

*12 mei
Ledenmiddag*

14.00 - ca. 16 uur



kbo
Almere

Seniorenvereniging KBO Almere



**NIEUWSBRIEF
'DE BIJSLUITER'**

35e JAARGANG mei 2025

KBO Almere
Opgericht op 8 april 1986

De Bijsluiter is de nieuwsbrief van KBO Almere, verschijnt 11 maal per jaar en is bestemd voor KBO-leden en belangstellenden in Almere.

Bestuur

Voorzitter:	mw. I.F.R. Korte	voorzitter.kboalmere@gmail.com
Vicevoorzitter:	vacant	
Secretaris:	vacant	
Penningmeester:	mw. A. van de Kamp	avandekamp6@gmail.com
Evenementen:	mw. A. van Koutrik	ansvankoutrik@icloud.com
Lid:	mw. drs. E.M. Hollander	e.m.hollander@live.nl
Ledenadmin.:	mw. M.J. ten Bosch Guardiplantsoen 5 1328 RX Almere	marjo1947@hotmail.com

Felicities:	mw. A. Knape	036 536 10 25
ONS magazine	mw. M.J. ten Bosch	06 362 49 736
Onafh. Cliëntonderst.:	mw.drs. E.M. Hollander	036 529 53 74
Reiscommissie	dhr. J.L. Hollander	036 529 53 74

Internetsite:	www.kbo-flevoland.nl/almere
Webbeheerder:	dhr. T. van Dijk
Secretariaat:	tijdelijk: L. Bernsteinstraat 1, 1311 KP Almere; tel. 06 231 88 610

Contributie voor **2025** bedraagt € 30,- p.p. en € 56,- per (echt-)paar per jaar en dient jaarlijks **voor 1 maart** te zijn overgemaakt naar bankrekening NL64 INGB 0004 657972 t.n.v. KBO Almere.
Automatische incasso's worden in februari geïnd.
Opzeggen kan eventueel voor 1 december van enig jaar.

Wilt u informatie over lidmaatschap KBO Almere dan kunt u contact opnemen met het bovengenoemde secretariaatsadres.

Redactie:

Dhr. W. van Putten, dhr. W. Kanis, mevr. C. Kanis en
mw. I.F.R. Korte (eindredacteur) 06 231 88 610

Kopij inleveren: uiterlijk **13 mei 2025** voor de editie juni 2025
E-mail: voorzitter.kboalmere@gmail.com

De redactie behoudt zich het recht voor zo nodig teksten te weigeren, te redigeren of in te korten.

Gedachten bij 4 mei

*Pas als het donker is
weet je dat het licht was.*

*Ik, niets anders dan licht geproefd,
zag alleen een glimp van donker
op het journaal en in schoolboeken.*

*Ik leef zonder honger,
zonder schoten om de hoek,
zonder raketten als strepen door de lucht,
zonder angst voor razzia's
zonder...*

Zonder wat?

*Geen benul van het donker,
en gelukkig maar.*

*Herdenk het donker
zodat je het licht kunt zien,
ervan kunt genieten en
het over de wereld kunt verspreiden.*

Tamara Tromp 16, Noordwijk

Inhoudsopgave

4	Van de Voorzitter	12	Het OV in Almere
5	Van de Redactie	13	Oorlog 1940 – Vrede 1945
6	Van de Evenementencie.	14	5 mei gedicht
6	Van de Reiscommissie	16	SOS-instellingen
7	Weetjes over mei	18	Puzzel 2
8	Van de Leesclub	19	Belangrijke telefoonnummers
9	Ledenmutaties	20	Agenda 2025
10	Puzzel 1	21	Inschrijfformulier nieuw lid
11	Mariamaand		

Van de voorzitter

Vanaf nu is het nog ongeveer elf maanden te gaan tot ons 40-jarig jubileum als KBO Almere. Een jubileum dat samenvalt met het 50-jarig bestaan van Almere. Dit jubileumjaar van de stad start op 1 december 2025, precies 50 jaar nadat de eerste acht houten huisjes werden geplaatst in Almere Haven en loopt tot 30 november 2026, de dag waarop de eerste officiële bewoners hun sleutels ontvingen

Een opwarmertje krijgen we al met het vieren van 750 jaar Amsterdam. Het bestuur van onze vereniging is voorzichtig plannen aan het maken over de wijze waarop wij ons feestje zullen gaan vieren. Dus mocht u daarvoor nog suggesties hebben dan houden wij ons van harte aanbevelen.

Mogelijk heeft u op onze website ook het persbericht gelezen “Geef deelnemers inspraak over hun pensioen”, dat is uitgegeven door Senioren Netwerk Nederland (SNN), Nederlandse Bond voor Pensioenbelangen (NBP), stichting Pensioenbehoud en Claimstichting Pensioenvoldoen.NL Deze organisaties hebben zich van begin af aan verzet tegen de negatieve gevolgen van de Wet toekomst pensioenen (Wtp) en steunen nu het voorstel van NSC, BBB en inmiddels ook PVV.

Door onze contacten met bovengenoemde organisaties zijn ook wij vooralsnog van mening dat er een aantal negatieve aspecten aan het nieuwe stelsel zitten en dat er niet of nauwelijks nog ruimte is voor meningen van andere deskundigen dan de pensioenfondsen zelf. Maar hopelijk komt er nog een moment dat men vindt dat er beter “ten halve kan worden gekeerd dan ten hele gedwaald.”

