



kbo *Lelystad*

Programma

2024 – 2025

In de digitale versie van het Groene boekje zijn i.v.m de privacy soms telefoonnummers en/of e-mailadressen weggelaten. Leden vinden die terug in de gedrukte versie.

1. KBO Lelystad

Voorwoord	3
Bestuur	4
KBO- en PCOB-activiteiten 2024 - 2025	5
De SOOS op maandagmiddag	7
Lief en Leed	8
Bezorging Bulletin en <i>ONS magazine voor senioren</i>	10

2. Organisaties in Lelystad

Digitale ondersteuning	10
Hulpmiddelen uitleenpunten	11
Humanitas afdeling Lelystad-Dronten	13
Kluswinkel: Kleine klussen in en om het huis	13
<i>Advertentie</i>	14
Het Kennisplein in de Bibliotheek Lelystad	15
Luisterlijn	16
Maatschappelijke Dienstverlening Flevoland (MDF)	16
OSOL	17
Seniorenpastoraat	17
Resto van Harte	18
Vervoer van senioren	19
Voorkom bankfraude	22
Welzijn Lelystad	23
Wijkcentra	23
Wijkteams	24

3. Ook interessant?

KBO-voordeel	25
Rijbewijskeuring	25
Telefoonnummers die belangrijk zijn	26

Gegevens zijn bijgewerkt tot september 2024. Kijk voor de actuele gegevens ook op onze website of in het Bulletin.

Druk: MEO Alkmaar

1. KBO Lelystad

Voorwoord



Beste leden van de KBO-afdeling Lelystad.

We hebben weer een mooi seizoen achter de rug en staan nu voor nieuwe uitdagingen.

Het afgelopen jaar hebben we er alles aan aangedaan om toekomst te geven aan onze afdeling. Ook hebben we samen met de PCOB activiteiten georganiseerd die mogelijk werden gemaakt door een gift van De Groene Sluis.

De samenwerking met de PCOB hebben we meer gestalte gegeven doordat de leden elkaars activiteiten konden bezoeken, waar dankbaar gebruik van werd gemaakt.

Wij gaan hier mee door; in dit Groene Boekje vindt u ook de activiteiten van de PCOB en u bent daar van harte welkom.

Ook bestuurlijk overleggen wij om gezamenlijk onze belangen te behartigen. De komende periode staan we voor grote beslissingen. Er is volop beweging om de belangen van de senioren te vertegenwoordigen. Aan de Lelystadse afdelingen van KBO en PCOB zal het niet liggen.

Spannend wordt het ook voor de afdeling, of we de vacatures in het bestuur kunnen invullen met enthousiaste mensen die hun schouders eronder willen zetten. Wij hopen van ganser harte dat dit lukt.

Het mag niet zo zijn dat wij moeten stoppen omdat er geen bestuursleden te vinden zijn.

Tot slot dit Groene Boekje. Wederom is het een fraaie uitgave geworden met veel informatie en wetenswaardigheden. Wij zijn dank verschuldigd aan de samenstellers die hun best hebben gedaan er een overzichtelijk en leesbaar geheel van te maken.

Namens het Bestuur.
Koos de Groot, voorzitter



Bestuur

voorzitter	Koos de Groot	0320 - 25 08 77 jmgroot1942@gmail.com
secretaris	Annemieke Ester	0320 - 22 29 85 annemieke.ester@outlook.com
postadres	KBO Lelystad	Beukenhof 256 8212 EE Lelystad
penningmeester	Juan Dirksz	0320 - 25 86 99 j.dirksz@upcmail.nl
lief en leed	Hanneke Bakker	06 – 50 91 17 77
activiteiten	Piet Groen	0320 - 25 88 60 activiteitenkbolelystad@gmail.com
communicatie	vacature	

Ondersteuning

ledenadministratie	Onno Rutte	orutte@gmail.com
belastingen & toeslagen	Jaap Broskij Gerhard Visschedijk Piet Groen	
webbeheerder	Michiel de Graaff	michiel020@hotmail.com
geestelijk adviseur	Anne-Marie Swater	

Bankrekening

NL86 RABO 0186 7296 18 t.n.v. KBO Lelystad
Het lidmaatschap voor 2024 is € 30,00 per lid

Website

www.kbo-flevoland.nl/lelystad

September 2024		
18	Naar het Mechanisch Erfgoed Centrum in Dronten.	KBO
26	Jaap Bakker: Wandeling door de geschiedenis van Urk.	PCOB
Oktober 2024		
5	Dag van de Ouderen in Stadhuis Lelystad van 10.00 – 15.00 uur. Deze dag wordt altijd feestelijk gevierd met muziek, workshops en veel gezelligheid.	OSOL
16	De wereld van Rien Poortvliet door Walter Lodewijk.	KBO
30	Ontmoetingsdag. Eucharistieviering met lunch.	KBO
31	Jan Klein, kapitein op containerschepen vertelt over zijn belevenissen.	PCOB
November 2024		
13	Digitale weerbaarheidstraining 'Laat je geen H@ck zetten'.	KBO en PCOB
28	Street Art in Lelystad door Tobias Keijzer.	PCOB
December 2024		
4	ALV begroting 2025 en aansluitend bingo.	KBO
11	Kerstdiner in De Hoven.	KBO
12	Kerstviering in de Ontmoetingskerk.	PCOB
18	Kerstmiddag in de Petruskerk met kerstverhaal en muziek.	KBO

En natuurlijk elke maandag **SOOSmiddag**.

