



*Belangenvereniging voor senioren sinds 23 oktober 1982*

# **BULLETIN**

## **November 2024**



**Secretaris:** Annemieke Ester 0320 - 22 29 85

**Postadres:** KBO Lelystad, Beukenhof 256, 8212 EE Lelystad

**E-Mail:** [annemieke.ester@outlook.com](mailto:annemieke.ester@outlook.com)

**Website:** [www.kbo-flevoland.nl/lelystad](http://www.kbo-flevoland.nl/lelystad)

**KVK-nummer:** 50902121

**Het volgende Bulletin verschijnt op 27 november**

# Bestuur

Voorzitter	<b>Koos de Groot</b>	0320 - 25 08 77 <a href="mailto:jmgroot1942@gmail.com">jmgroot1942@gmail.com</a>
Secretaris	<b>Annemieke Ester</b>	0320 - 22 29 85 <a href="mailto:annemieke.ester@outlook.com">annemieke.ester@outlook.com</a>
<b>Postadres</b>	<b>KBO Lelystad</b>	<b>Beukenhof 256 8212 EE Lelystad</b>
Penningmeester	<b>Juan Dirksz</b>	0320 - 25 86 99 <a href="mailto:j.dirksz@upcmail.nl">j.dirksz@upcmail.nl</a>
Lief en Leed	<b>Hanneke Bakker</b>	<b>06 - 50 91 17 77</b>
Activiteiten	<b>Piet Groen</b>	0320 - 25 88 60 <a href="mailto:activiteitenkbolelystad@gmail.com">activiteitenkbolelystad@gmail.com</a>
Communicatie	<b>Vacature</b>	
<b>Ondersteuning</b>		
Ledenadministratie	<b>Onno Rutte</b>	<a href="mailto:orutte@gmail.com">orutte@gmail.com</a>
Belastingen & Toeslagen	<b>Jaap Broskij</b>	Voor nieuwe leden
	<b>Gerhard Visschedijk</b>	
	<b>Piet Groen</b>	
Webbeheerder	<b>Michiel de Graaff</b>	<a href="mailto:michiel020@hotmail.com">michiel020@hotmail.com</a>
Geestelijk adviseur	<b>Anne-Marie Swater</b>	
<b>Website</b>	<a href="http://www.kbo-flevoland.nl/lelystad">www.kbo-flevoland.nl/lelystad</a>	
<b>Bankrekening</b>	<b>NL86 RABO 0186 7296 18 t.n.v. KBO Lelystad</b> Het lidmaatschap voor 2024 is € 30,00 per lid KBO Lelystad is, als afdeling in KBO Flevoland, een ANBI	
<b>Collectieve Zorgverzekering</b>	Zilveren Kruis tel. <b>071 - 751 0052</b> Collectiviteitsnr. 207 088 614	



Wonen



Welzijn en Zorg



Veiligheid



Koopkracht



Digitalisering



Zingeving

## Colofon

Het Bulletin is een uitgave van KBO Lelystad in een oplage van 325 exemplaren. Met het landelijke 'ONS Magazine voor senioren' wordt het Bulletin 11x per jaar bezorgd bij onze leden en relaties. Leden en relaties met een e-mailadres in onze ledenadministratie ontvangen het Bulletin met de Digitale Nieuwsbrief ook per mail. Redactie en vormgeving: Koos de Groot en Piet Groen  
Aanspreekpunt en klachten over de bezorging: Koos de Groot, tel 0320 - 25 08 77