We gaan zien wat de toekomst ons brengt.

Ingeborg Korte

Van de Redactie

Uit onderzoek is gebleken dat het hebben van sociale contacten en het deelnemen aan activiteiten goed zijn voor lichaam en geest!

Daarom organiseert onder andere stichting Diligence Almere vele uitstapjes binnen en buiten Almere voor alle 55-plussers woonachtig in Almere. Wellicht is het ook iets voor u? Denk bijvoorbeeld aan bezoek aan musea en exposities, aan markten of tuincentra, een boottochtje of gezellig uit eten gaan. www.diligence-almere.nl, info@diligence-almere.nl of tel. nr.: 036 20 22 044.

Al eerder hebben we gesproken over de wens om te komen tot een algemeen vuurwerkverbod. We gaven daarbij aan dat dit onderwerp meestal op een te laat tijdstip in discussie wordt gebracht. Deze keer hebben we geen gelijk, want eind maart heeft onze regering het vuurwerkverbod besproken en bij het ter perse gaan van deze Bijsluiter ging het erop lijken dat dit jaar tijdens de jaarwisseling **voor het laatst** algemeen vuurwerk is toegestaan.

Almere start met het project Buurtmobiel Almere, waarbij inwoners via uitleenpunten een scootmobiel kunnen lenen. De gemeente start het project vanwege een aantal knelpunten. Zo blijkt dat individueel verstrekte scootmobielen gemiddeld 90 tot 95% van de tijd ongebruikt blijven. Tegelijkertijd nemen de kosten voor wmo-hulpmiddelen toe, onder meer door de dubbele vergrijzing. In plaats van een individuele scootmobiel, kunnen inwoners straks gebruikmaken van 'deelscootmobielen' die op centrale locaties in Almere worden gestald. De eerste 'deelscootmobielen' zijn begin dit jaar geplaatst in seniorencomplex 'De Ronde' in Muziekwijk, waar de proef volgens de gemeente positief is ontvangen.

Uiterlijk 1 juni zal de Tweede Kamer de Voorjaarsnota in ontvangst nemen en beoordelen. Daar staat in hoe het gaat met de inkomsten en uitgaven van het Rijk en of dit nog klopt met wat de ministeries hebben afgesproken in de Rijksbegroting van dit jaar. Gezien de ontwikkelingen de afgelopen weken in de wereld en de invloed die importheffingen kunnen hebben zal bekeken moeten worden hoe we minder afhankelijk kunnen worden van het buitenland. Dit zal wel de nodige discussie opleveren.

Daarnaast is er nog veel te doen over het nieuwe pensioenstelsel en het al dan niet 'invaren' daarvan.

Daar is het laatste woord nog steeds niet over gezegd en ook de diverse 'seniorenbelangenbehartigers' zoals Senioren Netwerk Nederland (lees diverse provinciale KBO-bonden) en Koepel Gepensioneerden voeren nog steeds actie! (Zie ook 'Van de voorzitter'.)

Wij wensen u nog een paar zonnige lentemaanden!

De Redactie

Van de Evenementencommissie

Hoge verwachtingen hadden we van de lezing over natuurfotografie die voor de ledenmiddag van 14 april gepland stond. Maar helaas moesten we de aanwezigen teleurstellen want de fotograaf had de dag ervoor tijdens een wandeling haar enkel gebroken. En met een been in het gips is het lastig autorijden. Maar we houden haar ongetwijfeld boeiende verhaal nog tegoed.

We hebben er toch nog een gezellige middag van kunnen maken met 2 rondjes Bingo en nadenken over hoe we nieuwe leden kunnen werven. Er heeft zich daarvoor een groepje van drie leden gevormd o.l.v. mevr. Ida Wanders.



De komende ledenmiddag op 12 mei zal Naomi Elshof ons alle 'ins en outs' van AllGo komen vertellen. Hierbij is ook voldoende ruimte om al uw vragen over het OV in Almere te stellen. Dus wellicht ook interessant voor uw burens en kennissen. Neem ze gerust mee!

Ans van Koutrik

Van de Reiscommissie



Wij kunnen u berichten dat de bus voor de dagtocht naar de Zeehondensafari in Zeeland al aardig vol zit. Er zijn nog 7 plaatsen vrij. Zou u toch nog mee willen, bel ons dan even op 06 361 41 925.

We zijn blij met zoveel animo voor deze dagtocht en kijken uit naar 30 mei.

Verder zijn er nog één- en enkele tweépersoonskamer vrij voor onze midweek naar Odoorn. Ook daar kunt u zich nog voor inschrijven, maar wacht dan niet te lang! Deze midweek is van 18 t/m 22 augustus en we hebben een mooi programma, zie de Bijsluiter van april. Mocht u een dagje van het programma niet mee willen geen enkel probleem, het is uw vakantie. Wij verheugen ons er al op en hopen dat het net zo'n leuke week wordt als vorig jaar.

Wij zien uw aanmelding voor de dagtocht op 30 mei en/of de midweek naar Odoorn van 18 t/m 22 augustus graag tegemoet.