KBO-bijeenkomsten zijn op **woensdag** in de Petruskerk, Botter 39-05 van **14.00 tot 16.00 uur** tenzij anders aangegeven. Meestal wordt er een bijdrage gevraagd voor 2x koffie/thee, zaalhuur en een presentje voor de spreker.

PCOB-bijeenkomsten zijn op **donderdag** in de Ontmoetingskerk, Schor 4, van **14.00 tot 16.00 uur**. De zaal is open om 13.30 uur. Toegang is gratis, er wordt een vrijwillige bijdrage voor koffie/thee gevraagd.

Januari 2025		
8	Nieuwjaarsreceptie.	KBO
15	Zin in ouder worden!	KBO en PCOB
30	Tanja Viveen over rouw en trouw.	PCOB
Februari 2025		
12	Filmmiddag in de kerk.	KBO
27	Jaarvergadering.	PCOB
Maart 2025		
12	ALV verantwoording 2024 en aansluitend bingo.	KBO
27	Huib Neven over de Staties rondom Pasen	PCOB
April 2025		
9	Naar het Oorlogsmuseum in Medemblik.	KBO
24	Stichting Veteranen Search Team.	PCOB
26	Koningsdag-viering in de kerk met oranjegebak, oranjebitter en lunch op zaterdag.	KBO
Mei 2025		
14	Nog in te vullen.	KBO
22	“Wie het weet mag het zeggen” door Walter Lodewijk.	PCOB
Juni 2025		
18	Dagtocht.	KBO
En natuurlijk elke maandag SOOSmiddag.		

KBO-bijeenkomsten zijn op **woensdag** in de Petruskerk, Botter 39-05 van **14.00 tot 16.00 uur** tenzij anders aangegeven. Meestal wordt er een bijdrage gevraagd voor 2x koffie/thee, zaalhuur en een presentje voor de spreker.

PCOB-bijeenkomsten zijn op **donderdag** in de Ontmoetingskerk, Schor 4, van **14.00 tot 16.00 uur**. De zaal is open om 13.30 uur. Toegang is gratis, er wordt een vrijwillige bijdrage voor koffie/thee gevraagd.

De SOOS op maandagmiddag



Op maandagmiddag bent u welkom in de Petruskerk voor het leggen van een kaartje, een spelletje of een leuk gesprek. Uiteraard is er dan ook een kopje koffie/thee met wat lekkers.

Misschien een leuk idee om eens langs te komen en te ervaren hoe leuk het kan zijn bij de SOOS. Neem gerust een introduc e mee. Het is een prima gelegenheid om mensen te ontmoeten en contacten te leggen met anderen.

De SOOS is open vanaf 13.30 uur en sluit om 16.30 uur.

Deelnemers aan klaverjassen betalen   3,00 en de anderen   1,50 voor koffie/thee met wat lekkers.

Onze SOOSmedewerkers ontvangen u graag.





De contactpersonen van ‘Lief en Leed’ zijn er voor onze leden bij bijzondere gebeurtenissen, bij eenzaamheid, bij ziekte en na overlijden van een dierbare.

Hanneke Bakker coördineert Lief en Leed

Tel. 06 - 50 91 17 77

Wijk 01 Tjalk

Fileke Stavast

Wijk 02 Galjoen, Jol, Punter, Saerdam

Hanneke Bakker

Wijk 03 Hanzeborg omgeving en Schouw

Mia Heyne

Wijk 04 Botter

Myra Swarte

Wijk 05 Ravelijn, Grietenij, De Doelen

Bep Dinkgreve

Wijk 06 Kempenaar, Kogge

Anna Scarfo

Wijk 07 Schoener, Noordersluis

Ina Vallenduuk

Wijk 08 Lelystad-Haven

André van Baalen

Wijk 09 Landstreken-West, Warande

Hanneke Bakker

**Wijk 10 Lelystad-Centrum, de Schans,
de Veste**

Riet Groen

Wijk 11 Buitenplaats, Delta, Oostkaap

Annemarie Duistermaat

Wijk 12 Duinvoet, Parkhaven

Sippie Schokker

Wijk 13 Wijngaard

Mia Heyne

Wijk 14 Griend, Horst

Annemieke Ester

Wijk 15 Landerijen, Waterwijk

Sjoukje Meijerink

Wijk 16 Lelycentre, omgeving: Bovenover, Langevelderslag, Plaats, Rode Klif, Stadspark

