles aan elkaar en Doortje zingt. Dat laatste doen ze ook samen. Ze hebben ook nog een kastje of apparaat bij zich waaruit meerdere klanken van muziekinstrumenten voortkomen, die hen ook begeleiden tijdens dit optreden. Ze zingen en spelen veel bekende liedjes, die de stemming er meteen goed inbrengen. Hoewel van menigeen de beentjes al regelmatig van de vloer gaan, wordt er op een gegeven moment een potpourri ten gehore gebracht van allemaal walsen, hetgeen meteen als een bom insloeg, want het werd steeds drukker op de dansvloer.

Helaas was het al gauw weer pauze, waarin wij een heerlijk drankje konden bestellen



en het bestuur voor lekkere hapjes had gezorgd.

Na de pauze ging het Bergmil Duo gewoon weer verder, zodat de tijd vlug voorbij ging. Hierna bedankte Ingrid dit echtpaar voor hun muzikale optreden en van mij mogen ze nog weleens bij ons optreden.

En zoals gebruikelijk, is het hierna weer tijd voor onze bingo waarbij Resie van Driessen weer

voor leuke prijzen heeft gezorgd.

Jammer dat er deze middag minder aanwezigen waren dan tijdens andere Nieuwjaarsmiddagen maar hiervan zal de oorzaak wel "het weer" zijn geweest. Het was namelijk verschrikkelijk stormachtig en buiig. En Ingrid deelt ons nog even mede dat zij er tijdens de volgende spellenmiddag en themamiddag niet is, omdat zij met haar man van een fijne vakantie wil gaan genieten. Veel plezier!

Tot slot willen wij ook nog de anonieme sponsor bedanken die, voor ons deze middag alle drankjes heeft betaald. Bedankt mevrouw/meneer!

Wist u dat? ...

- Een vrouw gemiddeld 2 jaar van haar leven in de badkamer doorbrengt?
- Je in de morgen langer bent dan in de avond?
- Je niest met een lichtsnelheid van gemiddeld 150 km per uur?
- Je voet even groot is als de binnenkant van je bovenarm?
- Een krokodil zijn tong niet kan uitsteken?
- Een blinde geen hoogtevrees kan hebben?
- Er niet één normaal Nederlands woord rijmt op twaalf?
- De totale lengte van je bloedvaten wel 100.000 km is?
- Heet water veel sneller bevriest als koud water?
- Vrouwen bijna tweemaal zoveel met hun ogen knipperen als mannen?



Wonen is je thuis voelen

Nieuwe Aamsestraat 84
6662 NK ELST
0481-372162

www.willemsenwonen.nl

Hulp bij belastingaangifte?

Tekst: de belastinginvulhulpen

Het juist en volledig invullen van de belastingaangifte blijkt voor veel mensen een lastige opgave. Ook in 2017 zijn weer een aantal zaken gewijzigd. Gemaakte fouten kunnen leiden tot te hoge aanslagen of ander 'vervelend gedoe' (bijvoorbeeld onjuiste aanslagen of een verzoek om aanvullende informatie) met de Belastingdienst. Soms is het verstandig om een 'Voorlopige Aanslag' aan te vragen of te wijzigen. De KBO/PCOB biedt hulp bij de belastingaangifte. Deze hulp wordt uitgevoerd door goed opgeleide, vrijwillige invulhulpen.

Zorg- en Huurtoeslag

Naast de Inkomstenbelasting besteden de invulhulpen ook aandacht aan de toeslagen. Zo nodig kunnen zij die aanvragen, maar er wordt vooral bekeken of u niet teveel toeslag krijgt in verhouding tot uw (huidige!) inkomen, waardoor u achteraf moet terugbetalen. Die vervelende situatie proberen zij te voorkomen.

Het blijft dus interessant om u goed te laten adviseren en helpen!

Wanneer u in de periode januari/februari 2018 géén aangiftebrief van de Belastingdienst heeft ontvangen óf juist bericht dat u voortaan géén aangifte meer hoeft te doen, denkt u misschien "dat is mooi, hoef ik ook niks te betalen". Dat is dan jammer, want mogelijk hebt u nog wel recht op teruggave van teveel ingehouden inkomstenbelasting.