Jan en Elly Hollander

Weetjes over mei

De maand mei is vernoemd naar de Griekse godin Maia. Zij was de oudste en mooiste van de Pleiaden: de zeven dochters van Atlas en Pleione. In de Griekse mythologie is zij de moedergodin en zij zou zorgen voor het groeien en bloeien in de natuur.

Geboren in mei dan:

- * Is uw geboortesteen de smaragd. De steen behoort tot het mineraal Beryl. De meeste smaragd wordt gevonden in Colombia, maar ook in Zimbabwe, Pakistan en Afghanistan komt deze edelsteen voor. De kleur is donker- tot lichtgroen. Omdat de omstandigheden precies goed moeten zijn waaronder een smaragd ontstaat, is de steen zeldzaam en dus ook waardevol. Ze staat symbool voor kracht en hoop en de groene kleur wordt geassocieerd met de lente.
- * Is uw geboortebloem het Lelietje van Dalen, een sierlijk plantje, met kleine klokvormige bloemetjes. Ze worden vaak gebruikt in bruidsboeketten. De plant staat symbool voor vernieuwing en bescheidenheid.
- * Staat u bekend als een goede, trouwe vriend en bent u gul en grappig.

Tot slot:

- ✓ Is 1 mei de dag van de arbeid
- ✓ Vindt op 4 mei de dodenherdenking plaats
- ✓ En vieren we op 5 mei de bevrijding
- ✓ Is het op 11 mei Moederdag
- ✓ Op 12 mei is het de dag van de Verpleging
- ✓ Valt Hemelvaartsdag dit jaar op 29 mei.



Felicities

HOE MEER KAARSJES

HOE GROTER

DE TAART

de oma
van
Loesje

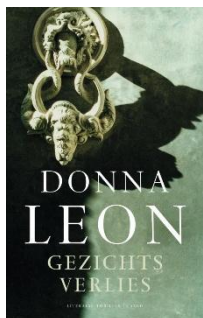
Alle jarigen in de maand mei feliciteren wij van harte; wij wensen u een fijne dag toe en een mooi en gezond nieuw levensjaar.

Het Bestuur



Van de leesclub

We lezen dit keer het boek “Gezichtsverlies” van de schrijfster Donna Leon, een Amerikaanse schrijfster die lang in Venetië heeft gewoond. Haar thrillers spelen zich af in deze stad met als hoofdpersoon “commissario” Brunetti.



Commissaris Brunetti is met z'n vrouw bij zijn schoonouders. Zij dineren daar en de andere gasten zijn Franca Marinello en haar echtgenoot de zakenman Cataldo. Brunetti raakt gecharmeerd van Franca, maar is verbaasd over haar uiterlijk: haar gezicht heeft een bijzondere plastische chirurgie ondergaan.

Zijn schoonvader vraagt hem onderzoek te doen naar Cataldo, die in Chinese projecten wil investeren. Tegelijkertijd wordt Brunetti door de militaire politie gevraagd om zich te verdiepen in illegale afvaltransporten door een transportbedrijf en de moord op de eigenaar. Deze beiden onderzoeken blijken met elkaar en met de maffiaorganisatie Camorra te maken te hebben. De commissaris raakt betrokken bij moord en corruptie. Een bijna onontwarbare zaak voor Brunetti en zijn medewerkers.

Ik heb het boek met veel plezier gelezen, het is spannend. De verwijzingen naar de klassieke literatuur vond ik wel een beetje veel.

Conclusie: een leuk spannend boek om mee te nemen op vakantie.

We hebben dit boek besproken in onze leesclub van april. U bent van harte welkom om ook eens bij onze leesclub aanwezig te zijn. Voor meer info kunt u terecht bij mij via corrie.kanis@gmail.com of via 036 5321760.

*Kom vanavond
met verhalen
hoe de oorlog is verdwenen
en herhaal ze honderd malen
alle malen zal ik wenen.*

Uit het gedicht "Vrede" van Leo Vroman

Ledenmutaties

Als nieuw lid mogen wij verwelkomen mevr. P.M. Lam-Doorn, mevr. J.H.M. Bennebroek en dhr. W. van Lint

Wij wensen u een fijne tijd bij onze vereniging en hopen u binnenkort te ontmoeten bij onze ledenmiddagen.



Een bericht van overlijden ontvingen wij van mevr. van den Heuvel (*heel kort na het overlijden van haar man*) en het onverwachte overlijden van een van onze, trouw aanwezige, leden mevr. Elsbeth Warmelink-van Thiel.

Wij wensen Elsbeth's echtgenoot Jan, naaste familieleden, vrienden en kennissen veel sterkte bij het verwerken van het verlies.

Wat wij nog niet eerder hebben meegemaakt is dat zich als een nieuw lid had aangemeld mevrouw M. Nijkamp die wij echter binnen een maand alweer moesten uitschrijven na haar zeer onverwachte overlijden. Ook haar familie en vrienden wensen wij veel sterkte toe.

Het Bestuur

De mensen van voorbij.