Riet Groen

Wijk 17 Marktstraat, Waterwijzer, Parkzijde

Maria Zlota

Wijk 18 Karveel

Annemieke Ester

Wijk 19 Archipel, Oostrandpark, Rozengaard, Beukenhof, Vennendal

Vacature

Wijk 20 Jagersveld, Zuiderzeewijk

Etha Suripatty

Wijk 21 Atolwijk Oost, Laarhof

Vacature

Wijk 22 Gondel

Lia Admiraal

Wijk 23 Landstrekenwijk-Oost

Bep Dinkgreve

Wijk 24 Atolwijk West

Anna Scarfo

Wijk 25 Kamp, Wold

Annemieke Ester

Wijk 26 Boeier

Hennie Kater

Wijk 27 Golfpark

Riet Zuidberg

Neem contact op met uw contactpersoon als u vragen heeft of als u zich eenzaam voelt. Zij zijn hiervoor, doen dit graag en kunnen u helpen of verwijzen u door.



Bezorging Bulletin en *ONS magazine voor senioren*



Koos de Groot is (tijdelijk) het aanspreekpunt voor de bezorging.



Telefoon 0320 - 25 08 77

2. Organisaties in Lelystad

Digitale hulp

Gratis Digitale Ondersteuning (GDO)

ComputerInloop Atolplaza
Spreekuur voor digitale vragen

 **seniorweb**
Lelystad

de Bibliotheek 
FlevoMeer

Veel zaken zijn alleen nog digitaal te regelen. Als u denkt het te snappen, is er weer wat anders bij bedacht. Vooruitgang heet dat en we moeten mee, of je wil of niet.

Als u vragen heeft over uw apparatuur of de apps (dat zijn vaak wat gemakkelijke en duidelijke programma's) dan kunt u in Lelystad nu op **2 locaties van SeniorWeb** terecht.

De ComputerInloop in Atolplaza, Schor 1, op maandag van 10:00 -12:00 uur en op donderdag van 13:30 – 15:30 uur.

Gratis inloop zonder afspraak voor alle vragen die u heeft. En dat mag best iets anders zijn dan over de PC of Smartphone.

FlevoMeer Bibliotheek Lelystad, De Promesse 4 gratis inloop op dinsdag van 10:00 - 12:00 uur. Tijdens DigiCafé XXL kunt u met alle vragen bij ons terecht over apparatuur en programma's.

Voor de juiste dagen en tijden, kijk ook op de website van SeniorWeb en zoek bij Lelystad om de Inloop van Atolplaza en de Bibliotheek te raadplegen. Of kijk op www.seniorweb.nl/lelystad

Hulpmiddelen uitleenpunten



Als u ouder wordt of een ziekte of beperking heeft, gaan dagelijkse handelingen niet altijd meer vanzelf.

Gelukkig zijn er honderden hulpmiddelen die u kunnen helpen. Maar om iets te kiezen dat bij u past, heeft u eerlijke informatie nodig, onafhankelijk en betrouwbaar.

Op de website www.hulpmiddelenwijzer.nl worden meer dan 500 hulpmiddelen op overzichtelijke wijze gepresenteerd. U wordt verteld wat het is, waarvoor u het kunt gebruiken, hoe het zit met vergoedingen en welke varianten er zijn. Voor sommige hulpmiddelen worden praktische keuzehulpen aangeboden!

Tijdelijk gebruik hulpmiddelen

Voor een tijdelijk hulpmiddel dat nodig is bij revalidatie thuis, na herstel van een operatie of bij verpleging aan huis kunt u terecht bij een Thuiszorgwinkel.

Zorgverzekeraars hebben een pakket vastgesteld van uitleen van hulpmiddelen die gratis gebruikt kunnen worden voor maximaal 26 weken.

Het gaat om o.a. een rolstoel, toiletstoel, douchekruk of -stoel, bedverhoger, rugsteun, dekenboog, ondersteek, toiletverhoger, drempelhulpen en trippelstoel. Loophulpmiddelen voor tijdelijk gebruik worden meestal niet door de zorgverzekeraar vergoed, maar kunnen worden gehuurd.

In onze regio zijn drie leveranciers werkzaam die met alle verzekeraars samenwerken:

Medipoint (www.medipoint.nl)

De klantenservice is bereiken via **088 – 10 20 100**

Adressen uitleenpunten

- Medipoint, Palmopolstraat 55, Almere.
- Medipoint, Wethouder Jansenlaan 92-94, Harderwijk.