**Inhoud**

**Van de bestuurstafel**

**Agenda**

KBO Lelystad	2	<p><b>Ontmoetingsdag</b></p> <p>Bij het schrijven van dit voorwoord staan we aan de vooravond van onze jaarlijkse Ontmoetingsdag waar we weer 65 à 70 KBO-leden hopen te ontmoeten. De naam Ontmoetingsdag is niet zomaar gekozen. Ontmoeten, met elkaar kennismaken, met elkaar in gesprek komen waarbij wij een oor hebben voor de ander, is één van de belangrijkste kerntaken van onze vereniging.</p> <p><b>SOOS middagen</b></p> <p>Ontmoeten doen we ook op onze wekelijks SOOS middagen in de Petruskerk, waar we twee jaar geleden begonnen met 3 tafels met enthousiaste klaverjassers, en nu uitgegroeid tot 41 deelnemers die aan dit kaartspel meedoen.</p> <p>Ook is er een praattafel ontstaan waar het gezellig kletsen is onder het genot van een kop koffie of thee. Wilt u dit ook eens van dichtbij meemaken, dan bent u hierbij van harte uitgenodigd en u mag ook iemand meenemen die belangstelling heeft.</p> <p><b>Dag van de Ouderen</b></p> <p>Wie op 5 oktober op de Dag van de Ouderen in het Stadhuis is geweest, heeft het kunnen ervaren als een leuk evenement waar ook veel informatie werd verstrekt door de diverse organisaties en verenigingen.</p> <p>Ook onze KBO-afdeling was daar zeer nadrukkelijk aanwezig om onze belangengroep te promoten. De belangstelling was groot en we hebben heel wat folders en ander materiaal kunnen uitdelen. Het maandblad ONS magazine viel in goede aarde. Veel dank aan die mensen die op deze dag de kraam van onze afdeling hebben bemand.</p>	<p><b>November</b></p> <p>5 Resto van Harte</p> <p>7 Ervaar het OV</p> <p>9 Conferentie "Van het gas af".</p> <p>9 Positief Ouder Worden markt in de Bibliotheek</p> <p>13 Digitale weerbaarheids-training 'Laat je geen H@ck zetten'</p> <p>28 Street Art in Lelystad PCOB</p> <p><b>December</b></p> <p>4 Algemene Leden Vergadering en Bingo</p> <p>11 Kerstdiner in De Hoven</p> <p>12 Kerstviering in de Ontmoetingskerk PCOB</p> <p>18 Kerstmiddag in de Petruskerk</p>
Bestuurstafel	3		
OSOL Nieuws	5		
Ervaar het OV	6		
Positief Ouder worden markt	7		
Bezorger ONS en Bulletin	7		
Leden-administratie	7		
'Laat je geen h@ck zetten'	8		
Street Art in Lelystad	9		
Resto van Harte	9		
Rijbewijs-keuring	9		
Rabo ClubSupport	10		
Nieuws uit de afdeling	11		
Begroting VWS	13		
Coronaprik	15		
Zorgverzekering in 2025	15		
Flyer 'Laat je geen H@ck zetten'	16		

**Vervolg op pagina 4**



### **Digitale weerbaarheidstraining**

Op woensdag 13 november organiseren wij samen met de PCOB en het OSOL een belangrijke informatiemiddag in de Petruskerk.

Op deze middag worden we geïnformeerd door specialisten veiligheid van de gemeente en politie over Cybercriminaliteit.

Hoe herken je dit, hoe moet je handelen om deze vorm van criminaliteit te voorkomen en hoe te reageren. Zeker voor senioren belangrijk om hierover geïnformeerd te worden. Elders in dit Bulletin staat meer informatie.

### **Project 'Beweegmaatjes'**

Ook heb ik namens het OSOL een bijeenkomst bijgewoond bij het Sportbedrijf waar het project 'Beweegmaatjes' van start is gegaan.

Dit initiatief wordt ondersteund door 22 partners en richt zich op alle inwoners, jong en oud, die het als een drempel ervaren om zich aan te sluiten bij een groep en/of vereniging om te bewegen.

Door iemand te koppelen aan een beweegmaatje kunnen zij samen sporten.

Ook heeft het Sportbedrijf een beweegmakelaar in dienst genomen; Eric de Vaal.

Hij zorgt voor een juiste koppeling van de deelnemers.

### **Nieuws uit KBO-Flevoland**

KBO-Flevoland heeft ook niet stil gezeten en is actief bezig geweest om de belangen van senioren te bepleiten zowel bij de minister als bij de Kamerleden van alle partijen.

Zo is er een brief in de maak aan de minister van Sociale Zaken en Werkgelegenheid met betrekking tot de Wet toekomst pensioenen (Wtp). De vragen hebben betrekking op het overzetten van de huidige opgebouwde pensioenaanspraken en pensioenuitkeringen naar persoonlijke pensioenvermogens.

Een ander schrijven is gericht aan de Vaste Kamercommissie van VWS over de voorgenomen bezuinigingsplannen. De brief is verzonden namens Senioren Netwerk Nederland waarin 9 provinciale KBO-bonden zijn verenigd met ruim 250.000 leden. De volledige brief ziet u staan op de pagina's 13 en 14 van dit Bulletin.

Koos de Groot, uw voorzitter.

## Dag van de ouderen

We kijken terug op een geslaagde dag. De nieuwe elementen zoals het spelletjesplein en de pizza punten zijn in de smaak gevallen. De organisatie, dit jaar in handen van onze secretaris Bert Kuiper en Jolanda Noome van Bureau LWPC, had de dag tot in de puntjes voorbereid. Graag willen wij hen en alle vrijwilligers die hebben meegewerkt nogmaals van harte bedanken voor hun inzet. We kijken alweer uit naar de editie van 2025.



## Positief ouder worden

Zaterdag 9 november organiseert de bibliotheek een Positief Ouder Worden markt. Als OSOL zijn we hier met een stand present. De markt is open van 11.00 uur tot 15.00 uur. Zie verder pagina 7 in dit Bulletin.