*De mensen van voorbij
Ze blijven met ons leven.
De mensen van voorbij,
ze zijn met ons verweven
in liefde, in verhalen,
die wij zo graag herhalen
in bloemen, geuren, in een lied,
dat opklinkt uit verdriet.*

*De mensen van voorbij,
zij worden niet vergeten.
De mensen van voorbij
zijn in een ander weten.
Bij God mogen zij wonen;
daar waar geen pijn kan komen.
De mensen van voorbij
zijn in het licht, zijn vrij.*

Hanna Lam

Ziekenboeg



Er zijn leden die kampen met hun gezondheid en zelfs in het ziekenhuis liggen en in onzekerheid verkeren hoe het de komende tijd er voor hen gaat uitzien.

Wij wensen u veel sterkte en hoop op een goed en spoedig herstel.

Het Bestuur



PUZZEL

SUDOKU

		6	7		2	1	3	4
	2				6			
	1							
8			1	3		6		
		3		5	4			7
							8	
			6				2	
1	6	8	3		9	7		

www.puzzelpro.nl

Deze puzzel bestaat uit 9 blokken van 3x3 vakjes. Je vult de puzzel zó in dat in elk vakje een cijfer van 1 tot en met 9 komt te staan. Maar let op: in elke rij, elke kolom en elk blok komen de cijfers 1 tot en met 9 slechts één keer voor.

Maria heeft iets bijzonders

In mijn jeugd werd er bij mij thuis heel wat afgezongen en in de meimaand, als het lentegevoel naar boven kwam, zongen we natuurlijk Marialiedjes, want de maand mei is al vanouds dé Mariamaand. Wij zongen dan om te beginnen: *'Gekomen is uw lieve mei'* of *'God groet u zuivere bloemen'*, *'te Lourdes op de bergen'* en het *'Ave Maria'*.



Nu zitten we in de maand mei 2025. Bij uitstek de lentemaand, met bloeiende fruitbomen en de zon die ons naar buiten lokt.

Het is zoals gezegd, de Mariamaand waarin we Maria extra in de bloemen zetten, kaarsjes opsteken en bedevaartplaatsen bezoeken.

Bij bedevaartplaatsen denken wij vaak als eerste aan Lourdes, Banneux, Fatima en Kevelaer. Maar ook in Nederland zijn bedevaartplaatsen te vinden waaronder het *'Putje van Heiloo'* in Noord-Holland. Het verhaal gaat dat er in 1409 voor de kust van Heiloo een schip in nood was.

De schipper begon te bidden tot God. Echter niet God, zegt de legende, maar een vrouwenstem zei: *"Als gij mij gaat eren, zal ik storm doen keren"*. En aldus geschiedde.

Als dank liet de schipper een kapel bouwen die later de naam Onze Lieve Vrouwe ter Nood kreeg. De *'trekpleister'* is uiteraard Maria, maar ook de geneeskrachtig beschouwde waterput.

En u kent vast wel de bekende Mariakapel van de Sint Jan, met de Zoete Lieve Vrouwe van Den Bosch. Dit *'toevluchtsoord'* wordt dagelijks door honderden mensen bezocht. Zij knielen neer bij een zee van bloemen en honderden brandende kaarsjes, waar vaak dankbaarheid en verdriet achter schuilgaat.

Als je daar getuige van bent geweest kun je alleen maar zeggen: *"Maria heeft iets"*.

Maar ook thuis worden wel kaarsjes aangestoken bij de beeltenis van Maria waarbij de intenties velerlei kunnen zijn: voor de zielerust van een overleden partner, het slagen voor een examen van een kleinkind en nu dan speciaal voor vrede in de wereld.

Ik wil eindigen met een tekst uit het lied *'Wees gegroet o sterre'* omdat de eindtekst zo toepasselijk is voor de (onrustige) tijd, waarin wij momenteel leven. Het luidt: *"Als de golven stijgen, hoger, hoger dreigen, schijn dan veilig voor ons uit, gun de zee geen droeve buit. Op uw zacht en zalig licht, houden wij ons oog gericht. Wees gegroet Maria."*

Ik wens u een inspiratievevolle meimaand en op naar de zomer!

Wim van Putten

Het Openbaar Vervoer (OV) in Almere

De bussen die in Almere rijden zijn van Keolis, de concessiehouder van het OV in Almere. De naam AllGo is eigendom van de gemeente Almere. Dus als een andere vervoerder in de toekomst gaat rijden, dan blijft ook die rijden onder de naam AllGo.

Er zijn veel afspraken gemaakt destijds met Keolis toen die de concessie kreeg voor het OV in Almere. Zo'n aanbesteding is openbaar en degene die het beste aanbod doet krijgt dan de vergunning voor het OV. Deze huidige concessie loopt eind 2027 af. Dus de ambtenaren in het Stadhuis, de gemeenteraad en het college van B&W zijn zich aan het beraden hoe het OV er na 2027 uit moet gaan zien. Er zijn al de nodige documenten ontwikkeld en er is een concept Programma van Eisen dat nog moet worden vastgesteld en goedgekeurd.

De ROCOVF is het adviesorgaan van de provincie Flevoland dat adviseert over het OV in Flevoland en apart ook over het OV in Almere. Ik mag in die adviescommissie de ouderen vertegenwoordigen. Dat is best lastig, want er zijn veel doelgroepen die allemaal hun eigen belangen hebben zoals jongeren en studenten, ouderen, mensen met een beperkingen, werkenden, etc. Het moet allemaal in één plaatje passen, want het budget kent zijn beperkingen. Toch kunnen we wel zeggen dat Almere een heel goed OV heeft, vrije busbanen etc. waar menige stad jaloers op kan zijn. Mensen van over de hele wereld komen kijken hoe het hier is georganiseerd.

