

# Rondomme



Jaargang 68, september 2020

**INFO-BULLETIN**  
Uitgave van de KBO Stad - Utrecht

## Bestuur

	Functie	Telefoon	
Hans Stahl	Voorzitter	06 165 32 419	
Els Kleintunte	Penningmeester	030 266 05 76	
Mien Leistra	Secretaris	030 697 62 41	(tussen 19-20 uur)
Dick v.d. Horst	Communicatie	030 271 62 93	
Joyce Tjoa	Ledenadministratie	030 251 37 30	
Lilian Renardus	Activiteiten		

Secretariaat	Schorteldoeksesteeg 1 <a href="mailto:secretariaat@kbostadutrecht.nl">secretariaat@kbostadutrecht.nl</a>	3732 HS	De Bilt
Penningmeester	<a href="mailto:penningmeester@kbostadutrecht.nl">penningmeester@kbostadutrecht.nl</a>		
Ledenadministratie	Eduard Verkadelaan 115 <a href="mailto:ledenadministratie@kbostadutrecht.nl">ledenadministratie@kbostadutrecht.nl</a>	3584 GT	Utrecht
Redactie	Merelstraat 8 <a href="mailto:redactie@kbostadutrecht.nl">redactie@kbostadutrecht.nl</a>	3514 CN	Utrecht
Bezorging	Merelstraat 8 <a href="mailto:bezorging@kbostadutrecht.nl">bezorging@kbostadutrecht.nl</a>	3514 CN	Utrecht
Webmaster	<a href="mailto:webmaster@kbostadutrecht.nl">webmaster@kbostadutrecht.nl</a>		

Bankrekening contributie NL06 INGB 0003944417  
t.n.v. KBO Stad-Utrecht

SeniorenReisClub Utrecht en omstreken

Contactpersoon Anita van Basten A. Romerostraat 625  
3573 AT Utrecht

Telefoon 030 296 0093 Email [euau68gw@hetnet.nl](mailto:euau68gw@hetnet.nl)

Bankrekening NL15 INGB 0007539075  
t.n.v. SeniorenReisClub Utrecht e.o.

Kopij oktober 2020 uiterlijk 15 september 2020 inleveren.  
Oplage: 820 stuks

## Inhoudsopgave

1	Contactgegevens	2
2	Inhoudsopgave	3
3	Afscheid en Welkom	4
4	KBO Eucharistieviering	4
5	Van de voorzitter	5
6	De wezenlijke rol van de symboliek in onze kerk	6
7	Ingezonden stuk	7
8	Parkeervergunning voor gehandicapten	8
9	Blijf in contact, met videobellen	10
10	Appeltaartconcert	11
11	Dagtochten SeniorenReisClub Utrecht e.o.	12
12	Vertrek Manon Vanderkaa, directeur KBO-PCOB	13
13	Liefde voor eten en steun voor elkaar in Utrecht	14
14	Criminelen gebruiken spoofing	15
15	Denk aan de mantelzorgers bij mogelijke nieuwe coronagolf	16
16	Meer fietsongelukken met dodelijke afloop onder senioren	17
17	COSBO onderzoek onder 70 plussers	18
18	Inschrijfformulier Dagtochten	21
19	Vertegenwoordiging KBO Stad-Utrecht	22
20	Coördinator belastingservice	22
21	Alarmnummers bij spoed	22
22	WhatsApp gemeente Utrecht	22
23	Juristen- en Pensioentelefoon	22
24	Waarom lid worden en blijven van de KBO Stad-Utrecht?	23
25	Inschrijfformulier lidmaatschap KBO Stad-Utrecht	24

**Voor het actuele nieuws van de KBO stad Utrecht houd de informatie op website in de gaten.**

**[www.kbostadutrecht.nl](http://www.kbostadutrecht.nl)**

## **We hebben afscheid moeten nemen van:**

Mevr. J.T. Klemann-van Gaalen, Mevr. M.C.P. Piël, Mevr. A.A.M. Wiltink,  
Mevr. C.B. van Haastrecht-Terlingen

Dat zij moge rusten in vrede.

## **We heten welkom**

dhr. B. van Laar

**en verwachten u op onze bijeenkomsten te mogen ontmoeten.**



## **KBO Eucharistieviering** Aloysiuskerk

Vrijdag 18 september 2020

**Aanvang: 10:00 uur**

Adriaan van Ostadelaan 2, 3583 AJ Utrecht (**Ingang tussen de kerk en  
Pastoraal Centrum**) Bus 8 (richting Wilhelminapark via Utrecht CS)

**Halte:** Adriaan van Ostadelaan

## **Aansluitend koffie of thee**



Brasserie van Ostade  
Adriaan van Ostadelaan 65  
3583 AB Utrecht

Bij het betreden van de kerk word u verzocht u handen te desinfecteren met de klaarstaande desinfecterende gel.

