



Themamiddag 'Levenskunst'



Georganiseerd door de KBO/PCOB vond op 7 maart 2023 de themamiddag 'Levenskunst' plaats in de Noorderkerk...

Ondanks het gure weer was de opkomst best goed te noemen. Tijdens het nuttigen van de koffie of thee nam Kees Scheffer van KBO Seniorenbelang Zaandam Zuid het woord. Hij heette al de aanwezigen hartelijk welkom, waarna ook Marc Wit van de PCOB ons verwelkomde en hij gaf het stokje over aan mevrouw Agaath Vermast.

Het motto van de bijeenkomst is 'Mens, durf te leven'; zoals Dirk Witte (fameuze tekstschrijver begin vorige eeuw) schreef in zijn liedtekst en zo vol overgave werd gezongen door Jean-Louis Pisuise (bekende cabaretier in het begin van de vorige eeuw). Ook het gedicht van Phil Bosmans sprak de aanwezigen aan. Zoals Agaath dan ook zo treffend citeerde: "Vrienden leggen nooit beslag op elkaar. Laten je nooit los. Niet in sterkte en niet in zwakheid."

Al met al een geslaagde- en zeer informatieve middag...

Bert Richters.

[Lees het hele verslag op onze KBO Zaanstreek Zuid website op de Nieuws pagina.](#)

Heeft u vragen? Bent u benieuwd of Levenskunst iets voor u is of wilt u een afspraak maken? Neem dan contact op met mevrouw Lenie Bosch, tel. 06 496 47 957. Lenie Bosch is Cliëntondersteuner & Ouderenadviseur maar ook gespreksleider Levenskunst.



Toeslagen
Ministerie van Financiën

Inkomensgrenzen opgerekt, veel meer Nederlanders kunnen zorgtoeslag krijgen: heeft u er recht op?

De zorgtoeslag, het kan voor u een meer dan welkom financieel extraatje zijn. Sinds 1 januari 2023 hebben veel meer Nederlanders hier recht op, omdat de inkomensgrenzen flink zijn opgerekt. Maar velen zijn hier niet van op de hoogte en laten dus onnodig geld liggen. Hoe weet u of u recht heeft op zorgtoeslag?

[Lees verder op onze Nieuws-pagina op onze website.](#)

 **KBO** Zaanstreek-Zuid

Word KBO-lid voor een TIJNTJE!

De KBO is een vereniging van, voor en door senioren. Bij ons kunnen de leden elkaar ontmoeten en samen deelnemen aan onze activiteiten. Leden ontvangen het mooie en informatieve magazine NESTOR én profiteren van de vele voordelen.

Een aantal voordelen op een rij:

- Hulp bij het invullen van uw belastingformulieren.
- Ondersteuning bij hulpvragen door een cliëntondersteuner.
- Korting op de aanvullende zorgverzekering bij Univé en Zilveren Kruis.
- Korting op energie.
- Korting bij Apetito maaltijdservice.
- Korting op tal van activiteiten.

Naast deze voordelen voor uzelf, steunt u een belangenorganisatie die zich landelijk inzet voor goede pensioenen, wonen, veiligheid etc. Lid worden van de KBO is dus niet alleen in uw eigen belang!

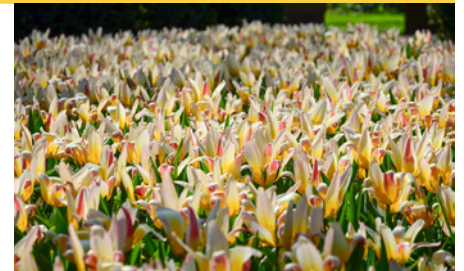
Word nu lid voor een TIJNTJE

Word nu lid en betaal voor 2023 slechts € 10,- lidmaatschap.*
Voor aanmelden neemt u contact op met KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid, Dhr Kees Scheffer. Tel.: 06 - 3308 5506 of per e-mail [secretaris@kbozaandam@gmail.com](mailto:secretaris@kbozaandam.nl)

*Vanaf 2024 betaalt u het volledige bedrag voor uw lidmaatschap voor uw lidmaatschap



Bustocht naar de bloemendagen van Limmen en Kennemerland



Met deze bustocht bezoeken we Limmen in het voorjaar als de bloemenvelden mooi in bloei staan. We gaan op stap met een luxe touringcar met toilet aan boord. We bezoeken de Hortus van Limmen en krijgen daar een rondleiding. Daar drinken we ook koffie of thee met een lekker gebakje. Daarna rijden we richting Egmond en Bergen en bekijken de bloembollenvelden. We bespreken de ontwikkeling van de dorpen en hun bevolking en natuurlijk ook waarom juist hier de bloembollen tot bloei kwamen.