Vegro (www.vegro.nl)

De klantenservice is 7 dagen per week, 24 uur per dag bereikbaar.
Bel gratis **0800 – 288 77 66** (vanuit het buitenland **0252 – 43 03 00**)
Adres uitleenpunt: Vegro zorgwinkel, Hospitaalweg 1, Almere.

Kersten Hulpmiddelen

De klantenservice is bereiken via **088 – 000 94 88**
Adres uitleenpunt: Maxvitaal, Traktieweg 12, Emmeloord.

Loophulpmiddelen

Eenvoudige loophulpmiddelen, zoals rollators, krukken en looprekken, die te maken hebben met het ouder worden, zitten **niet** in het basispakket van de zorgverzekering.

U kunt deze hulpmiddelen zelf kopen of huren. Bijvoorbeeld bij een thuiszorgwinkel. Het is ook mogelijk dat uw zorgverzekeraar deze hulpmiddelen heeft opgenomen in een aanvullende verzekering. Vraag dit na bij uw zorgverzekeraar.

Complexere loophulpmiddelen (bijvoorbeeld een trippelstoel) of die te maken hebben met een ziekte (bijvoorbeeld een Parkinson-rollator) worden soms door de zorgverzekeraar vergoed vanuit de basisverzekering en soms vanuit de Wmo via de gemeente. Raadpleeg daarom altijd goed het vergoedingenoverzicht van uw zorgverzekeraar.





De afdeling Lelystad-Dronten is er voor mensen die samen met een vrijwilliger op eigen kracht iets willen veranderen aan hun situatie. Jaarlijks bieden onze ruim 145 goed geschoolde vrijwilligers hulp aan meer dan 250 deelnemers.

Wij werken binnen vier thema's:

1. eenzaamheid
2. rouw & verlies
3. thuisadministratie
4. opvoeden en opgroeien.

Adres: Humanitas Lelystad-Dronten
Schans 18 02
8231 KA Lelystad

E-mail lelystad-dronten@humanitas.nl

Voor informatie www.humanitas.nl/afdeling/lelystad-dronten

Kluswinkel: Kleine klussen in en om het huis

De Kluswinkel is gevestigd aan de Rode Klif 209
8223 CK Lelystad.

U kunt bellen tel. **0320 - 23 18 21** of mailen naar

klantenservice@kluswinkel-lelystad.nl



Bij de kluswinkel kunt u informeren welke klussen zij doen en wat de tarieven zijn om gereedschap te huren.

Voor huurders van Centrada gelden speciale regelingen.

Kijk ook eens op hun website www.kluswinkel-lelystad.nl

Ortho Design



Orthopedische maatschoenmakerij

“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

Kennisplein Lelystad

Hulp nodig bij dagelijkse zaken?
Wil je iets leren of oefenen? Kom
naar het Kennisplein. Wij helpen
je graag verder.

Heb je een vraag, bijvoorbeeld
over geldzaken? Of over het
openbaar vervoer? Wil je leren
hoe je een digitale aanvraag
doet? Of wil je iets anders zelf
kunnen doen?

Kom naar het Kennisplein in de
bibliotheek.

Op het Kennisplein kun je kennis halen. Je krijgt hulp bij je vraag.
Maar je kunt er ook leren en oefenen. Het is bovendien gratis.
Je hoeft geen afspraak te maken.

Op het Kennisplein vind je onder andere:

- Het OV-spreekuur
- Hulp bij digitale overheidsdiensten
- Hulp bij financiële en juridische vragen
- Nederlandse taal (beter) leren
- Het oefenplein om zelf of onder begeleiding te oefenen met de online oefenprogramma's van de bibliotheek.

Wanneer iedere dinsdag van 10.00 tot 12.00 uur en
iedere donderdag van 13.00 tot 16.00 uur.

Waar Tweede verdieping Bibliotheek Lelystad





de luisterlijn

wij geven gehoor

Bellen met deze telefonische hulpdienst kan anoniem, dag en nacht, alle dagen van de week, het hele jaar door want praten lucht op. Wanneer u pijn hebt of ergens over piekert; op de momenten dat u zich alleen voelt of juist blij.

Belt u liever lokaal? Tel. 0320 - 310 310

Dag en nacht een luisterend oor tel. 088 - 0767 000

Maatschappelijke Dienstverlening Flevoland



MDF
Maatschappelijke
Dienstverlening
Flevoland

MDF helpt u bij het omgaan met en het oplossen van problemen in uw dagelijks leven. Met uzelf of in relatie met anderen. Met geld, schulden en regels of instanties. Met opvoeden en opgroeien van kinderen en pubers.



WWW.MDFLEVOLAND.NL

MDF Meenthoek 10, 8224 BS Lelystad
Postbus 1034, 8200 BA Lelystad

Tel. 0320 - 21 17 00 of E-mail mdf@mdflevoland.nl

Stichting OSOL

Overleg Senioren Organisaties Lelystad

Het OSOL is het overkoepelend orgaan van de gezamenlijke ouderen- en senioren-organisaties in Lelystad.