Is het allemaal perfect? Nou nee, er valt ook nog veel te verbeteren.

Nou op 12 mei is er een ledenmiddag met als onderwerp: het OV in Almere. Er komt iemand van AllGo om uit te leggen hoe het nu allemaal gaat, wat de huidige uitdagingen zijn en wat er in de nabije toekomst gaat veranderen. Dus dit is ook een oproep aan u, kom naar de ledenmiddag op 12 mei en stel uw vragen, maak uw opmerkingen zodat het OV in Almere zich verder kan verbeteren en er hopelijk veel senioren gebruik gaan maken van het prachtige OV in Almere.

Wim Kanis
namens de senioren lid ROCOVF



Oorlog 1940 - Vrede 1945

Wij zijn van na de oorlog en willen dat graag zo houden!

De meesten van ons hebben de Tweede Wereldoorlog niet bewust meegeemaakt. Toch is er alle reden om 1 x per jaar hier uitgebreid bij stil te staan. De verhalen van oorlog en vrede moeten verteld blijven worden. Dat gebeurt natuurlijk op de landelijke herdenking van 4 mei op de Dam in Amsterdam maar ook in de meeste dorpen en steden.

Ook in Almere, al jaren vindt dit plaats in Almere Haven. Het is goed om stil te staan bij alle oorlogshandelingen waar Nederlanders bij betrokken waren en waar velen hun leven gaven voor de vrijheid.

De verhalen over grote en kleine heldendaden moeten doorverteld worden aan de jongere generaties. Zodat we allemaal de vrijheid des te meer kunnen waarderen. U kent die verhalen vast wel uit uw eigen familiegeschiedenis.

Persoonlijk vertelde mijn vader het volgende. Hij was vrijwilliger bij het Rode Kruis in Kampen. Daar kwamen de mannen die opgepakt waren bij de razzia's in Rotterdam aan in tientallen rijnen die afmeerden aan de IJsselkade.

De taak van de groep Rode Kruis medewerkers was om die mannen te verzorgen en te keuren of ze 'fit' waren om in Duitsland ingezet te worden bij de oorlogsindustrie. Natuurlijk keurden die Rode Kruis medewerkers veel mannen af voor de reis. Zo werden veel mannen gered.

De Rode Kruis vrijwilligers stonden onder leiding van Dr. Kolff (de uitvinder van de kunstnier). De bezetter vond dat er te veel mannen werden afgekeurd en de Rode Kruis medewerkers werden hiervoor gevangengenomen in de stadskazerne. Maar dr. Kolff protesteerde bij de bezetters. Hij zou gezegd hebben: Als u mijn Rode Kruis mensen niet laat gaan dan stoppen we met ons werk. De bezetter ging overstag, de Rode Kruis mensen, waaronder mijn vader, werden vrijgelaten.

Zo heeft iedereen wel een verhaal te vertellen, van grote en kleine heldendaden. Maar de grootste helden kunnen het niet meer navertellen en hen herdenken wij speciaal op 4 mei.

Op 5 mei is het feest: wij zijn vrij, wij leven in een vrij land. Als we om ons heen kijken en de berichten in de media volgen dan zien we dat er zoveel oorlog en onderdrukking is in de wereld, je zou er bang van worden. Wij moeten ons zelf ook voorbereiden op een oorlog, zegt de regering van ons land. Zover is het gelukkig nog niet, laten wij dus genieten van onze vrijheid en dit met ALLE inwoners van Nederland vieren op 5 mei en hopelijk nog lang daarna. Zodat wij kunnen blijven zeggen: Wij zijn van na de oorlog!

Wim Kanis

5 mei 2025

*De vijfde mei, de lente in het land,
Tachtig jaren vrijheid, hand in hand.
De zon schijnt warm, een nieuwe dageraad,
De echo van toen, diep in ons gelaat.*

*De vlaggen wapperen, rood, wit en blauw,
Een symbool van kracht en trouw.
We gedenken de strijd, de offers gebracht,
Voor het kostbare goed, in de donkere nacht.*

*De kinderen lachen, onbekommerd en blij,
Een toekomst ontvouwt zich, grenzeloos en vrij.
Zij dragen de droom, in hun jonge bestaan,
Van een wereld in vrede, waar niemand vergaat.*

*Vandaag vieren we het leven, de lucht en het licht,
De kans om te kiezen, met open gezicht.
Tachtig jaar vrijheid, een lied dat we zingen,
Een dankbaar hart, dat de toekomst omarmt.*

Bron: Gemini AI-tool van Google

HELDOORN EGGELS NETWERK NOTARISSEN

Zijn uw persoonlijke belangen en
(medische) wensen goed geregeld?

Maak nu een **volmacht / levenstestament!**

Maak of update uw **testament!**

Rooseveltweg 15, 1314SJ Almere, tel. 036-5340520

www.heldoorneggels.nl



Samen erop uit!

Voor wie en door wie?

De stichting Diligence Almere biedt dagelijks activiteiten aan voor mensen vanaf 55 jaar

Met de DiligenceBus kunt u samen met andere mensen op stap. Onze activiteiten worden begeleid door enthousiaste vrijwilligers.