Van de Voorzitter,

Covid-19 had ons nog steeds in zijn greep maar toch heeft het bestuur besloten om voorzichtige stapje te zetten naar ontmoeting. Hiervoor zal er op vrijdag 18 september een KBO eucharistieviering plaats vinden in de Aloysiuskerk en aansluiting drinken samen een bakje koffie of thee.

In verband met de Coronamaatregelen vanuit het bisdom is dit niet mogelijk om dit te laten plaats vinden in een van de ruimtes in de Aloysiuskerk zoals u gewend na een eucharistieviering.

We zullen deze traditie nu laten plaats vinden in Brasserie van Ostade. We hebben daar plekken gereserveerd waar u volgens de coronaregels onder het genot van een bakje koffie of thee kunt bijpraten.

In deze Rondomme treft een onderzoekje aan van de COSBO stad-Utrecht om inzicht te krijgen hoe senioren om gaan in de tijd van Corona. De resultaten willen we gebruiken om hiervoor aandacht te vragen bij de gemeenteraad en andere zorgpartners in de stad Utrecht. Het onderzoek wil ik bij u graag aanbevelen. Het kost u alleen wat tijd en een envelop.

Voor de dagtochters blijft het wachten om weer in de bus te kunnen stappen. Het zijn niet alleen dagtochten waar u naar mooie locaties wordt gebracht maar juist ook de ontmoeting die velen van u nu moet missen.

Ondanks de inspanning van Anita van Basten om dit mogelijk te maken heeft ze na overleg met Eemland reizen moeten besluiten dat dit op dit moment nog niet mogelijk is. U leest hier meer over in deze uitgave.

Het blijft een ingewikkelde tijd. Wat mag nu wel en wat is verstandig om juist niet te doen. De 1,5 meter of een mondkapje, 1,5 meter en een mondkapje of alleen een mondkapje? Senioren en kwetsbare verplicht thuis laten zitten en jongeren de vrijheid geven?

Voor mij verdienen senioren en kwetsbare mensen net zoveel vrijheid als jongeren. Ook in de tijd waar we ons nu met zijn allen in begeven

Hans Stahl

## De wezenlijke rol van de symboliek in onze kerk

1. Wij kunnen iets beleven dank zij het feit dat woorden of dingen iets in ons oproepen los van het gewone gebruik ervan. Zo is een trouwring niet zomaar een sieraad, maar een teken van huwelijkstrouw aan een bepaalde persoon. Zoals wij ook waarde geven aan bij voorbeeld bloemen. Die drukken dikwijls onze genegenheid voor iemand uit, wanneer wij die op een verjaardag aan iemand geven.
2. Dit symbolisch gebruik van de werkelijkheid is wezenlijk voor wat in de Rooms katholieke kerk in woorden en daden uitgedrukt wordt. Er worden verhalen verteld die niet over de feitelijke ontwikkelingen in de wereld gaan, maar die de betekenis daarvan oproepen door te verwijzen naar een diepere werkelijkheid, die wij God noemen.
3. God kunnen wij niet in Zijn wezen kennen. Maar wij kunnen wel Zijn werking herkennen in wat wij Zijn schepping noemen. De mens wordt in de bijbel dan ook Zijn beeld en gelijkenis genoemd, Zijn partner, waardoor de waardigheid van de mens wordt aangeduid. En God heeft met de mens een verbond gesloten. De roeping van de mens is te spreken en te handelen in naam van God.
4. Jezus is het volmaaktste beeld van God, In naam van God, nodigt Hij ons uit om Hem na te volgen, te worden zoals Hij Zelf. Zijn leerlingen en later de kerk zijn dit na Zijn verrijzenis als goede boodschap gaan verkondigen en gebruikten daarbij ook tekenen, Sacramenten, om mensen daadwerkelijk via deze symbolische handelingen de Geest van Jezus, dus van God, te schenken.
5. Er zijn zeven sacramenten die stoffelijke zaken een symbolische betekenis geven:
  - 5.1. het water in het doopsel
  - 5.2. olie in het vormsel
  - 5.3. woorden van vergeving in de biecht
  - 5.4. brood en wijn in de eucharistie

- 5.5. zalving in de ziekenzalving
- 5.6. sluiting van een liefdesverbond in het huwelijk
- 5.7. opname in het kerkelijk ambt priesterwijding

Het doopsel is de opname in de geloofsgemeenschap.

De communie de volledige deelname aan de maaltijd van de Heer. Daarin horen Woord en Tafel bij elkaar. Je kunt de gaven van brood en wijn niet los van het hele gebeuren zien. Het Woord duidt de betekenis van ons leven als christen. Wij bevestigen dit door “amen” te zeggen of de geloofsbelijdenis te bidden.

Daarna bereiden wij de tafel, bidden het grote dankgebed, zegenen brood en wijn en roepen met de instellingswoorden Jezus’ in ons midden op, Die Zichzelf op deze symbolische, maar dat wil niet zeggen onwerkelijke wijze, aan ons schenkt. Hij, de Verrezene, komt tot ons in de gaven van brood en wijn, Stoffelijke dingen krijgen symbolische betekenis door wat er over gezegd en mee gedaan wordt. Dat is niet te beredeneren, alleen maar in geloof te beleven.