Daarom onze oproep: **Bij twijfel, laat u adviseren door onze invulhulpen!**

De invulhulpen komen op afspraak bij u thuis; uw gegevens worden absoluut vertrouwelijk behandeld.

De Belastingdienst wil dat de invulhulpen gebruikmaken van de bij hun reeds bekende gegevens. Daarom moeten zij wachten tot 1 maart a.s.. Vanaf die datum kan aangifte gedaan worden over 2017. Alle mensen die vorig jaar van onze service gebruik hebben gemaakt, krijgen in februari een brief (witte enveloppe!) van de Belastingdienst met een '**machtigingscode**'.

Die machtigingscode hebben de invulhulpen nodig om uw gegevens op te halen en om uw aangifte te kunnen insturen.

Dus die brief s.v.p. **goed bewaren** en de **machtigingscode** doorgeven aan uw eigen invulhulp.

Als u als lid van de KBO Overbetuwe gebruik wilt maken van deze invulhulp, dan kunt u direct contact opnemen met één van onderstaande personen om een afspraak te maken.

Niet-leden kunnen voor € 24,00 per jaar alsnog lid worden; dat is vaak snel terugverdiend.

Voor de hulp vragen wij een kleine vergoeding als bijdrage voor door ons gemaakte kosten. Let op: de vorig jaar ingevoerde regeling dat u ook nog eens een extra bijdrage van € 5,50 aan de KBO moest betalen is alweer verdwenen. Reden: het vervallen van de landelijke organisatie als gevolg van het afhaken van ouderenbond

ANBO uit het landelijke Belastingservice-project. Voor ons wordt deze service nu op provinciaal, dus op Gelders niveau, georganiseerd.

Onze belastinginvulhulp zijn:

1. De heer Hein Tabois, ☎ 0481-375719.
2. De heer Piet Brouwer, ☎ 0481-371085.
3. Mevrouw Mariet Gabriëls, ☎ 0481-378168.
4. De heer Frans Kusters, ☎ 0481-375201.

Last van blaffende honden?

Om half vier 's nachts gaat bij Frits de telefoon. Moeizaam komt hij uit zijn bed en vindt op de tast de telefoon. "Spreek ik met Van Rijsburg?" vraagt een boze stem aan de andere kant van de lijn.

"Ja, inderdaad", mompelt Frits.

"Met Smit van de overkant. Ik bel even om te zeggen, dat het geblaf van uw hond mij gek maakt. Laat hem alsjeblieft onmiddellijk ophouden?"

De volgende nacht om drie uur gaat bij Smit de telefoon. "Hallo", mompelt hij slaperig.

"Meneer Smit, met van Rijsburg van de overkant."

"Om drie uur 's-nachts? Bent u gek geworden?"

"Meneer Smit, ik bel even om te zeggen dat ik geen hond heb."

Unie KBO nieuws



Eenzaamheid moet geen trend worden

Uit de onlangs verschenen monitor Sociaal Domein van het Cultureel Planbureau blijkt dat eenzaamheid onder kwetsbare ouderen is toegenomen. In 2016 voelde 22 procent zich erg eenzaam. In 2015 was dit 17 procent. Zij geven aan dat zij geen vertrouwenspersoon of een intieme relatie hebben.

Het sociale netwerk van kwetsbare ouderen is vaak beperkt, vooral bij alleenstaande ouderen zonder kinderen. Gemeenten willen burgers meer "zelfredzaam" maken maar door deze beperkte sociale netwerken staat dit volgens het Sociaal Domein van het Cultureel Planbureau in werkelijkheid onder druk.

Gemeenten moeten burgers ondersteunen om hun netwerk verder uit te breiden, stelt het rapport. Vaak is het onduidelijk of het mensen lukt om hun huishouden te organiseren samen met hun netwerk, zoals wel het uitgangspunt van het beleid is. Hoewel de kwaliteit van leven van deze groep mensen constant blijft, is de groeiende eenzaamheid een zorg.

Geen trend



Manon VanderKaa stelt namens de KBO - PCOB dat deze toename van eenzaamheid onder ouderen geen trend moet worden.