Bent u nieuwsgierig?

Kijk dan op onze website www.diligence-almere.nl
of neem contact op via 036 2022044 of info@diligence-almere.nl

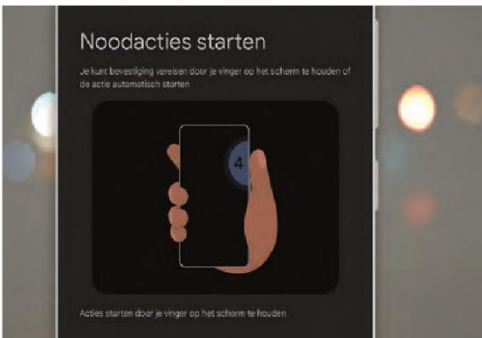
SOS-instellingen op Android: Een levensreddende functie



SOS staat voor 'Save Our Souls', althans dat zegt de traditie. Oorspronkelijk was het een makkelijk repeteer- en herkenbare morsecode signaal ... --- ... Het is een functie op je Android-telefoon, die ontworpen is om in noodgevallen snel hulp te kunnen inroepen. Door een vooraf ingestelde combinatie van knoppen in te drukken, kun je automatisch een noodoproep doen, een bericht sturen naar je contactpersonen of beide.

Wat kun je instellen? De exacte instellingen kunnen iets verschillen per Android-versie en telefoonmodel, maar over het algemeen kun je het volgende instellen:

- **SOS-actie:**
 - **Knopcombinatie:** Je stelt in welke knopcombinatie je moet indrukken om de SOS-functie te activeren (bijvoorbeeld vijf keer snel op de aan/uit-knop drukken).
 - **Geluid en trillen:** Je kunt instellen of je telefoon een geluid moet maken en/of trillen tijdens het SOS-proces.



- **Noodoproep:**
 - **Automatisch bellen:** Je telefoon belt automatisch het alarmnummer (bijvoorbeeld 112).
 - **Timer:** Je kunt een timer instellen, zodat de oproep pas na een paar seconden wordt gedaan, om te voorkomen dat je per ongeluk belt.
- **Noodbericht:**
 - **Contactpersonen:** Je kunt een lijst met contactpersonen kiezen die een bericht ontvangen met je locatie.
 - **Inhoud bericht:** Soms kun je de inhoud van het bericht aanpassen.



Waarom is SOS handig?

- **Snel hulp inroepen:** In een noodsituatie kun je met één handeling hulp krijgen.
- **Locatie delen:** Je contactpersonen weten meteen waar je bent.
- **Preventie:** Door de SOS-functie te kennen, voel je je vaak veiliger.

Bron: Compulink van HCC

Hoe vind ik de SOS-instellingen?

De precieze locatie van de SOS-instellingen kan verschillen per telefoon. Over het algemeen vind je ze onder:

- *Instellingen > Veiligheid en noodgevallen > SOS*
- *Instellingen > Geavanceerde functies > SOS-berichten verzenden*

Tip: Bekijk de handleiding van je telefoon voor de meest accurate instructies.

Voorbeeld van een SOS-scenario: Stel je voor dat je alleen 's avonds door een park loopt en je je onveilig voelt. Door vijf keer snel op de aan/uit-knop te drukken, start je de SOS-functie. Je telefoon belt automatisch 112 en stuurt een bericht naar een bekende met je locatie.

Extra tips:

- **Test de functie:** Het is belangrijk om de SOS-functie regelmatig te testen om er zeker van te zijn dat alles goed werkt.
- **Houd je telefoon bij de hand:** Zorg ervoor dat je telefoon altijd binnen handbereik is, zodat je hem snel kunt pakken in een noodgeval.
- **Deel de functie met je contactpersonen:** Laat je contactpersonen weten dat je de SOS-functie hebt ingeschakeld en wat ze moeten doen als ze een bericht van je ontvangen.

Ook de Google Assistant kan behulpzaam zijn bij het instellen en gebruiken van de SOS-functie op je Android-telefoon.

Hoewel de precieze instructies kunnen verschillen per telefoonmodel en Android-versie, kan **Google Assistant** je op verschillende manieren helpen:

- **Stemgestuurde instructies:** Je kunt Google Assistant vragen om de SOS-instellingen voor je te openen. Zeg bijvoorbeeld: 'Oké Google, open de SOS-instellingen.'

- **Uitleg over de functie:** Als je niet zeker bent van bepaalde instellingen, kun je Google Assistant vragen om uitleg te geven. Zeg bijvoorbeeld: 'Oké Google, wat doet de SOS-functie?' of 'Oké Google, hoe stel ik een noodcontact in?'
- **Hulp bij het vinden van informatie:** Mocht je specifieke vragen hebben over de SOS-functie, dan kan Google Assistant je helpen bij het vinden van informatie op internet. Zeg bijvoorbeeld: 'Oké Google, hoe werkt de SOS-functie op een Samsung Galaxy S23?'

Voorbeeld van een interactie met Google Assistant:

- **Jij:** 'Oké Google, ik wil de SOS-functie instellen.'
- **Google Assistant:** 'Tuurlijk, ik help je daarbij. Je kunt de SOS-instellingen vinden onder *Instellingen > Veiligheid en noodgevallen*. Wil je dat ik je verder help?'
- **Jij:** 'Ja, hoe stel ik een noodcontact in?'
- **Google Assistant:** 'Om een noodcontact in te stellen, ga je naar de SOS-instellingen en tik je op 'Noodcontacten'. Hier kun je de contacten selecteren die je wilt toevoegen.'