Daarom zegt de priester ook daarna: “Dit is het mysterie van ons geloof”.

Pastor Oostendorp

### **Contact.**

geen hand  
geen kus  
geen schouderklop  
toch knap je daar soms zó van op.  
er is email, app en telefoon  
maar er gaat niets boven een MENS  
heel GEWOON.

Henny van der Weiden

# Parkeervergunning voor gehandicapten vanaf 1 september

Vanaf 1 september 2020 hebt u een parkeervergunning nodig om gratis te blijven parkeren in wijken waar betaald parkeren is. De vergunning is gratis. U kunt hem vanaf 1 juli 2020 aanvragen.

## **Gratis parkeervergunning voor gehandicapten**

Met een parkeervergunning gehandicapte mag u in de stad Utrecht gratis parkeren op de parkeerplekken in buurten waar betaald parkeren geldt. U hoeft de gehandicaptenkaart dan niet meer achter de voorruit te leggen. Wel moet u uw gehandicaptenkaart kunnen tonen als handhavers daarom vragen. De digitale parkeervergunning staat op kenteken. Daardoor ziet de scanauto aan het kenteken dat u een parkeervergunning hebt.

De parkeervergunning gehandicapte is geldig op parkeerplekken bij parkeerautomaten. **De parkeervergunning gehandicapte is niet geldig op algemene gehandicaptenparkeerplaatsen in de stad. Op deze plekken moet u uw gehandicaptenkaart wel goed zichtbaar achter de voorruit blijven leggen.**

## **Bestuurderskaart (B): vergunning met vast kenteken**

Hebt u een bestuurderskaart (B)? Dan staat de parkeervergunning op een vast kenteken. Het kenteken van de auto moet op uw eigen naam staan of op naam van een huisgenoot die op uw adres staat ingeschreven. U mag het kenteken 5 keer per jaar tijdelijk aanpassen voor maximaal 5 dagen per keer. Krijgt u een nieuwe auto? Dan past u het vaste kenteken online aan.

## **Passagierskaart (P) of combikaart (B/P): vergunning met vast óf wisselend kenteken**

Hebt u een passagierskaart (P) of een combikaart (B/P)? Dan kunt u kiezen voor een parkeervergunning met een vast kenteken of een parkeervergunning met wisselende kentekens.

De parkeervergunning met wisselende kentekens is handig als u gebruik maakt van verschillende auto's. U meldt het kenteken vooraf online of telefonisch aan. Dit kenteken blijft steeds maximaal 5 dagen actief.



De parkeervergunning met vast kenteken is handig als u meestal gebruik maakt van een vaste auto. Het vaste kenteken hoeft u niet vooraf aan te melden. Dit kenteken blijft actief. Om deze vergunning aan te vragen, moet het kenteken op uw eigen naam staan of op naam van een huisgenoot die op uw adres staat ingeschreven.

## **Aanvragen parkeervergunning gehandicapte**

Vanaf 1 juli 2020 kunt u de parkeervergunning gehandicapte aanvragen:

1. Ga naar [www.utrecht.nl/parkeervergunninggehandicapte](http://www.utrecht.nl/parkeervergunninggehandicapte).
2. Lees de informatie en kijk of u voldoet aan de voorwaarden.
3. Log in met uw DigiD.
4. Vul het digitale formulier in en voeg bijlagen (als dat nodig is) toe.

Voor het aanvragen hebt u een DigiD nodig. Hebt u nog geen DigiD, dan kunt u deze via [www.digid.nl](http://www.digid.nl) aanvragen

Hebt u onlangs een nieuwe gehandicaptenkaart aangevraagd omdat uw oude verloopt? Of moet u dat nog gaan doen? Ook dan kunt u een parkeervergunning gehandicapte aanvragen.

Gebruik in het aanvraagformulier het nummer van uw oude kaart. Als u aan de voorwaarden voldoet, dat krijgt u de parkeervergunning. Zowel nog voor de geldigheidsduur van uw oude kaart als voor uw nieuwe kaart.

## **Hulp nodig bij uw aanvraag?**

Hebt u vragen over het online formulier? Bel ons op telefoonnummer 14 030 of stel uw vraag via [www.utrecht.nl/parkeervraag](http://www.utrecht.nl/parkeervraag).

Het is ook mogelijk om op werkdagen langs te komen bij één van de volgende locaties. Een medewerker helpt u dan bij het invullen van het online formulier. **Neem uw gehandicaptenkaart en uw DigiD (gebruikersnaam en wachtwoord) mee.** U hoeft geen afspraak te maken.