## Woningen van het gas af

Ook op zaterdag 9 november organiseert de HVOB (Huurdersvereniging Ons Belang) een conferentie over het voornemen van onze regering dat alle woningen van het gas af moeten. Geen gas, wat dan? Wat betekent dat voor mij als huurder en als koper. Als OSOL zijn we partner van de HVOB en hebben meegedacht over het programma. De conferentie is in de Kubus. De zaal is open vanaf 10.30 uur en het programma loopt van 11.00 uur door tot 15.30 uur. In de pauze wordt een gratis lunch geserveerd. Aanmelden kan via [info@hbov.nl](mailto:info@hbov.nl) of via 0320 – 841733.

## Overleg met de wethouder

Op 17 oktober hebben we als OSOL ons halfjaarlijks overleg met wethouder Sjaak Kruis gehad. Natuurlijk hebben we samen teruggekeken naar de Dag van de Ouderen waar wethouder Kruis de officiële opening verrichtte. De wethouder is daarna nog ruim anderhalf uur gebleven en heeft ervaren dat deze dag belangrijk is voor senioren en het programma erg wordt gewaardeerd.

We hebben in het gesprek onze bezwaren tegen de bezuinigingsvoorstellen op de beleidsvelden die ons senioren raken toegelicht. Nu is de gemeenteraad aan zet.

Zie voor de door ons ingebrachte bezwaren onze website [www.osol-lelystad.nl](http://www.osol-lelystad.nl)

We hebben bij de wethouder aandacht gevraagd voor de hoge tarieven voor het openbaar vervoer binnen de stad, €2,60 voor een rit en dat zonder overstaprecht.

Dat er een kortingskaart voor senioren bestaat is op de website van RRReis (EBS) slecht vindbaar. Ook de frequentie nodigt niet uit tot gebruik van de stadsbus.

Als je geen auto hebt en niet kunt fietsen, is verplaatsen van het ene stadsdeel naar het andere een uitdaging. Onze ultieme wens is gratis openbaar vervoer voor senioren.

De wethouder neemt deze punten mee in het kwartaaloverleg met de vervoerder.

## Bestuur OSOL

Wij zijn verheugd dat vanaf september Marijke van Sprang ons bestuur is komen versterken. Marijke heeft als oud raadslid en oud-ambtenaar veel relaties in de stad en weet hoe processen in het stadhuis lopen. Marijke is onze OSOL-vertegenwoordiger in de stichting Behoud Ziekenhuiszorg Lelystad geworden. Jan Ovinge heeft na zijn terugtreden als OSOL-voorzitter nog zo'n 4 jaar de belangen van OSOL in deze stichting behartigd. Jan gaf aan het tijd te vinden dat een ander het stokje overnam. Jan bedankt dat je zolang OSOL hebt willen vertegenwoordigen! Jan blijft op persoonlijke titel deel uitmaken van de stichting.

Koos de Groot, voorzitter KBO [penningmeesterosol@gmail.com](mailto:penningmeesterosol@gmail.com)

Wim Hijmissen, voorzitter OSOL [voorzitterosol@gmail.com](mailto:voorzitterosol@gmail.com)

## **Wat als autorijden niet meer vanzelfsprekend is?**

Kunt u niet meer zelf autorijden, maar wilt u toch af en toe bij vrienden koffiedrinken, gezellig uit eten of bij familie op bezoek, zonder daarvoor afhankelijk te zijn van anderen? Reis dan zelfstandig en ontspannen met het openbaar vervoer (OV). Bent u onzeker over het reizen met de trein of de bus en kunt u daarbij wel wat hulp gebruiken? Ga dan naar het gratis ov-inloopspreekuur op:



**Dinsdag 5 november 2024**

**Van 10.00 – 12.00 uur**

**FlevoMeer Bibliotheek, De Promesse 4, Lelystad**

Tijdens een inloopspreekuur kunt u uw persoonlijke vragen stellen aan speciale OV-ambassadeurs. Zij kunnen u advies geven over bijvoorbeeld de aanschaf, het opladen of de werking van de OV-chipkaart. Over het in- en uitchecken bij verschillende vervoerders, de buurtbus en andere vervoersmogelijkheden in uw regio. U kunt vrijblijvend binnenlopen en de OV-ambassadeurs nemen rustig de tijd om uw vragen te beantwoorden.

“Ik heb problemen met mijn ogen en zal daardoor binnenkort niet meer kunnen autorijden. Daarom verdiep ik me nu alvast in het reizen met het openbaar vervoer. Dan kan ik toch zelfstandig naar vrienden, familie of gewoon een leuk uitstapje maken.” Peter (73 jaar).

Wilt u, net als Peter, zo lang mogelijk zelfstandig blijven reizen, maar bent u onzeker over reizen met het openbaar vervoer? Kom dan vrijblijvend langs tijdens het inloopspreekuur en laat u informeren. Kijk voor meer informatie op:

[www.ervaarhetov.nl/ov-ambassadeur](http://www.ervaarhetov.nl/ov-ambassadeur)

## **Telefonische spreekuren**

Wilt u liever telefonisch advies? Dat kan! U kunt dagelijks bellen met één van de OV-ambassadeurs tijdens het telefonisch spreekuur. Zij zitten voor u klaar om u telefonisch te helpen met uw vragen.