1. **Start om 13.00 uur** vanaf het parkeerterrein bij de Jozefkerk in Zaandam met een luxe bus, incl. toilet.
2. Aankomst om 13.30 uur bij de Hortus te Limmen. De groep wordt in tweeën gedeeld en rondgeleid door het prachtige historische bollenveld van m.n. tulpen! **Bent u niet zo goed ter been dan kunt u in de ontvangstruimte blijven.**
3. Na ongeveer een ½ à ¾ uur komt men om 14.30 uur in de ontvangstruimte en is er even rust met koffie en gebak.
4. Om 15.00 uur instappen en vertrek via Heiloo Zuid naar Egmond Binnen en Egmond aan de Hoef langs de nog her en der bestaande bollenvelden.

5. Dan langs de duinen verder met wederom fraaie bollenvelden naar Bergen. Vervolgens rijden we naar Alkmaar en langs het AZ stadion om langs de snelweg met grote tulpenvelden tussen Heiloo en Akersloot naar Heiloo Oost te rijden .
6. Tenslotte gaan we weer retour langs Limmen naar de Zaan! Om 16.30 uur komen we weer aan op het parkeerterrein bij de Jozefkerk.

Voor deze bustocht geldt een **maximum aantal van 40 deelnemers**. Bij grote belangstelling is een **extra bustocht** mogelijk op maandag 1 mei.

Wilt u ook graag naar de bollenvelden, geeft u zich dan op **vóór vrijdag 14 april a.s.** met gelijktijdige betaling van **€ 32,50 voor KBO leden** (niet-leden betalen € 35,-), op bankrekening **NL 18 RABO 0374 1041 90** ten name van KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid onder vermelding van Bloemendagen Limmen.

De leden van PCOB Zaandam zijn hierbij van harte welkom!

Aanmelden bij secretaris Kees Scheffer; 06-3308 5506, of per email secretariskbozaandam@gmail.com

Lunchvaart van Kerkdriel naar Engelen bij Den Bosch



Heerlijk zo'n lunchvaart. Ontspannen ziet u een afwisselend landschap aan u voorbij trekken terwijl u geniet van een smakelijke maaltijd. De route is van Kerkdriel naar Engelen bij Den Bosch. U vaart dan op de Maas. De doorgang van de ene naar de andere rivier gaat via de sluis bij St. Andries. Het schutten in de sluis is een bijzondere ervaring op zich.

De kapitein zal u over de bezienswaardigheden informeren. Na de boottocht kunt u nog even passagieren in Den Bosch.



Wat heeft het toch zijn charme, zo varend lunchen!

Deze dagtocht is inclusief: vervoer per luxe touringcar, toertje Bommelerwaard, broodjeslunch met soep tijdens de cruise op de Maas.

Prijs voor leden wordt € 53,- en niet-leden € 58,- per persoon.

Meer informatie komt in de volgende Nieuwsbrief en op de website.

Activiteiten Agenda

- ◆ **Vrijdag 31 maart – Paas brunch.** Wij organiseren weer een **Paasbrunch** in de Bovenzaal van de Jozefkerk. **Vanaf 11.00 uur** wordt u ontvangen met een kopje koffie of thee met een lekker koekje. De zaal is open vanaf 10.30 uur.
- ◆ **Vrijdag 28 april – Bustocht ‘Bloemendagen Limmen’.** Van **13.00 uur 16.30 uur**. Zie Pag. 2 en/of website.
- ◆ **Woensdag 26 juli – Lunchvaart.** Ontspannen ziet u een afwisselend landschap aan u voorbijtrekken terwijl u geniet van een smakelijke maaltijd. Cruise op de Maas met lunch aan boord!
- ◆ **Vrijdag 25 augustus a.s. – Vaartocht-met-gids door het Jisper- en Wormerveld met BBQ na afloop.** Vertrek vanaf de Poelboerderij, Veerdijk in Wormer. De BBQ zal worden gehouden in- of nabij het Bezoekerscentrum van de Poelboerderij. Verdere informatie volgt in de komende Nieuwsbrieven.