## Locaties:

Maandag tot en met vrijdag, 9.00 - 13.00 uur

Servicepunt Stadskantoor, Wijkbureau Zuid, Wijkbureau Zuidwest, Wijkbureau Overvecht, Wijkbureau Oost/Noordoost, Wijkbureau Binnenstad, Wijkbureau Vleuten-De Meern,	Stadsplateau 1, 3521 AZ 't Goylaan 75, 3525 AA: Al Masoedilaan 188, 3526 GZ Zamenhofdreef 17, 3562 JT F.C. Dondersstraat 1, 3572 JA Stadhuisbrug 1 (stadhuis), 3511 KP Dorpsplein 1, 3451 BK
--	--

Wijkbureau Leidsche Rijn, Brusselplein 4, 3541 CJ:  
**Alleen op afspraak via telefoon (030) 286 72 18.**

Wij houden ons op de wijkbureaus aan de RIVM-richtlijnen, zodat het bezoek voor u en ons veilig is. Wij vragen u vriendelijk om niet te komen als u verkouden bent, hoest of koorts hebt of het coronavirus hebt.

## Hebt u vragen?

Bel dan op telefoonnummer 14 030 of stel uw vraag via [www.utrecht.nl/parkeervraag](http://www.utrecht.nl/parkeervraag). Op [www.utrecht.nl/parkerengehandicapten](http://www.utrecht.nl/parkerengehandicapten) vindt u ook meer informatie.

## Blijf in contact, met videobellen



Wij ondervinden dagelijks inmiddels allen hinder van het coronavirus. Zo wordt aangeraden om bezoek aan senioren te mijden. Om het contact niet helemaal te verliezen kan het handig zijn om gebruik te maken van videobellen, zodat u elkaar niet uit het oog verliest.

Weet u niet hoe dit werkt of vindt u dit lastig? [Youtube.nl](http://Youtube.nl) heeft filmpjes gemaakt waarin zij uitleggen hoe je precies moet videobellen via de verschillende online diensten (WhatsApp, Facetime, Skype).

# Appeltaart concerten

'Heel veel Appeltaart en klassieke muziek in Utrecht'  
'Volle Appeltaartconcertzomer in Utrecht'

Stichting Appeltaartconcerten organiseert een Zomerserie met Appeltaartconcerten in Utrecht. De komende maand klinkt er dus regelmatig klassieke muziek in de tuin van Slot Zuylen, in ZIMIHC theater Stefanus en in het Stadsklooster Utrecht.

We hopen dat publiek uit Utrecht en omgeving de fiets pakt en misschien wel een paar keer in de week een Appeltaart concert komt bezoeken! Per ochtend geven de diverse professionele ensembles **twee concerten: van 10:00 - 10:45 uur en van 11:30 - 12:15 uur.**

De taart wordt voor alle bezoekers tussen de twee concerten in geserveerd. U hoort bijvoorbeeld het Benjamin Franklin Trio, het Utrechts Harptrio, het Fine Pieces Quartet en OEHOE, strijktrio.

Kaartjes à 4 euro kunt u via de website kopen: [www.appeltaartconcerten.nl/speellijst](http://www.appeltaartconcerten.nl/speellijst) of bij

Versshop 't Kaasvat (Winkelcentrum de Klop)  
Andesdreef 57, 3563 GB Utrecht

Op de ochtend van de concerten zijn bij de locaties (mogelijk een beperkt aantal) kaartjes beschikbaar.

## **Speellijst zomerserie 2020 (Twee concerten per ochtend)**

**1 september**, ZIMIHC theater Stefanus, Braziliëdreef 2, Utrecht,

**9 september**, Tuin van Slot Zuylen, Tournooiveld 1, Oud-Zuilen.\*

\* Bij matig weer is het concert in het koetshuis.

**14 september**, Stadsklooster, Kanaalstraat 197, Utrecht

**28 september** ZIMIHC theater Stefanus, Braziliëdreef 2, Utrecht

Beste dagtochters,

In de afgelopen periode heb ik contact gehad met touroperator EemlandReizen. Hier is uit gekomen dat de geplande dagtocht van september geen doorgang kan vinden.

Alhoewel deze touroperator heel graag op dagtochtreis gaat, ziet hij onze problemen in = ten eerste: lange terugrit MET mondkapje verplicht in bus = een kleine twee uur. Bovendien is toiletgebruik in de bus dan eigenlijk (i.v.m. corona) niet aan te bevelen. Alleen al dit laatste deel van de dagtocht zorgt er voor dat de dagtochters uiterst vermoeid thuis zullen komen.

Natuurlijk is het een mooie en ook interessante dagtocht. Maar door de corona-restricties gedurende de hele dag wordt de normaal gemoedelijke en gezellige dag behoorlijk ingeperkt. Bovendien hangt er toch altijd de dreiging van een ondanks alle maatregelen mogelijke besmetting in de lucht tijdens het koffiedrinken met elkaar en tijdens de lunch.

Maar ook - ondanks mondkap - in de coronavirus gereinigde bus met goede airco. Of In de Synagoge. Al met al is deze - in normale tijden zo leuke - dagtocht momenteel niet echt geschikt om te ondernemen.