**Zij zijn bereikbaar op 038 – 303 70 10.**

Maandag- t/m vrijdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur

Dinsdag- en donderdagmiddag van 13.30 tot 15.00 uur

Maandag- en woensdagavond van 18.30 tot 20.00 uur

De provincies Overijssel, Gelderland en Flevoland vinden dat het openbaar vervoer voor iedereen makkelijk en toegankelijk moet zijn. Reizen met het openbaar vervoer biedt veel voordelen, maar is niet voor iedereen vanzelfsprekend. OV-ambassadeurs, vrijwilligers met veel kennis van het OV, bieden hierbij de helpende hand.

Onze OV-ambassadeurs helpen u graag op weg!

## **Contactinformatie**

OV-ambassadeurs  
Peterskampweg 12  
8031 LK Zwolle  
tel. 038 - 454 01 30

# Zaterdag 9 november Positief Ouder Worden markt Alles voor de 55+er

Positief Ouder Worden markt

GEZONDHEID

VRIJE TIJD

WELZIJN & ONTWIKKELING

WONEN

de Bibliotheek  
FlevoMeer

Velo Bibliotheek Lelystad op   [www.flevomeerbibliotheek.nl](http://www.flevomeerbibliotheek.nl)

stand het beste uit jezelf en elkaar

Positief Ouder Worden markt

Alles voor de 55+er

GRATIS TOEGANG

Kom naar de Positief Ouder Worden markt!  
FlevoMeer Bibliotheek Lelystad  
9 november van 11.00-15.00 uur  
Voor alles omtrent Positief Ouder Worden.

de Bibliotheek  
FlevoMeer

Velo Bibliotheek Lelystad op   [www.flevomeerbibliotheek.nl](http://www.flevomeerbibliotheek.nl)

stand het beste uit jezelf en elkaar

## Gezocht bezorger



Voor de wijk Kamp met Wold zoeken wij **met spoed** een bezorger voor het blad 'Ons' met het Bulletin.  
Informatie bij Koos de Groot tel 0320 - 25 08 77.



## Onze ledenadministratie



Zorg ervoor dat uw gegevens in onze KBO-ledenadministratie correct zijn. Het komt regelmatig voor dat wij leden niet kunnen bereiken omdat het telefoonnummer veranderd is of er een oud adres in staat.

In januari, na het uit elkaar gaan van de KBO en de PCOB, zijn alle KBO-ledengegevens naar een nieuw systeem overgezet en alle e-mailadressen daarna handmatig ingevoerd. Als u sindsdien geen mail meer ontvangt, geef uw mailadres door aan onze ledenadministratie (Onno Rutte via [orutte@gmail.com](mailto:orutte@gmail.com)) en alle andere wijzigingen via ons secretariaat.

# Woensdag 13 november Petruskerk 14.00 tot 16.00 uur Doe mee met 'Laat je geen h@ck zetten'

## Cybercriminaliteit

Twee op de drie Nederlanders van 15 jaar en ouder ontvingen in 2023 phishing-e-mails of andere berichten van cybercriminelen. Deze vorm van cybercriminaliteit is gericht op het verkrijgen van geld of persoonsgegevens. Oplichters doen zich daarbij voor als 'een betrouwbare bron', zoals een bank of overheidsinstantie.

## Steeds moeilijker te doorzien

Yoanne Spoormans, specialist cybercrime bij de politie, stelt vast dat online oplichting steeds moeilijker te doorzien is. "Online oplichting kan iedereen overkomen. Cybercrime is steeds lastiger te herkennen. Online criminelen maken gebruik van misleidingstechnieken zoals tijdsdruk, of ze doen zich voor als een organisatie", zegt Spoormans.

## Check de afzender

"Zo zie je nu veel nepberichten en e-mails van overheidsinstanties, zoals de gemeente of de Belastingdienst, met een linkje in het bericht. Op deze manier proberen online criminelen gegevens te stelen om toegang te krijgen tot andere accounts, of geld te verdienen door de gegevens door te verkopen. Mijn advies: Check altijd de afzender wanneer je een e-mail of ander bericht ontvangt. Blijf je twifelen? Klik het bericht dan weg."

Inloop vanaf 13.30 met koffie en wat lekkers. Deze **gratis training** wordt afgesloten met een hapje en een drankje. Aanmelden via e-mail naar [veilig@lelystad.nl](mailto:veilig@lelystad.nl) o.v.v. **13 november** en het **aantal personen** of naar [jmgroot1942@gmail.com](mailto:jmgroot1942@gmail.com) of naar [activiteitenkbolelystad@gmail.com](mailto:activiteitenkbolelystad@gmail.com). Zie verder de flyer op pagina 16.