- Het OSOL neemt initiatieven en zet zich actief in voor de belangen van senioren, georganiseerd en individueel.
- Het OSOL neemt verder deel in adviesraden en voert overleg met het gemeentebestuur en maatschappelijke organisaties over zaken die van invloed zijn op het welzijn en welbevinden van senioren in hun leefomgeving.
- Ook is het OSOL betrokken bij de invulling van de pagina LELYSTADMAKERS in de Flevopost, bij de jaarlijkse Dag van de Ouderen begin oktober en gaan persberichten naar Radio Lelystad en Omroep Flevoland.

Seniorenpastoraat

De werkgroep seniorenpastoraat richt zich op de senioren in onze geloofsgemeenschap en speciaal op de 80-plussers.



Seniorenpastoraat

aandacht | contact | participatie | zingeving

Zij worden bezocht en voor hen wordt 2x per jaar een middag met Eucharistieviering en samenzijn in de Petruskerk georganiseerd. In ieder verzorgingshuis is een contactpersoon die de bewoners daar bezoekt. U kunt contact opnemen met het parochiesecretariaat tel. 0320 - **25 00 10**

Resto van Harte en de club van 100



Hét recept voor een betere buurt

KBO-Lelystad is begunstiger in de club van 100. Dit omdat wij Resto van Harte een warm hart toedragen voor dit geweldige initiatief en omdat wij veel leden hebben die de maaltijd alleen nuttigen en zo gebruik kunnen maken van een gezamenlijke maaltijd.

Resto van Harte biedt alleenstaanden de mogelijkheid om eens in de week van een maaltijd tegen een zeer gereduceerde prijs te genieten. Het gezamenlijk eten kan meer bieden dan met een paar mensen aan tafel te zitten, er kunnen leuke contacten ontstaan om samen dingen te gaan ondernemen.

Resto van Harte bestaat hoofdzakelijk uit vrijwilligers die als hulpkok of gastheer/vrouw hun uiterste best doen om u een gezellige avond te bieden. Geregeld zorgen zij ook voor entertainment of een informatieve bezigheid. Zij kunnen dit uitsluitend aanbieden als er voldoende begunstigers zijn.

Met Resto van Harte hebben wij de afspraak gemaakt dat wij eens per twee maanden 20 plaatsen voor onze leden reserveren die tegen betaling van € 8,00 (prijspeil 2024, exclusief drankjes) van een 3-gangen diner kunnen genieten. Wij zijn verplicht deze 20 plaatsen af te nemen.

Wij maken een lijst van leden die eens in de twee maanden gaan dineren. Voor het verenigingsjaar 2024-2025 zijn de volgende **eerste dinsdagen van de maand** voor ons gereserveerd in **september, november, januari, maart, mei en juli**. Zie verder in de Bulletins.

Resto van Harte Wijkcentrum Zuiderzee, Waddenlaan 1, Lelystad. Inloop vanaf 17.30 uur en betaling bij binnenkomst.

Aanmelden voor de 20 vaste plaatsen via onze KBO-website of bij **Michiel de Graaff**

Natuurlijk kunt u ook zelf een andere dinsdag reserveren via

- Tel. **0900 - 900 3030** van maandag - vrijdag van 09.00 - 12.30 uur, of
- Mail naar info@restovanharte.nl en Lelystad noemen.

Vervoer van senioren

Korting voor 65+ bij bus, tram en metro



Bent u ouder dan 65 en reist u met een persoonlijke (dus geen anonieme) OV-chipkaart op saldo?

Dan reist u altijd met een korting van 34% (dit geldt niet voor de NS!). Deze korting wordt automatisch verrekend als u in- en uitcheckt tijdens uw reis.

Deze korting gaat in vanaf de dag dat u 65 bent geworden. Zie ook

9292.nl/nieuws/voordeel/senioren-korting-ov en

kbo-flevoland.nl/lelystad/vervoer_van_senioren.html

Vervoersdienst ANWB Automaatje

Bent u zelf minder mobiel en voor vervoer afhankelijk van anderen? Moet u daardoor te veel thuisblijven? Met ANWB AutoMaatje kom u weer onder de mensen!

ANWB AutoMaatje is een vervoerservice waarbij vrijwillige chauffeurs minder mobiele plaatsgenoten vervoeren. De chauffeurs gebruiken daarvoor hun eigen auto. U betaalt alleen een kleine onkostenvergoeding per kilometer aan de vrijwillige chauffeur.

Gezien de uitzonderlijke situatie rondom de prijzen van brandstof is deze onkostenvergoeding verhoogd naar € 0,35 per kilometer.

Voor meer informatie kunt u bellen met Welzijn Lelystad tel. **0320 - 70 71 59** of mailen naar automaatje@welzijnlelystad.nl

Regiotaxi Flevoland

In de provincie Flevoland is er aanvullend vervoer in de vorm van de Regiotaxi Flevoland. Met de Regiotaxi Flevoland kunt u een reis maken van maximaal 25 kilometer.