Met als laatste het zeer doorslaggevend argument : de momenteel landelijke stijging van het aantal coronavirus-besmettingen. Laten we, ook bij geringe twijfel, alstublieft voor het allerbelangrijkste kiezen en dat is onze gezondheid.

In de week vanaf 6 september zal ik contact opnemen met alle zich aangemelde dagtochters om over specifiek deze septemberdagtocht te spreken en alle vragen te beantwoorden die dagtochters eventueel bezig houden.

Wel wordt er door EemlandReizen in overleg een nieuwe dagtocht samengesteld voor oktober 2020 = op later tijdstip dan gebruikelijk de instap in bus + vroegere thuiskomst. Leuke toeristische tocht (eventueel met gids) door Noord-Holland. Snert en een bingo staan hierbij ook op het programma.

Een mondkapje dragen blijft voorlopig altijd verplicht denkt de directeur van EemlandReizen totdat ons een deugdelijk vaccin tegen het coronavirus is toegediend.

Anita van Basten  
**SeniorenReisClub Utrecht e.o.**

Vertrek Manon Vanderkaa, directeur KBO-PCOB

Zoals u mogelijk in het nieuws heeft kunnen vernemen zal Manon Vanderkaa, directeur van de KBO-PCOB, per 1 oktober afscheid nemen van de KBO-PCOB. Zij treed in dienst bij V&VN, de beroepsvereniging voor Verpleegkundigen en Verzorgenden Nederland. Ze zal daar de functie van directeur gaan bekleden.

Wij zijn Manon dankbaar voor al het werk wat zij voor de leden van de KBO-PCOB heeft gedaan en voor de leden van de KBO Stad Utrecht in het bijzonder.

Het bestuur van de KBO-PCOB is zich nu aan het beraden op welke wijze deze functie per 1 oktober zal worden ingevuld.

Bestuur KBO stad Utrecht

### **Soms heb je geen woorden.**

Te geschrokken van wat je gehoord hebt.

Teveel verstrikt in je eigen gedachten.

Verward door de verschillen tussen jou en de ander.

Onder de indruk van de krachten van leven en dood.

Te moe, te machteloos, te klein, te groot.

Geen punt; spreek dat dan maar uit:

'Ik kan geen woorden vinden',  
en blijf liefdevol open aanwezig.

Stille getuigen zijn zo belangrijk.

Johanna Priester (huisarts)



## Liefde voor eten en steun voor elkaar in Utrecht

Niet iedereen vindt het leuk om te koken en soms lukt het gewoon niet om (iedere dag) een lekkere, verse en vooral gezonde maaltijd voor jezelf te maken. Sommige mensen koken juist heel graag en maken met plezier ook maaltijden voor anderen. Stichting Thuisgekookt brengt deze mensen bij elkaar. Wie niet kan of wil koken heeft zo de mogelijkheid om een vers gekookte maaltijd te eten en meteen zijn of haar buur te leren kennen.

### Vaste afspraak

Thuisgekookt maakt vooral veel vaste afspraken tussen mensen die - vanwege hun gezondheid - niet meer (iedere dag) voor zichzelf kunnen koken. Na het aangeven van je (dieet) wensen, zoeken zij een geschikte thuiskok bij jou in de buurt die vanaf dat moment op een vaste dag in de week, tegen een vergoeding van de kostprijs (tussen de €4 en de €6), een maaltijd klaarmaakt en indien nodig komt langsbrengen. In Utrecht hebben bijna 1000 mensen aangegeven wel voor een buurtgenoot te willen koken, dat we in de hele stad een goede match kunnen maken.

Catherine (83) is een mooi voorbeeld van iemand die via Thuisgekookt aan een thuiskok is gekoppeld. Zij ontvangt nu maaltijden van verschillende thuiskokken in de buurt: *'Koken lukt nu gewoon niet meer. Ik vergeet nu dan ook vaak te eten. Mijn Thuisgekookt thuiskokken zorgen ervoor dat ik eet en natuurlijk zorgt het voor gezelligheid. Thuisgekookt is echt een uitkomst!'*

### Aanmelden

Heb je interesse in een vaste afspraak met een thuiskok of wil je meer informatie? Kijk op [www.thuisgekookt.nl](http://www.thuisgekookt.nl) of neem contact op met Chantal van Stichting Thuisgekookt.

Zij is bereikbaar via [chantal@thuisgekookt.nl](mailto:chantal@thuisgekookt.nl) of 06-83447197.

# Criminelen gebruiken spoofing



Spoofing is een (digitaal) trucje dat gebruikt wordt om een andere identiteit aan te nemen en daarmee anderen te misleiden. Ten tijde van corona wordt dit trucje veelvuldig toegepast en veel mensen trappen hierin. Het voornaamste doel is om slachtoffers veel geld te ontfutselen. Er zijn meerdere varianten van spoofing. KBO-PCOB heeft de Digibellijn hierover de laatste informatie gegeven, om een antwoord te kunnen geven op eventuele vragen van senioren.