Daar lijkt het nu wel op als we dit rapport van het Sociaal Domein van het Cultureel Planbureau lezen. Die trend moeten wij als samenleving keren. Ouderen, zeker alleenstaande ouderen, moeten de mogelijkheid krijgen om hun sociale netwerk te onderhouden en op te bouwen, in plaats van de hele dag in beslag genomen te worden door "hoe krijg ik vandaag alles geregeld?"

Zorgen over toename ouderen op spoedeisende hulp

Eind november 2017 vond er een Kamerdebat plaats over ambulancezorg en acute zorg. De acute zorgketen lijkt verstopt. KBO - PCOB vroeg vooraf aan het debat bij Kamerleden aandacht voor het voorkomen van onnodige opname van ouderen op de spoedeisende hulp. Minister Bruins van Medische Zorg deelt deze zorgen en wil weten hoeveel geriatrische kennis aanwezig is op de spoedeisende hulp. Ook komt de minister met beleid om de regionale samenwerking in de acute zorg te verbeteren. In 2016 nam het aantal 65-plussers op de spoedeisende hulp met liefst 19 procent toe. En ook de voorlopige cijfers over 2017 beloven niet veel goeds. Ouderen komen vooral met breuken, kneuzingen, cardiologische en algemene klachten op de spoedeisende hulp terecht. Er is een sterke toename van 65-plussers die ter observatie worden opgenomen en met relatief lichte klachten in het ziekenhuis liggen. Volgens KBO - PCOB ligt hier een taak voor de politiek om dit probleem aan te pakken.

In aanloop naar het Kamerdebat over de acute zorg vroeg KBO - PCOB om een stevige inzet op een seniorvriendelijke eerstelijns zorg. Op dit moment is de eerstelijns zorg nog onvoldoende ingericht op de wensen en behoeften van met name 75-plussers met verschillende gezondheidsproblemen. Twee derde van de huisartsen gaf in een recente ledenpeiling aan niet geïnformeerd te zijn over de mogelijkheden voor het regelen van een eerstelijns bed.

de **BONGERD**
Grand Café-Zalen

Bruiloften en partijen

Koude, warme en Chinese buffetten

Personeels-, verenigings- en familiefeesten

Bedrijfspresentaties

Vergaderruimte, koffietafels, etc.

John & Annemiek Peters

Flessestraat 54, 6666 CR HETEREN
Telefoon: (026) 472 27 01 • Fax: (026) 472 02 70
www.zalencentrumdebongerd.nl
info@zalencentrumdebongerd.nl

Kabinet erkent zorgen en doet onderzoek

In het debat over de acute zorg vroegen veel Kamerleden aandacht voor de drukte in de eerstelijns zorg en voor de positie van ouderen daarbinnen. Ook riepen Kamerleden op tot betere informatievoorziening; voor veel patiënten is het namelijk niet duidelijk wanneer ze naar de spoedeisende hulp of naar de huisarts moeten.

Hoewel het de laatste jaren niet veel meer voorkomt in onze winters, hebben wij voor u toch nog een winters gedicht gevonden.

Witte wereld *Schrijver onbekend*

't Is vandaag de witte wereld.
Kijk het heeft gesneeuwd vannacht!
Alle huizen kregen mutsen,
op de stoepen ligt een vacht.
En de takken van de bomen,
buigen door de zware vracht.
't Doet je denken aan een plaatje,
de lantaarns langs de gracht
hebben hoge witte hoedjes
als een ouderwetse dracht.
Ze staan keurig op een rijtje,
in de winterkou op wacht.
Even word je er toch stil van,
wat een smetteloze pracht
werd er door de kleine vlokjes
uit de wolken meegebracht.
't Is vandaag de witte wereld.
Kijk het heeft gesneeuwd vannacht!

Respect

In Haarlem zit een oudere man in een stadsbus. Hij klaagt tegen een medepassagier: "Mensen hebben zo weinig respect voor elkaar vandaag de dag."

De medereiziger antwoordt: "Misschien heeft u gelijk, maar ik zag wel dat een meisje netjes voor u opstond toen u de bus binnenkwam."