## ORTHO DESIGN

ORTHOPEDISCHE SCHOENTECHNIEK

"de orthopedische  
maatschoenmakerij waar  
u zich thuis voelt"

klant-  
waardering  
**9.4**

**Wij zijn gespecialiseerd in**

steunzolen - sportzolen

orthopedische schoenen

semi-orthopedische schoenen

verbandsschoenen - werkschoenen

voorlopige orthopedische schoenen

orthopedische voorzieningen aan confectieschoenen

Afspraken zijn ook mogelijk in Almere en Zwolle

Kolkweg 20-16 Lelystad 0320-261552 [www.orthodesign.nl](http://www.orthodesign.nl)



# PCOB op donderdag 28 november

## Straat Art in Lelystad

Wist u dat er in Lelystad meer dan 10 muurschilderingen te vinden zijn? Deze murals staan verspreid door het Stadshart en winkelcentrum 't Lelycentre. Tobias Keijzer vertelt over deze murals.

In de **Ontmoetingskerk** Schor 4 van **14.00 tot 16.00** uur.

De zaal is open om 13.30 uur.

Er wordt een vrijwillige bijdrage gevraagd voor koffie/thee.



## Dineren bij Resto van Harte



Op **dinsdag 5 november** is weer het **KBO-diner** bij Resto van Harte.

**Adres: Wijkcentrum Zuiderzee, Waddenlaan 1, Lelystad.**

**Inloop vanaf 17.30 uur, aanvang diner om 18.00 uur**  
**Betaling van € 8 bij binnenkomst, exclusief drankjes.**

U kunt **niet** meer aanmelden voor 5 november.

**Afmelden** als u gereserveerd heeft bij **Michiel de Graaff** uiterlijk **48 uur daarvoor**, anders zijn er kosten voor u.

Natuurlijk kunt u ook zelf op deze of een andere dinsdag reserveren via:

- Tel. **0900 - 900 3030** van maandag - vrijdag van 09.00 - 12.30 uur of
- Mail naar [info@restovanharte.nl](mailto:info@restovanharte.nl) en Lelystad noemen.

## Rijbewijskeuringen in Lelystad

In Lelystad zijn er meerdere medische keuringsorganisaties actief, de prijzen variëren van € 43 tot € 70.

U moet vooraf een afspraak maken.



Buurtcentrum de Brink, Griend 33-07 <a href="http://www.regelzorg.nl">www.regelzorg.nl</a> Telefoon: 088 - 23 23 300	Wijkcentrum Zuiderzee, Waddenlaan 1 <a href="http://www.rijbewijskeuringsarts.nl">www.rijbewijskeuringsarts.nl</a> Telefoon: 085 - 01 80 800
Wijkcentrum De Dulkdalf, Punter 35-27 <a href="http://www.keuringarts.nl">www.keuringarts.nl</a> Telefoon: 085 - 13 09 699	Het Ravelijn 1, Lelystad <a href="http://www.rijbewijsdokter.nl">www.rijbewijsdokter.nl</a> Telefoon: 085 - 20 87 688

Zie ook het **Groene Boekje** op pagina 25 voor de procedure.



## Opbrengst van de actie

De stemcampagne door de leden van Rabobank Flevoland voor onze KBO-afdeling heeft € 219,11 opgebracht. Ons bestedingsdoel is 'Eenzaamheid bestrijding'. Dank aan allen die op ons hebben gestemd.

## Liedjes van de herfst - Toon Hermans

Liedjes van de herfst zijn altijd somber  
zijn gemaakt van okers en van omber  
toch ken ik septembers met een gouden glans  
toch zijn er novembers met een toverdans  
de zon heeft in december mij al zo vaak verrukt  
en dikwijls heb ik rozen uit de sneeuw geplukt  
en daarom schrijf ik in dit kleine lied:  
niet wachten op de lente want dan komt ze niet.



### Plus Postma

**Botter 44 31  
8243 JE Lelystad  
Tel. 0320 - 251849**

**Openingtijden:  
ma t/m za:  
07.30 - 21.00  
zondag:  
09.00 - 21.00**

**gratis parkeren.**



Bij PLUS kun je boodschappen online bestellen. Dat is al handig. Maar helemaal handig is PLUS Express: daarmee heb je alles 2 uur later al in huis. Want de boodschappen worden bezorgd door je eigen PLUS.

Dus ben je iets vergeten of blijft iedereen toch ineens eten? Bestel alles wat je nodig hebt online en kies voor PLUS Express.

Kijk in de PLUS app of op [plus.nl](https://plus.nl).