In Lelystad is Regiotaxi Flevoland alleen beschikbaar voor reizigers met een indicatie volgens de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Deze reizigers kunnen met een vervoerspas tegen een lager tarief gebruikmaken van Regiotaxi Flevoland. Met ingang van 1 januari 2021 is dit tarief binnen de van toepassing zijnde grens gesteld op € 2,50 per rit per pashouder. Partners van pashouders en hun inwonende kinderen tot 12 jaar mogen, net als voorheen, voor het gereduceerde tarief mee. De overige regels voor het reizen met de Regiotaxi Flevoland zijn ongewijzigd.

Voor het aanvragen van de *Wmo-pas* kunt u terecht bij één van de vier sociale wijkteam die spreekuren houden op acht locaties.

Zie voor alle info over de sociale wijkteams

www.welzijnlelystad.nl/ik-zoek-hulp/volwassenen/sociaal-wijkteam

Of gebruik deze QR-code met uw telefoon.



Klik voor alle informatie en voorwaarden van de regiotaxi op

www.lelystad.nl/4/Regiotaxi-Flevoland.html

Vervoersdienst De Opstap

Niet iedereen kan beschikken over eigen vervoer. De Opstap biedt daarvoor een oplossing. Wil je ergens naar toe maar heb je zelf geen vervoer? Neem dan contact op. De Opstap is beschikbaar van maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur.

Kijk voor Vervoersdienst De Opstap op

www.welzijnlelystad.nl/ik-zoek-hulp/volwassenen/vervoersdienst-de-opstap

Valys, bovenregionaal vervoer

Als u moeilijk loopt, in een rolstoel zit of een andere handicap hebt is zelfstandig reizen met het openbaar vervoer niet altijd mogelijk. Voor **korte afstanden** is er de Regiotaxi Flevoland.

Als u **verder wilt reizen**, is er Valys. Met Valys krijgt u voor een aantrekkelijk tarief taxivervoer dat u naar uw bestemming brengt binnen Nederland. Het reizen met Valys valt **niet** onder de gemeentelijke Wmo, maar wordt door de Rijksoverheid geregeld.

Als Valys pashouder hebt u recht op een standaard kilometerbudget van 700 kilometer per jaar. Indien u een zeer ernstige mobiliteitsbeperking hebt en geen gebruik kunt maken van het openbaar vervoer en ook geen andere reismogelijkheden heeft, kunt u mogelijk in aanmerking komen voor een hoog persoonlijk kilometerbudget van 2.350 kilometer per jaar. U mag één begeleider gratis meenemen.

Voorwaarden voor de Valys

Valys beoordeelt of u in aanmerking komt voor een **Valyspas**. U komt over het algemeen in aanmerking als u in het bezit bent van één van de volgende documenten:

- Besluit van de gemeente dat u recht heeft op vervoer met de Regiotaxi Flevoland Wmo-vervoer.
- Besluit van de gemeente dat u recht heeft op een Wmo-rolstoel of -scootmobiel.
- Gehandicaptenparkeerkaart van de gemeente.
- OV-begeleiderskaart.

Mocht het besluit niet meer in uw bezit zijn, neemt u dan contact met de gemeente.

Valyspas aanvragen



Via internet www.valys.nl of telefonisch 0900 - 96 30

Ga voor alle voorwaarden, informatie en de tarieven naar de volgende link www.lelystad.nl/4/Valys,-bovenregionaal-vervoer.html (let op de komma in het webadres) en www.valys.nl.

Vergoeding van reiskosten naar uw zorgverlener door uw verzekeraar in specifieke situaties.

In sommige gevallen worden de kosten van het reizen naar een zorgverlener vergoed door uw zorgverzekeraar. Hiervoor gelden strenge voorwaarden.

Zie de betreffende pagina's van de vier grootste zorgverzekeraars:

www.zilverenkruis.nl/consumenten/vergoedingen/reiskosten

www.cz.nl/vergoedingen/vervoer

www.vgz.nl/vergoedingen/vervoer

www.menzis.nl/zorg-en-vergoedingen/ziekenvervoer

Voorkom bankfraude om zorgeloos te bankieren

Volg altijd deze 5 veiligheidsregels

- 1 Houd uw beveiligingscodes en pincodes geheim.
- 2 Zorg ervoor dat uw betaalpas nooit door een ander wordt gebruikt.
- 3 Beveilig de apparatuur die u gebruikt voor uw bankzaken (gebruik de meest actuele versie van het besturingssysteem en browser en vergeet niet om uit te loggen).
- 4 Controleer regelmatig uw bankrekening(en).
- 5 Meld incidenten direct bij de bank en volg de aanwijzingen van de bank op.