Let op: Hoewel Google Assistant je veel kan vertellen en helpen, is het altijd goed om de handleiding van je telefoon te raadplegen voor de meest accurate en up-to-date informatie.

Bron: Compulink van HCC

PUZZEL

Weer een uurtje lekker puzzelen in deze Bijsluiter. Als bron is gebruikt het Mokum magazine

WOORDZOEKER



www.puzzelpro.nl



De woorden zitten horizontaal, verticaal en diagonaal in alle richtingen in de puzzel verstopt. Ze kunnen elkaar overlappen. Zoek ze op en streep ze af. De overblijvende letters vormen achter elkaar gelezen de oplossing.

ABDIS
BETER
BROEI
CIVET
CURSIEF
DELGEN
DENIM
DOCENT
DODEN
EUVEL
GERBIL
HOOGTE
KOFER
KWELEN
LEGEN
LEGIO
LOTTO
MAGER
MASSASPURT
NAFTA
OFFERTE
ONTZAG
OVERLEDEN
RADIO
RALLYCROSS
SPELEVAREN
TAPIOCA
WAAKHOND
WINNEN
ZAGEN



Belangrijke telefoonnummers en websites

Bartiméus	088 8899 888	www.bartimeus.nl
Bijzondere Bijstand	14 0 36	Via Sociale Zaken Almere
ConsuWijzer	088 0707 070	www.consuwijzer.nl
De Schoor, wegwijs in Almere	036 527 8500	www.deschoor.nl/senioren
Diligence Almere	036 2022 044	www.diligence-almere.nl
Financiële (bespaar)tips		www.nibud.nl
The Green Story Almere Haven Maaltijd bestellen, Thuis bezorgd.	036 5491 003 06 14300 474	Kerkgracht 41
Humanitas	036 539 7 040	www.humanitasalmere.nl
Leger des Heils Buurthuiskamer Muziekwijk en Buiten	036 5464 474 06 21888 986	www.legerdesheils.nl/locatie/korpsalmere
Juridisch Loket	0800 8020	Bezoek Marktmeesterstraat 79 www.juridischloket.nl
Zorgverzekering (laag inkomen)		www.almere.nl/zorgverzekering
Luisterlijn 24/7 bereikbaar	088 0767 000	
Nationaal Ouderen Fonds	088 3442 000	www.ouderenfonds.nl
OCO-Almere (Onafhankelijke Client Ondersteuning)	036 2002 158	www.ocoalmere.nl
Goedkope rijbewijskeuringen	085 48 83 616	www.goedkopekeuringen.nl
Rijbewijskeuringofficieel	085 0602 626	www.rijbewijskeuringofficieel.nl
Rode Kruis	0320 224 207	www.rodekruis.nl Randstad 21 8
Regelhulp (ministerie VWS)	030-7897 878	www.regelhulp.nl
Senior Live	036 7370 422	Kerkgracht 51 www.senior-live.nl
Sociaal Raadslieden voor gratis info en advies op sociaal en juridisch gebied	036 5454 841 06 134 96 926	Ma-woe-vrij tussen 11.30 en 12.30 uur do. van 9.00 - 12.00 inloopspreekuur
Steuropunt Huiselijk Geweld Flevoland 24/7 bereikbaar	088 2220 500	www.veiligthuisflevoland.nl P.J. Oudweg 1, 1314 CH Almere
VMCA (Vrijwilligers- en mantelzorgcentrale Almere)	036 534 1404	Ook voor klusjes in en rond het huis www.vmca.nl
Wetswinkel Almere	06 84409 753	http://www.wetswinkelalmere.nl/spreekuur
Wijkteams	14 0 36	div. locaties en spreekuren
Zilverlijn (ouderenfonds)	088 3442 000	www.zilverlijnouderenfonds.nl
Zonnebloem	Zie website	www.zonnebloem.nl/almere
Centrum voor Levensvragen	06 15171 449	www.cvl-flevoland.nl

Om alvast te noteren: de geplande ledenmiddagen in 2025

Datum	Activiteit*	Tijd en Locatie
12 mei	Presentatie OV door Naomi Elshof van AllGo/Keolis	14.00 - 16.00 Ontmoetingsruimte Bonifatiuskerk Contrabasweg 239
30 mei	Dagtocht naar Zeeland: 'zeehonden spotten' verzorgd door Eemland Reizen	Info + inschrijfform. zie Bijsluiter februari!
2 juni	LET OP Aangepaste datum i.v.m. Pinksteren op 9 juni Een speciaal muzikaal optreden van het Westfries Collectief	Bonifatiuskerk
<i>jul-aug</i>	<i>Activiteiten van Zomerschool voor Senioren Almere</i>	<i>Zie programmaboekje t.z.t.</i>
18 t/m 22 aug.	Midweek Odoorn	Info + inschrijfform. zie Bijsluiter april
8 sept.	BINGO	Bonifatiuskerk
13 okt.	Lezing 'Natuurgeluk' door natuurfotograaf Yvette van den Berg	Bonifatiuskerk
10 nov.	Nog nader in te vullen	Bonifatiuskerk
8 dec.	Kerststukjes maken	Bonifatiuskerk
22 dec.	Kerstviering	Nog niet bekend

Wijzigingen voorbehouden

Heeft u nog een leuke suggestie voor de ledenmiddagen van okt., nov. en/of de kerstviering, dan houdt de Evenementencommissie zich van harte aanbevolen!