## **E-mailspoofing**

E-mail spoofing is een veelgebruikte techniek waarbij het e-mailadres van de afzender vervalst wordt. Het wordt vaak gebruikt bij phishingpogingen of om spamberichten te verspreiden. Er wordt een e-mail gestuurd dat niet van de afzender afkomstig is.

De mail ziet er betrouwbaar uit, omdat het adres gebruikt wordt van bijvoorbeeld de bank en alles er precies op lijkt (incl. logo). Weet je niet zeker of de mail echt is? Neem dan contact op met de afzender: organisatie of bank. Of doe gewoon niets.

Niet laten misleiden door een telefoonnummer dat in de mail wordt genoemd, maar altijd gebruik maken het nummer van de bank dat bij u bekend is. Als u het telefoonnummer uit de mail gebruikt krijgt u hoogstwaarschijnlijk een allervriendelijkst persoon aan de lijn die zich voordoeft als bankmedewerker, maar dat dus niet is.

## **Websitespoofing**

Websitespoofing komt vaak voor in combinatie met een valse mail. Via een link in de email kom je op een website die precies lijkt op de 'echte' website. De website wordt zo goed nagemaakt, dat je het verschil niet ziet met de echte. Het zijn vaak kleine details, bijvoorbeeld in de URL, een paar letters verschil. Maar zo goed en geraffineerd dat iedereen er in kan lopen. Gebruik de link niet, negeer de mail. Laat je niet misleiden en neem contact op met de bank of organisatie, ook nu weer via het nummer dat bij u bekend is.

## WhatsAppspoofing

Oplichters versturen op dit moment valse berichten via WhatsApp. Zij doen zich dan voor als zoon of dochter, die zegt een nieuw telefoonnummer te hebben. Meestal wordt in deze berichten gevraagd om geld over te maken, of bankpasjes op te sturen.

Deze vorm van criminaliteit komt ook voor in sms berichten. Wees alert. Trap hier niet in! Ook worden er sms'jes en e-mails verstuurd waarin gevraagd wordt om je bankpas op te sturen.

Vertrouw je het niet? Controleer eerst het nieuwe nummer door de persoon (bijvoorbeeld dochter of zoon) te bellen of het oude nummer te controleren (bij banken).



## Denk aan de mantelzorgers bij mogelijke nieuwe coronagolf!

KBO-PCOB staat volledig achter het advies van het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) om bij een mogelijke tweede coronagolf nadrukkelijker rekening te houden met het belang en de specifieke situatie van mantelzorgers. Het risico op overbelasting van mantelzorgers neemt af als bij het maken van keuzes over het afschalen of stopzetten van de thuiszorg en dagbesteding ook aan de gevolgen voor de mantelzorgers wordt gedacht.

De SCP-publicatie Beleidssignalement maatschappelijke gevolgen coronamaatregelen Mantelzorgers van 14 juli jl. beveelt verder aan om mantelzorgers bij een nieuwe opleving van besmettingen te betrekken bij het maken van concrete afspraken over mogelijkheden tot bezoek aan bewoners van instellingen. Daarnaast moet er voor mantelzorgers goede en begrijpelijke informatie beschikbaar zijn, zodat zij weten waar ze aan toe zijn. KBO-PCOB vindt daarnaast dat het voor mantelzorgers duidelijk moet zijn bij wie zij kunnen aankloppen als ze hulp nodig hebben.



Zodra het kabinet en de Tweede Kamer na hun zomervakantie weer met dit onderwerp aan de slag gaan, zal KBO-PCOB het belang van goede ondersteuning van en communicatie met de mantelzorg(ers) in een mogelijke tweede coronagolf onder de aandacht van de politiek brengen. Ook met zorgaanbieders willen wij hierover in gesprek.



## **Meer fietsongelukken met dodelijke afloop onder senioren**

Uit cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) blijkt dat steeds meer ouderen omkomen bij een fietsongeluk. Het aantal 70-plussers dat om het leven is gekomen bij een ongeluk met de fiets is de afgelopen twintig jaar toegenomen met 68 procent. Van alle fietsdoden was vorig jaar 59 procent 70 jaar of ouder.

De afgelopen twintig jaar ligt het aantal fietsdoden rond de 200 per jaar, waarvan de gemiddelde leeftijd van de slachtoffers is gestegen. Reden van die stijging is dat Nederland steeds meer 70-plussers telt, maar ook omdat deze groep steeds meer fietst, mede dankzij de e-bike. En met name eenzijdige ongelukken met een e-bike vormen een probleem, zoals tegen een paaltje of een stoeprand rijden.

### **Maatregelen**

Volgens KBO-PCOB is het mogelijk om met een paar eenvoudige maatregelen het aantal (dodelijke) slachtoffers te verminderen:

- Stimuleer provincies en gemeenten om de infrastructuur aan te passen, bijvoorbeeld bredere fietspaden aan te leggen.
- Stel fietslessen voor de elektrische fiets ter beschikking, want hier vinden veel ongevallen mee plaats.