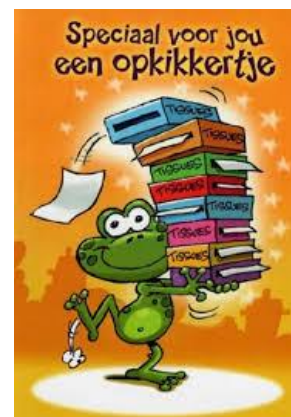
# Nieuws uit de afdeling

## Lief en leed "Omzien naar elkaar"



### Onze zieken

Wij wensen al onze zieken, ook zij die tijdelijk bijv. in Laarstaete revalideren, sterkte en een spoedig herstel.



### Onze overledenen

Op 28 september is mevrouw A.M.A. van der Werf - Borgman overleden op de leeftijd van 85 jaar.

Op 26 oktober is mevrouw E.F. Visser - Laagkemper overleden op de leeftijd van 80 jaar.

**MOGE ZIJ RUSTEN IN VREDE**

## Nieuwe leden

Wij verwelkomen:

- mevrouw Huijg,
- mevrouw van Hulst
- mevrouw de Vries

als nieuwe leden in ons midden en snel tot ziens bij een van onze bijeenkomsten.

Hortelijk  
Welkom!



**Gedicht, door kunstmatige intelligentie (AI) vervaardigd**

De wind waait guur, de blaadjes vallen neer,  
De dagen korter, 't einde van het jaar is weer.  
Een gouden gloed kleurt boom en struik,  
Maar kilte treedt in, grijpt met sterke vuist.  
Ouderen voelen kou steeds meer,  
Hun botten kraken, spieren worden teer.  
Laten we zorgen voor warmte en geborgenheid,  
Een helpende hand, een luisterend oor met bereidwilligheid.  
Samen wandelen door het herfstbos, fijn,  
Genieten van de kleuren, even geen pijn.  
Een warme drank, een goed gesprek,  
Gezelligheid die hun harten streelt, hun eenzaamheid bedekt.



**Wilko Knol**  
06-201 53 168



**Baukjen Anema**  
06- 222 24 071

✉ [info@nbzf.nl](mailto:info@nbzf.nl)  
🌐 [www.nbzf.nl](http://www.nbzf.nl)

**Voor begeleiding bij het opstellen van:**

Levenstestament

Testament

**Voor het inzetten als:**

Levensexecuteur

Executeur / Vereffenaar

Nalatenschap afhandeling

Toezichthouder

voor nu en later!

## Input van KBO-seniorenverenigingen voor Begrotingsbehandeling VWS

Geacht Kamerlid,

Deze week staat de plenaire behandeling van de VWS-begroting op de agenda. Het netwerk van zelfstandige provinciale KBO's met ruim 250.000 leden, vraagt uw aandacht voor de zorg en ondersteuning van ouderen.

Voor veel ouderen is het vinden van passende zorg en geschikte huisvesting geen eenvoudige opgave. Velen vinden zorg of vinden geen geschikte woonruimte, vaak omdat deze financieel onbereikbaar is of vanwege lange wachtlijsten en bureaucratische obstakels. Wij zien dat de ongelijkheid toeneemt, met grotere gezondheidsverschillen en een diepere kloof tussen wie toegang heeft tot zorg en huisvesting, en wie niet. Toegang tot zorg en huisvesting mag niet afhankelijk zijn van de woonplaats of zorgverzekeraar. Daarom doen wij een dringende oproep om de bezuinigingen op zorg en preventie, evenals de complexiteit binnen de zorg, te stoppen.

### Investeren in plaats van bezuinigen

We zijn blij dat er dekking is gevonden om de bezuiniging van € 615 miljoen op de langdurige ouderenzorg in 2025 terug te draaien. Echter, voor 2026 is het onzeker of de bezuinigingen worden afgewend. Het budget voor de langdurige zorg wordt pas in 2027 verhoogd met € 600 miljoen, terwijl de noden dringend zijn. De Wlz-zorg thuis is ondermaats (IGJ, juli 2024) en de wachtlijsten voor intramurale zorg blijven schrikbarend hoog.

**Verzoek:** Wilt u de minister verzoeken om te investeren in plaats van te bezuinigen op de langdurige ouderenzorg (Wlz-zorg thuis, geclusterd, gespikkeld en intramuraal) en om extra verpleeghuisplaatsen te creëren?

### Maak langer thuis wonen voor ouderen mogelijk met integrale oplossingen

De toekomst van de zorg is thuis, maar wij maken ons zorgen over de randvoorwaarden. Deze zijn wat ons betreft nog onvoldoende ingevuld. Terwijl er veel aandacht is voor technologische oplossingen zoals AI, worden eenvoudige hulpmiddelen zoals een spoel-föhntoilet vaak niet verstrekt. Deze Wmo hulpmiddelen ontlasten de wijkverpleging en -verzorging. Veel ouderen krijgen onvoldoende hulp bij hun persoonlijke verzorging, wat leidt tot schaamte om de deur uit te gaan en onder de mensen te komen met alle gevolgen van dien.