Voor de activiteiten vanaf mei zult u nadere informatie krijgen in de volgende Nieuwsbrief en/of via onze website.

Wat is een Lief & Leedstraat?



Zo dragen burens bij aan het bestrijden van eenzaamheid en houden ze een oogje op elkaar. Dat laatste gebeurt ook op vrolijke momenten, zoals bij de geboorte van een baby, een nieuwe baan of het behalen van een diploma. Zo ontstaan warme, zorgzame straten en iedereen kan meedoen.

In heel veel dorpen of kleinere steden bestaan dergelijke burenhulpen reeds. Maar ook binnen Zaanstad zullen er binnen afzienbare tijd dergelijke initiatieven opgepakt en georganiseerd worden. Als zoveel mogelijk inwoners hieraan dan meedoen en hun (vrijwillige) steentje bijdragen, dan komen we met z'n allen tot een prettige-, hulpvaardige straat en omgeving.

Het Lief & Leedstraat concept

Het concept Lief & Leedstraat is ontwikkeld door de Stichting Opzoomer Mee Rotterdam in 2013/2014. Het past in het in Rotterdam zo bekende opzoomeren en is o.a. gebaseerd op een studie van het Instituut Sociale Gebiedsontwikkeling naar onderlinge zorg en aandacht tussen burens: "Wat mogen we van de burens verwachten?". Belangrijke conclusie van dit rapport was dat burens ook in deze tijd een zeer belangrijke rol spelen. Ze komen qua belang naast de familie op de tweede plaats, zelfs voor vrienden en kennissen. Burens zijn immers altijd voorhanden, zijn goede signaleerders, bieden makkelijk praktisch hulpverlening (boodschappen, hondje uitlaten e.d.) en zijn vaak bereid tot gesprekjes.

Andere steden

Rotterdam telt inmiddels 963 Lief & Leedstraten en de laatste 2 à 3 jaar waaierd het concept uit over stad en land. Inmiddels zijn er 37 andere gemeenten die het concept, ieder op eigen maat, ook hebben ingevoerd. De aandacht voor eenzaamheid, het stimuleren van burenhulp en de behoefte aan een eenvoudige methode om 'sociale participatie' van de grond te trekken zijn de belangrijkste verklaringen voor deze 'export'.

En niet onbelangrijk: Lief & Leed is een concept dat 'van onderop' werkt, dus een bewonersinitiatief is...

Binnenkort meer over dit onderwerp en hoe wij, als KBO Seniorenbelang, dit wellicht kunnen oppakken...

Onze maatschappij was altijd een verzorgingsstaat. Door het tekort aan menskracht op o.a. het gebied van de gezondheidszorg zal er steeds meer een beroep worden gedaan op de mantelzorgers, kinderen, kleinkinderen, burens en vrienden om hulp te bieden. Ook gaat de Wmo afgeschaald worden; veel aanvragen kunnen niet meer worden geïndiceerd, hieronder valt bijvoorbeeld ook de huishoudelijke hulp...

Onze hele maatschappij moet meer klaar staan voor elkaar, daar zullen we aan moeten wennen. In een Lief & Leedstraat besteden bewoners extra aandacht aan een buur als dat nodig is. Bijvoorbeeld als iemand veel alleen is, net uit het ziekenhuis komt of een naaste heeft verloren.

Ook komen steeds meer ouderen, met bijkomende problemen...

Stel: er breekt een lipje af van bijv. een blik soep; dan heb je dat als oudere (met bijv. stijve vingers of moeilijker bewegende handen) niet zo snel opgelost. Gelukkig is daar dan de buurman of buurvrouw die je even kan en wil helpen.