Overigens, met enige regelmaat organiseren lokale KBO- en PCOB-afdelingen cursussen om met een e-bike te fietsen. Mocht u dit ook willen, informeer bij uw afdeling of er binnenkort een cursus is.

Meer informatie over dit CBS-onderzoek is te lezen op [www.nos.nl](http://www.nos.nl)

## ONDERZOEK

### **70-plussers in coronatijd: deel a.u.b. uw ervaringen!**

In maart legde de regering tijdelijk het maatschappelijk leven vrijwel stil vanwege het coronavirus. Eén van de maatregelen: mensen van 70 jaar of ouder werd geadviseerd zoveel mogelijk thuis te blijven en geen bezoek te ontvangen (tenzij noodzakelijk). In juni werden de regels versoepeld, ook voor deze leeftijdsgroep.

Al 45 jaar behartigt COSBO de belangen van oudere Utrechters. Graag willen wij van met name 70-plussers weten hoe zij de coronatijd ervaren en wat zij belangrijk vinden als er een tweede virusgolf zou komen. Deze informatie kunnen wij goed gebruiken in onze contacten met de gemeente of organisaties voor zorg en welzijn in de stad.

Vul het onderstaande vragenformulier in en stuur deze voor 15 september terug naar het COSBO-bureau. Dat kan op de volgende manieren:

- 1) ***Zonder postzegel (!) per post:***  
Oogvereniging, t.a.v. COSBO  
Antwoordnummer 383  
3500 VC Utrecht
- 2) *per e-mail naar* [info@cosbo-stad-utrecht.nl](mailto:info@cosbo-stad-utrecht.nl)
- 3) *of vul uw antwoorden in via de digitale vragenlijst, die met een linkje op onze website staat:* [www.cosbo-stad-utrecht.nl](http://www.cosbo-stad-utrecht.nl)

### **OPMERKING:**

*Bij de verspreiding van dit onderzoek hebben wij o.a. hulp gekregen van de lokale afdelingen van KBO en PCOB. Naam- en adresgegevens van hun leden zijn niet in handen van COSBO.*

Alvast hartelijk dank voor uw medewerking!

**Algemene informatie:**

U bent: 0 man / 0 vrouw

U woont in wijk: .....

**Datum enquête ingevuld:**

..... - ..... -2020

---

**1. Sinds de maatregelen versoepeld zijn, hebt u ook als 70-plusser weer meer bewegingsruimte en kunt u weer bezoek ontvangen. Hoe gaat u daar mee om? (vul 1 antwoord in dat het meest van toepassing is)**

- Voor mij is weinig veranderd: ik blijf voor de zekerheid veel thuis en ik ontvang ook weinig bezoek.
  - Ik voel mij hierdoor eenzamer dan voorheen.
  - Ik voel mij hier goed bij.
- Ik doe weinig buitenshuis, want ik voel me nog onzeker doordat Niet iedereen afstand houdt.
- Ik doe weer wat meer, zoals boodschappen halen of naar een activiteit gaan.
- Ik doe weer alles wat ik voorheen ook deed, ik laat me niet (meer) beperken.

**2. Wat is voor u belangrijk om de komende periode met de huidige maatregelen vol te houden? (meerdere antwoorden invullen mag)**

- Niets speciaals, ik red mij wel.
- Meer hulp nodig bij praktische zaken, zoals boodschappen doen en koken.
- Sociale contacten met familie en/of bekenden.
- Activiteiten buitenshuis.
- Passend en veilig vervoer (in plaats van openbaar vervoer).
- Anders:

3. **Stel dat u als 70+er door een nieuwe coronagolf weer het advies krijgt vooral thuis te blijven. Wat betekent dat dan voor u?**  
(vul 1 antwoord in dat het meeste van toepassing is)

- Ik heb me de eerste keer goed gered en ik verwacht dan ook geen problemen.
- Ik wil dan vooral praktische hulp bij (*meer antwoorden mogelijk*):
  - boodschappen doen
  - eten maken
  - sociale contacten onderhouden
  - in beweging blijven
- Ik moet er niet aan denken, want het levert mij teveel spanning op.
- Ik ga me dan niet aan dat advies houden.

**Ruimte voor uw eigen aanvullingen en suggesties:**

## INSCHRIJFFORMULIER DAGTOCHTEN

Dit inschrijfformulier zo spoedig mogelijk inleveren bij Anita van Basten,  
A. Romerostraat 625, 3573 AT Utrecht.

Daarna het te betalen dagtochtbedrag storten op rekening:  
NL 15 INGB 0007 5390 75 ten name van SeniorenReisClub Utrecht e.o.