**Verzoek:** Wilt u de staatssecretaris verzoeken om de uitvoering van de Wmo te verbeteren en de menselijke maat terug te brengen in het sociaal domein, zodat de ondersteuningsvragen van ouderen serieus genomen worden.

**Verzoek:** Wij voeren het project Senioren zelf aan zet. Praat vandaag over morgen om de samenredzaamheid en het voorbereiden op het ouder worden te stimuleren. Wilt u de minister verzoeken om continuering en uitbreiding van ons project.

### Erken, betrek en versterk vrijwilligersverenigingen voor ouderen

Lokale KBO-verenigingen werken volgens het peer-principe: ouderen helpen andere ouderen. Vrijwilligers vervullen een cruciale rol, maar hun werk wordt steeds vaker verdrongen door formele zorgverleners. Dit leidt tot overlap en een gebrek aan samenwerking tussen formele en informele zorg.

**Verzoek:** Wilt u ervoor pleiten dat ouderenverenigingen en burgerinitiatieven meer ruimte krijgen, en dat er een gelijkwaardige samenwerking komt tussen formele en informele zorg?



### Obstakels in de valpreventieketen

Valpreventie is kosteneffectief en kan veel leed voorkomen, maar ondanks goede intenties behalen veel gemeenten hun doelen niet. Valpreventie voor ouderen met een hoog risico wordt sinds 2024 vergoed vanuit de basisverzekering, maar huisartsen zien het niet als hun taak om een valrisicobeoordeling uit te voeren. 65-Plusers met een hoog valrisico krijgen de erkende valpreventieve beweeginterventie daarom niet aangeboden.

**Verzoek:** Wij vragen u om de staatssecretaris op te roepen obstakels in de valpreventieketen weg te nemen.

### Rijksvaccinatieprogramma voor senioren

Vaccinaties zijn een krachtig preventiemiddel. Senioren Netwerk Nederland pleit voor het opnemen van het gordelroosvaccin in een Rijksvaccinatieprogramma voor 60-plussers, net zoals het griep- en pneumokokkenvaccin.

**Verzoek:** Wilt u de staatssecretaris vragen om een Rijksvaccinatieprogramma voor ouderen te ontwikkelen?

### Gezondheidszorg voor 60-plussers: consultatiebureaus

Consultatiebureaus voor ouderen, zoals bepleit in de motie-Tielen, kunnen helpen bij periodiek screenen van de gezondheid van 60-plussers en vaccinaties aanbieden. Dit kan de eerstelijnszorg ontlasten.

**Verzoek:** Wilt u pleiten voor structurele inbedding van preventieve gezondheidszorg voor ouderen, conform artikel 5a van de Wet publieke gezondheid?

### Vorbereiding op een wettelijke regeling voor Zorg voor Zingeving Thuis

In de laatste levensfase hebben veel ouderen behoefte aan geestelijke zorg. Wij pleiten voor een wettelijke regeling voor geestelijke verzorging thuis, in samenwerking met (vrijwilligers van) ouderenorganisaties.

**Verzoek:** Wilt u ouderenorganisaties betrekken bij de ontwikkeling van een wettelijke regeling voor Zorg voor Zingeving Thuis?

Wij hopen dat u bovenstaande punten meeneemt in het debat over de begrotingsbehandeling van VWS. Wij zijn graag bereid om mee te denken over het hoofdlijnenakkoord ouderenzorg.

Met vriendelijke groet,

Leo Bisschops, voorzitter Senioren Brabant-Zeeland  
Marcel Ballas, voorzitter KBO Limburg  
J.M. de Groot, voorzitter KBO Flevoland  
J. Cornelis, voorzitter KBO Noord-Holland  
H. Pieper, voorzitter KBO Senioren Overijssel  
P. Wijte, voorzitter KBO Utrecht,  
S. Wiersma voorzitter KBO Fryslân  
A. Ruigrok, voorzitter KBO Zuid-Holland  
M. Cuypers, voorzitter KBO Groningen.

# Coronaprik

De vaccinatieronde tegen corona van het najaar van 2024 is van start gegaan. Deze is bedoeld voor mensen vanaf 60 jaar.

En voor zorgmedewerkers en mensen van 18 tot en met 59 jaar die jaarlijks een uitnodiging voor de grieprik krijgen.

Daarmee wordt bij hen de bescherming tegen ziekenhuisopname of overlijden door het virus weer op peil gebracht.

Sinds eind augustus 2024 heeft het RIVM mensen van 60 jaar en ouder per brief uitgenodigd voor de coronaprik. Deze brieven zijn bezorgd tot half oktober.

Heeft u de brief niet ontvangen of bent u hem kwijt? Bel dan met **0800 -7070**

U kunt ook op dit nummer terecht voor het wijzigen van uw datum en tijdstip.

Hou wel uw BSN-nummer bij de hand! Of kijk online op: [www.planjeprik.nl](http://www.planjeprik.nl)



## Basispakket zorgverzekering 2025

### Wat verandert er in het basispakket van de zorgverzekering in 2025?

Per 1 januari 2025 wijzigt het basispakket. De hoogte van het **eigen risico** blijft € 385.