Inschrijfformulier nieuw(e) lid/leden

Naam 1		M/V
Voorletter(s)		
Geboortedatum		
Bestuurlijke ervaring*	J/N	
Naam 2		M/V
Voorletter(s)		
Geboortedatum		
Bestuurlijke ervaring*	J/N	
Adres + huisnr.		
Postcode		
Telefoonnr.		
E-mailadres		
Huwelijksdatum/ Partnershipdatum		
<u>Gegevens t.b.v. contributiebetaling d.m.v. automatische incasso</u>		
IBAN-rekeningnr.		
Incassomachtiging	Ondergetekende machtigt hierbij KBO-Almere om, tot wederopzegging, van de hierboven genoemde rekening de verschuldigde contributie jaarlijks (in de maand februari) af te schrijven. Voor 2024 bedraagt deze € 30,- p.p. en € 56,- per (echt)paar.	
Datum:	Handtekening:	

Het formulier kunt u sturen naar onze ledenadministrateur, M. ten Bosch, zie pagina 2

* Indien u 'Ja' aangeeft wilt u dan a.u.b. vermelden waar die ervaring uit bestaat. Bv. voorzitter/penningmeester/secretaris/ledenadmin./lid/evenementen/adviseur.

Bij inschrijving gaat u tevens akkoord met het:

- opslaan van uw gegevens in ons administratiesysteem tot één jaar na opzegging van uw lidmaatschap;
- gebruik van die gegevens ten behoeve van het gebruikelijke functioneren van de afdeling;
- gebruik van foto's en/of video's, gemaakt tijdens KBO-bijeenkomsten, t.b.v. informatie aan leden, tenzij u hiertegen schriftelijk bezwaar maakt bij de secretaris;
- automatisch verhogen van de incasso nadat de ALV besloten heeft tot contributieverhoging.



Een loszittende prothese?

Eten, lachen en praten wordt weer een plezier!

Implantaten: voor een muurvaste Gebitsprothese

Voordelen van implantaten:

- uw gebit blijft rotsvast op zijn plaats
- u kunt probleemloos lachen en eten
- u voelt zich zekerder

En weet u dat:

- het klikgebit in het basispakket zit?
- er de mogelijkheid is voor een vaste brug op implantaten?
- de volledige prothese in het basispakket zit?
- u na goedkeuring door de verzekering slechts een eigen bijdrage betaalt van € 125 per kaak?
- de aanvraag door de implantoloog wordt verzorgd?
- de behandeling relatief eenvoudig en patiëntvriendelijk is?

In de Praktijk voor Tandheelkunde laten wij u na een consult weten wat de mogelijkheden zijn in uw situatie en indien wenselijk verzorgen wij een aanvraag bij uw verzekering.

*Zie ook onze website www.tandheelkundealmere.nl onder Behandelingen/
Implantologie.*

**Praktijk voor Tandheelkunde
Olstgracht 19**



Danielle van Biezen, Heidi Markus en Yvette van Ree

Afscheid met een traan en een warme glimlach

Waar u ook voor kiest, uw wensen staan altijd centraal. Wij ondersteunen u graag, zodat we samen zorgen voor een passend afscheid.

Voraf uw wensen bespreken

Het kan prettig zijn om uw uitvaart alvast geregeld te hebben. Dit kan u en uw nabestaanden veel rust geven. Graag komen wij bij u langs voor een vrijblijvend en kosteloos gesprek, waarin we samen uw wensen bespreken en vastleggen. Ook als u niet of elders verzekerd bent.

Warme en persoonlijke ondersteuning

Bij een overlijden ondersteunen wij u graag met alles wat er geregeld moet worden. De wensen van de overledene én de nabestaanden zijn voor ons leidend. Waar wij kunnen, nemen wij u werk uit handen en denken mee. Een vertrouwd gezicht gedurende de gehele periode.

Monuta 
Heidi Markus

De steun bij ieder afscheid.

Monuta Heidi Markus

T 036 - 521 44 10

(dag en nacht bereikbaar)

I www.monutaheidimarkus.nl



THUIS IN HOREN
goed verstaan begint waar wij luisteren

Vindt u dat de mensen in uw omgeving mompelen of zacht praten?

Dit kan wijzen op gehoorverlies. Wilt u het zeker weten? Maak een afspraak voor een kosteloze hoortest.

Thuis in Horen is een zelfstandige audicien gespecialiseerd in persoonlijke hooroplossingen, maatwerk gehoorbescherming.

- Vergoeding bij alle zorgverzekeraars
- Ook bij u aan huis
- Gratis second opinion
- Hooroplossingen v.a. € 0,- (afhankelijk van uw zorgverzekeraar)

Thuis in Horen
Markt 102
1354 AZ Almere
06-4137 4136
info@thuisinhoren.nl
www.thuisinhoren.nl



Erkend Audicien
StAr
Stichting Audicienregister