### Ondergetekende

Naam : \_\_\_\_\_

Adres : \_\_\_\_\_

Woonplaats en postcode : \_\_\_\_\_

Telefoon : \_\_\_\_\_

### Schrijft zich hierbij in voor de dagtocht

Bestemming : \_\_\_\_\_

Datum : \_\_\_\_\_

Dieetwensen : \_\_\_\_\_

In geval van nood waarschuwen :

telnr. \_\_\_\_\_ van (naam) \_\_\_\_\_

Woonplaats

Datum

Handtekening

\_\_\_\_\_

## Vertegenwoordiging KBO Stad-Utrecht

	Naam	Telefoon / Email
COSBO bestuur	Inge Bouter	<a href="mailto:inge.bouter@planet.nl">inge.bouter@planet.nl</a>
Ouderen Advies Commissie	Inge Bouter	<a href="mailto:inge.bouter@planet.nl">inge.bouter@planet.nl</a>
Minimabeleid	Mildred Vlutters	030 272 25 44
Ouderen adviseur	Hans Stahl	06 165 32 419

<b>Coördinator belastingsservice</b>	Joyce Tjoa
Eduard Verkadelaan 115	3584 GT Utrecht
Telefoon: 030 251 37 30	Email: <a href="mailto:belastingsservice@kbostadutrecht.nl">belastingsservice@kbostadutrecht.nl</a>

Alarmnummer algemeen bij spoed:	<b>112</b>
Alarmnummer voor doven en slechthorenden:	0800 - 8112
Brandweer	<b>112</b>
Politie	0900 - 8844
Politie voor doven en slechthorenden	0900 - 1844

### 'WhatsApp' de gemeente Utrecht!



Via 06 - 24 92 76 65 kunt u een WhatsApp-bericht sturen aan de gemeente Utrecht. U krijgt tijdens kantooruren zo snel mogelijk antwoord op uw vraag. WhatsApp is een handig communicatie middel voor iedereen met een zogeheten smartphone.

### Juristen- en Pensioentelefoon bereikbaar op:

#### Juristentelefoon (030-340 06 55)

Woensdag 13.00 - 15.00 uur Donderdag 13.00 - 15.00 uur

#### Pensioentelefoon (030-340 06 55)

Woensdag 13.00 - 15.00 uur Donderdag 13.00 - 15.00 uur

## Waarom lid worden en blijven van de KBO Stad-Utrecht:

- Invloed op Utrechtse- Provinciale- en landelijke niveaus
- U ontvangt de maandelijkse KBO-PCOB magazine en de Rondomme, het maandelijks informatieblad van de KBO Stad-Utrecht
- Interessante voordelen: kijk hiervoor op [www.kbo-pcob-voor-deel.nl](http://www.kbo-pcob-voor-deel.nl) en in het maandblad KBO-PCOB magazine
- Belastinginvulhulp voor het invullen van de jaarlijkse Belastingaangifte
- Korting op de Zorgverzekering middels advies op maat Informatie, advies en ontspanningsmiddagen
- Het kunnen deelnemen aan daguitjes en meerdaagse reizen

### Contributie:

De contributie voor 2020 bedraagt € 30,00 over te schrijven naar Rekeningnummer: NL06 INGB 0003944417 t.n.v. KBO Stad-Utrecht.

Per automatische incasso is deze € 28,50, wanneer u al lid bent kunt hiervoor alsnog een formulier opvragen bij de ledenadministratie. Het lidmaatschap wordt per kalenderjaar stilzwijgend verlengd met telkens één jaar.

### Beëindigen Lidmaatschap:

Opzegging van het lidmaatschap kan **uitsluitend** schriftelijk of per e-mail geschieden op **uiterlijk 30 november** van het kalenderjaar. Bij het beëindigen van het lidmaatschap worden ook de voordelen van het lidmaatschap beëindigd.

### Opzeggen bij de ledenadministratie,

Eduard Verkadelaan 115

3584 GT Utrecht

E-mail: ledenadministratie@kbostadutrecht.nl

## Inschrijfformulier lidmaatschap KBO Stad-Utrecht

Mevrouw     De heer    (*kruis het gewenste hokje aan*)

Voorletters        : \_\_\_\_\_

Tussenvoegsel    : \_\_\_\_\_

Naam                : \_\_\_\_\_

Adres                : \_\_\_\_\_

Postcode           : \_\_\_\_\_ Plaats: \_\_\_\_\_

Geboortedatum    : \_\_\_\_\_

Telefoon nr.        : \_\_\_\_\_

Mobiel nr.           : \_\_\_\_\_

E-mailadres        : \_\_\_\_\_

Aangemeld door het lid: \_\_\_\_\_

Datum    : \_\_\_\_\_

Bankrekening IBAN nummer: \_\_\_\_\_

Ten name van: \_\_\_\_\_

De contributie bedraagt: (*kruis het gewenste hokje aan*)

28,50 euro per jaar d.m.v. een automatische afschrijving

30,00 euro per jaar door middel van een overschrijving

Datum: \_\_\_\_\_

Handtekening : \_\_\_\_\_

Het formulier verzenden naar:

Ledenadministratie KBO Stad-Utrecht

Eduard Verkadelaan 115

3584 GT Utrecht

E-mail: ledenadministratie@kbostadutrecht.nl