Ander voorbeeld: De buurvrouw van 94 jaar, die alleen woont, schrikt midden in de nacht wakker want het brandalarm blijft loeien. Helemaal overstuur. Nergens brandt er licht; en dan... Wie helpt???

Het is dan altijd prettig als je even een buurman/buurvrouw kan en mag bellen om hulp.

Mededelingen

RIJBEWIJSKEURING 75+ Uw rijbewijs moet elke tien jaar worden vernieuwd. De overheid heeft echter bepaald dat bestuurders vanaf 75 jaar minimaal elke vijf jaar een medische keuring moeten ondergaan om het rijbewijs te vernieuwen.

Via **Regelzorg Rijbewijskeuringen** kunt u zich laten keuren. Een afspraak kan worden gemaakt via de landelijke afsprakenlijn **088 23 23 300** of www.regelzorg.nl. De kosten bedragen € 55,-.

U kunt ook terecht bij **Dokter L.S. Kam**, Musical 23 1507 TS (Westerwatering) Zaandam.
Tel.: **06 4126 6273**. Het tarief bedraagt € 50,- voor KBO-leden (op vertoon ledenpas).



DE TELEFOON-CIRKEL, een voorliggende voorziening. **Wat het kost?** Een telefoontje naar de volgende deelnemer. Een gezellig praatje en klaar. De telefoon-cirkel vrijwilligers zorgen dat alles weer in orde komt. **Wilt u deze zekerheid, bel Yvon 06-2425 1365** of [kijk op onze website](#).



KORTINGEN OP UW LEDENPAS.

In het **Filmtheater De Fabriek**, Jan Sijbrandsteeg 12 kunnen alle 50+'ers elke donderdagmiddag naar de film voor € 8,50. Voor meer informatie www.de-fabriek.nl.
Bij **Bioscoop Pathé** kunt u elke ochtend voor € 8,- naar de

film. Op dinsdagmiddag om 13.30 uur is er voor 50+'ers film met koffie en koek voor € 8,50 (deze aanbieding voor 50+'ers geldt **niet** op schoolvakantie- en feestdagen).
Voor meer informatie website www.pathe.nl/bioscoop/zaandam of telefonisch **075 - 6126 340**.

OP ZOEK NAAR SPONSOREN!

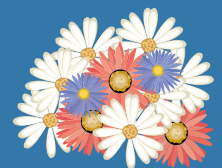
Wij zijn op zoek naar adverteerders in onze KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid nieuwsbrief en/of op onze website.

Weet u iemand die in onze nieuwsbrief of website een advertentie wil plaatsen, neem dan contact op met het secretariaat: secretariskbozaandam@gmail.com

HOERA, HOERA!



Voor de verspreiding van de NESTOR en onze Nieuwsbrief in de wijk Westerkooog heeft zich mevrouw Annie Richters gemeld. Zij neemt het over van Saya Laghuwitz. Het bestuur bedankt Saya Laghuwitz voor haar verdiensten en Annie Richters voor haar aanbod om het over te nemen.



Deze KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid Nieuwsbrief is digitaal geprint door Nuance BV, Grafische Producties. Kalf 1 – 1509 AA Zaandam
T: 075 - 6170 369 | E: info@nuancegp.nl | I: www.nuancegp.nl



Het volgende NESTOR Magazine KBO NH en onze Nieuwsbrief verschijnt op 3 mei.

Voorzitter KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid en Vrijwillige Cliëntondersteuner & Ouderenadviseur:
Mw. Y. Brenninkmeijer | Vaartkade 47, 1506 DZ Zaandam | tel. **075 - 635 06 86** | E-mail: ybrennikmeijer@gmail.com
Secretariaat: Dhr. C.M. Scheffer | Veldbloemenweg 46, 1508 WV Zaandam | tel. **06 - 3308 5506** | E-mail: secretariskbozaandam@gmail.com. | Bankrekening KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid: **NL18 RABO 0374 1041 90**.
Vrijwillige Cliëntondersteuner & Ouderenadviseur en gespreksleider Levenskunst: Mw. L. Bosch | tel. **06 4964 7957**