Hoe gaan oplichters te werk?



Ze bellen namens een bank, politie of bekende instantie



Het telefoonnummer lijkt vaak te kloppen



Ze maken je bang: 'Je BSN-nummer wordt misbruikt', 'Er loopt een arrestatiebevel tegen je' of een andere smoes



Uw bank vraagt u **nooit** om:

Uw beveiligingscodes

Uw pincode

Uw betaalpas op te sturen, of bij u thuis op te komen halen.

Geld over te boeken.

Via een link in een e-mail of sms direct in te loggen op Internet Bankieren of de app van de bank.



Voor meer tips, kijk o.a. op www.politie.nl/onderwerpen/cybercrime.html

Welzijn Lelystad



In verschillende buurthuizen is er een verscheidenheid aan activiteiten, cursussen, workshops en sporten voor 50-plussers.

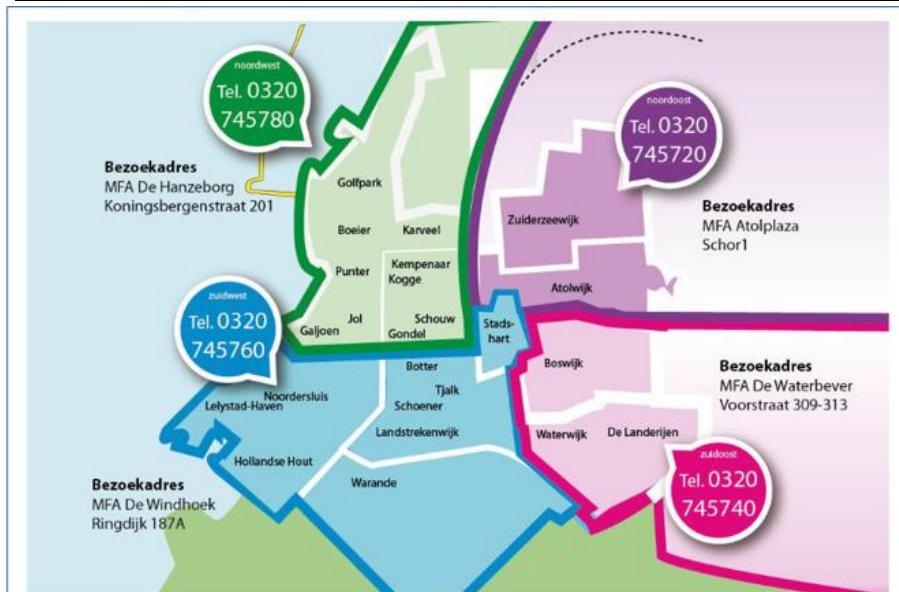
Belangrijke zaken voor ouderen die Welzijn Lelystad behartigt zijn o.a.:

- buurtbemiddeling
- op diverse locaties zijn er buurtkamers waar men elkaar kan ontmoeten
- het organiseren van buurtwerk
- het regelen van huisbezoeken
- het zorgen voor vrijwilligers die als maatje fungeren
- de organisatie voor vervoer De Opstap en ANWB Automaatje.

Veel folders liggen klaar op het kantoor van Welzijn, de Schans 19-09 en bij de wijkcentra.

Voor informatie kunt u ook bellen naar 0320 - 70 71 59 of e-mail naar klantenservice@welzijnlelystad.nl

Wijkcentra



Wijkteams

Sociaal wijkteam

De plek waar je als inwoner terecht kunt met vragen op het gebied van ondersteuning, dagbesteding, leefbaarheid, veiligheid, cursusaanbod, activiteiten en ontmoeten.

Wijkspreekuur

Aanwezig zijn de wijkagent, handhaving, bewonersconsulent Centrada en gemeente Lelystad, welzijnscoach Welzijn Lelystad en generalisten van het Sociaal wijkteam.

Spreekuren en locaties

Sociaal wijkteam NW tel. 0320 - 74 57 80

Hanzeborg, Koningsbergenstraat 201 op dinsdag van 13.00 tot 14.00 uur.

De Dukdalf, Punter 35 - 27 op woensdag van 13.00 tot 14.00 uur.

Sociaal wijkteam ZW tel. 0320 - 74 57 60

De Windhoek, Ringdijk 187a op maandag van 10.00 tot 11.00 uur.

Centrum, in de bibliotheek, Promesse 4 op dinsdag van 11.00 tot 12.00 uur.

Sociaal wijkteam NO tel. 0320 - 74 57 20

Atolplaza, Schor 1 op donderdag van 10.00 tot 11.00 uur.

Wijkcentrum Zuiderzee, Waddenlaan 1 op donderdag van 13.00 tot 14.00 uur.

Sociaal wijkteam ZO tel. 0320 - 74 57 40

De Waterbever, Voorstraat 313 op dinsdag van 13.30 tot 14.30 uur.