De **eigen bijdrage** voor geneesmiddelen blijft maximaal € 250.

### Uitbreiding basispakket zorgverzekering

In 2025 zijn er 3 wijzigingen in het basispakket:

#### 1. Oefentherapie voor mensen met ernstige reumatoïde artritis vergoed

Wordt u ernstig beperkt in uw dagelijks leven door zware reumatoïde artritis? Dan krijgt u vanaf 2025 oefentherapie vergoed vanuit het basispakket.

Uit onderzoek blijkt dat de therapie goed werkt en daarom krijgt u vanaf de eerste behandeling alle behandelingen vergoed vanuit het basispakket.

De vergoeding geldt alleen voor mensen met ernstig functionele beperkingen.

Voor deze zorg kunt u naar een fysiotherapeut of naar een oefentherapeut.

#### 2. Oefentherapie bij COPD vergoed, zonder maximumaantal behandelingen

Heeft u COPD? Dan krijgt u vanaf 2025 alle behandelingen voor oefentherapie vergoed vanuit het basispakket. Het maakt niet uit hoe erg uw COPD is: u krijgt de oefentherapie vanaf de eerste behandeling vergoed en er is geen maximumaantal behandelingen meer.

Voor deze zorg kunt u naar een fysiotherapeut of naar een oefentherapeut.

Tot en met 2024 geldt er een maximumaantal behandelingen, afhankelijk van de ernst van uw COPD.

#### 3. Revalidatie voor ouderen vaker vergoed

Vanaf 2025 wordt revalidatie voor ouderen (geriatrische revalidatie) vaker vergoed vanuit het basispakket.

Zo vervalt de voorwaarde dat u eerst in een ziekenhuis moet hebben gelegen.

En ook kunt u vanaf 2025 meteen thuis starten met revalideren.

Een specialist ouderengeneeskunde beoordeelt of geriatrische revalidatie de best passende zorg is voor u.

### Korting op uw aanvullende verzekering bij Zilveren Kruis

Rond 12 november ontvangt u via de verzekeraars uw nieuwe polis en voorwaarden voor 2025. Leden van KBO Lelystad kunnen via de collectiviteit van KBO Flevoland bij verzekeraar Zilveren Kruis korting en een extra dekking krijgen.

Zodra deze informatie beschikbaar is, vindt u het terug op onze website in de rubriek 'informatie'. In het volgende bulletin leest u hierover meer.

U heeft tot het eind van het jaar om uw zorgverzekeringen te wijzigen of aan te passen.



## Doe mee met de training 'Laat je geen h@ck zetten'

En bescherm uzelf tegen digitale criminaliteit!

Wilt u leren hoe u een fout e-mailtje of appje herkent? Of doorhebben wanneer iemand met slechte bedoelingen u belt over geldzaken? Meld u dan aan voor de training 'Laat je geen h@ck zetten'. De training is gratis.

 Woensdag 13 november 2024

 Van 14.00 tot 16.00 uur

 De Petruskerk, Botter 39-05, Lelystad

### Programma

13.30 uur Inloop met koffie/thee en wat lekkers

14.00 uur Start programma

- Herkennen van foute e-mails en berichtjes op uw telefoon
- Tips om uw online veiligheid te vergroten
- Omgaan met criminelen die op uw gevoel inspelen of u willen beïnvloeden
- Tips om uw persoonlijke gegevens te beschermen

15.45 uur Vragen stellen en napraten met een hapje en een drankje

Burgemeester Mieke Baltus: "Ik wil graag dat inwoners zich prettig en veilig voelen in Lelystad. Ook online. Daarom bent u van harte welkom bij de training 'Laat je geen H@ck zetten'".

Bescherm uzelf tegen digitale criminaliteit.  
Meld u aan voor de training 'Laat je geen h@ck zetten!  
[veilig@lelystad.nl](mailto:veilig@lelystad.nl)



### Programma

13.30 uur Inloop met koffie/thee en wat lekkers

14.00 uur Start programma

- Herkennen van foute e-mails en berichtjes op uw telefoon
- Tips om uw online veiligheid te vergroten
- Omgaan met criminelen die op uw gevoel inspelen of u willen beïnvloeden
- Tips om uw persoonlijke gegevens te beschermen

15.45 uur Vragen stellen en napraten met een hapje en een drankje

Burgemeester Mieke Baltus: "Ik wil graag dat inwoners zich prettig en veilig voelen in Lelystad. Ook online. Daarom bent u van harte welkom bij de training 'Laat je geen H@ck zetten'".

Bescherm uzelf tegen digitale criminaliteit.  
Meld u aan voor de training 'Laat je geen h@ck zetten!  
[veilig@lelystad.nl](mailto:veilig@lelystad.nl)