De man zegt: "Nou ja, dat wel. Maar mijn vrouw moet nog steeds staan."

Nostalgische winterspreuken

- Hij rijdt een scheve schaats;
- Als het water zakt, kraakt het ijs;
- Boerenkool met glinsterend ijs, is een lekkere winterprijs;
- Op oud ijs vriest het licht weder;
- Niet beslagen ten ijs komen;
- Kraakijs is geen breekijs;
- Sneeuw op slik geeft ijs, dun of dik;
- Als de wind speelt in berk en wis, komt de dooi zeker en gewis;
- Wie op het ijs danst glibbert;
- De gestadige hand breekt het ijs.



Groente - Fruit **van Marwijk** Catering - Traiteur

ruim 50 verse maaltijd mogelijkheden uit eigen keuken

diverse soepen - ruim 20 rauwkostsalades - verse pizza's

kant en klaar - **A LA CARTE**

Medische keuring voor rijbewijs

In overleg met KBO-Gelderland vermelden wij, t.b.v. de verplichte gezondheidskeuring voor het rijbewijs (per 1 januari 2014 vanaf 75 jaar), onderstaand de volgende artsen, bij wie u terecht kunt als KBO-lid tegen betaling van € 35,00, uitgezonderd mevrouw Gootjes bij wie u € 25,00 betaalt.

De adressen in onze omgeving zijn:

1. De heer Van Remmen te Velp (Gld), ☎ 026-3636208
2. Locatie Elst: Sociaal Cultureel Centrum "De Wieken",
Prinses Irenestraat 49,
6661 EA Elst.
Keuringsdata: eenmaal per maand.
Aanmelden en informatie: Afsprakenlijn Regelzorg:
tel. ☎ 088-2323300 of info website: www.regelzorg.nl



3. Praktijk van mevrouw G. Gootjes.
Locatie: Het Souterrain,
Broerdijk 17,
6523 GM Nijmegen-Oost,
☎ 024-3236553.
e-mail: info@medischekeuring.info / website: www.medischekeuring.info
Hier kunt u vrij parkeren en er zijn geen wachttijden.
Kosten 25,00 euro en keuring in de week van afspraak.

Speciaal verzorgde **Ackersate-vakantieweken** naar de Veluwe

U verblijft in een luxe bungalow-chalet op basis van volpension!
Met **diverse uitstapjes**, **heerlijke maaltijden** en **gezellige activiteiten** zorgen wij voor onvergetelijke weken!

- | | |
|---|--|
| ☞ Voorjaarsweken à 465,-
25-05 / 01-06
01-06 / 08-06 | ☞ Vroege Najaarsweken à 495,-
31-08 / 07-09
07-09 / 14-09 |
| ☞ Zomerweken à 495,-
08-06 / 15-06
15-06 / 22-06
22-06 / 29-06
29-06 / 06-07 | ☞ Najaarsweken à 465,-
14-09 / 21-09
21-09 / 28-09 |

Genoemde prijzen zijn per persoon per week.
Als u voor 1 persoon reserveert, zal er een toeslag van 50,- berekend worden.



Meer info en boeken: ☎ **0342-471274**

Harremaatweg 26 · Voorthuizen · info@ackersate.nl · www.ackersate.nl



Openingstijden

Maandag	10.00 - 18.00 uur
Dinsdag	Gesloten
Woensdag	08.30 - 18.00 uur
Donderdag	08.30 - 20.00 uur
Vrijdag	08.00 - 18.00 uur
Zaterdag	08.00 - 18.00 uur
Zondag	Gesloten

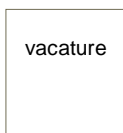
Contactgegevens

I www.wels2wielers.nl
 T 026 - 474 29 13
 E info@wels2wielers.nl

Bestuur KBO afdeling Elst-Overbetuwe



Voorzitter
 Ingrid Reterink



secretaris
 secretariaat



penningmeester
 Baldewijn Vos



2°. penningmeester
 Frits van Ommeren



vice-voorzitter en
 secretaris a.i.
 Ricky van Nistelrooij



3°. penningmeester
 Gerard Verrest