Buurthuis De Brink, Griend 33 - 07 op woensdag van 13.30 tot 14.30 uur.



3. Ook interessant?

KBO voordeel

KBO Flevoland biedt haar leden een zeer complete **collectieve zorgverzekering** aan bij Zilveren Kruis. Het collectiviteitsnummer is 207 088 614.

Deze verzekering is exclusief voor KBO leden en geeft korting op de aanvullende verzekeringen.



Ook kunt u gebruik maken van **ONS energie** speciaal voor KBO leden, spelletjes en puzzels via www.onsmagazine.nl en wekelijkse aanbiedingen in uw mail.

Rijbewijskeuring



Wanneer de geldigheid van uw rijbewijs verloopt **op of na uw 75^{ste}** levensjaar, kunt u uw rijbewijs pas verlengen na een medische keuring. Ook is uw rijbewijs daarna maximaal 5 jaar geldig.

Het gaat dus om de vraag:

Op welke datum verloopt uw rijbewijs en hoe oud bent u dan?

In het Bulletin staan de keuringsorganisaties die in Lelystad actief zijn.

DE PROCEDURE IN HET KORT

Begin op tijd: Minstens 4 maanden voordat uw rijbewijs verloopt en minstens 5 maanden als u verwacht dat u langs een specialist moet.

Koop (prijspeil 2024: € 44,50) eerst een **Gezondheidsverklaring**, vul deze in en stuur deze naar het CBR.

Dit kunt u:

- **Online.** Ga naar mijncbr.nl U heeft hiervoor een DigiD en internetbankieren nodig, of
- **Op papier.** Koop de Gezondheidsverklaring bij de gemeente of krijg deze thuisgestuurd na een aanvraag op www.cbr.nl
- U ontvangt een verwijsbrief, een **keuringsverslag** voor de keuringsarts en eventuele hulpformulieren.
- **Verslagen** moeten worden ingevuld door de keuringsarts. Heeft u meerdere formulieren ontvangen? Eén afspraak is voldoende.
- **Rapporten** moeten worden ingevuld door medisch specialisten U maakt een afspraak bij de medici en laat hen de formulieren invullen.

De medisch adviseur van het CBR beoordeelt daarna uw dossier.

U ontvangt vervolgens een reactie van het CBR, dit kan zijn:

- Verklaring van medische rijgeschiktheid, waarmee u uw rijbewijs bij de gemeente kunt verlengen.
- Aanvraag voor aanvullende medische informatie. Het CBR heeft meer informatie nodig van de keuringsarts waar u geweest bent.
- Aanvraag voor een rijtest.

Bij een positieve uitslag vraagt u uw nieuwe rijbewijs aan bij de gemeente.

Op onze KBO Lelystad website staat de uitgebreide procedure.

Telefoonnummers die belangrijk zijn

Gemeente Lelystad tel. 14 - 0320

U krijgt een keuzemenu te horen en kunt u uw keuze maken.

Huisartsenpost Lelystad tel. 0900 - 33 36 333

Op werkdagen van 17.00 uur - 08.00 uur de volgende dag.

In de weekenden als u een arts nodig heeft.

Hulpmiddelen uitleenpunten:

- Medipoint tel. 088 - 10 20 100
- Vegro tel. 0800 - 28 87 766
- Kersten Hulpmiddelen tel. 088 - 00 09 488

IDO Inloophuizen, schuldhulpverlening en maaltijden

- Inloophuis Waterwijk, Oostzeestraat 7-11 tel. 0320 - 25 24 50
- Inloophuis Open Haven, Fjord 135 tel. 0320 - 28 04 00
- Inloophuis De Dukdalf, Punter 35-27 tel. 0320 - 74 57 79

Kluswinkel tel. 0320 - 23 18 21

Luisterlijn tel. 088 - 07 67 000

Maatschappelijke Dienst Flevoland (MDF) tel. 0320 - 21 17 00

Nabestaandenzorg Flevoland

tel. 06 - 20 15 31 68 of 06 - 22 22 40 71

Politie tel. 0900 - 88 44 Dag en nacht voor algemene zaken en meldingen die geen spoed hebben.

Voor spoed en heterdaad belt u 112

Brandweer: Geen spoed, wel brandweer tel. 0900 0904

Resto van Harte tel. 0900 - 900 3030

Seniorenpastoraat tel. 0320 - 25 00 10

Sportbedrijf Lelystad tel. 06 - 12 59 07 33

Welzijn Lelystad tel. 0320 - 70 71 59

Het is verstandig bij uw telefoon een lijstje te hebben met belangrijke telefoonnummers

- denk hierbij aan familieleden, huisarts, apotheek
- verzekeringen met polisnummers
- vrienden en bekenden
-
-

**Kijk voor uitgebreidere en actuele informatie op onze website
www.kbo-flevoland.nl/lelystad**