

Rondomme



Jaargang 71,
September 2023

INFO-BULLETIN
Uitgave van de KBO Stad - Utrecht

Oplage: 625 stuks

Bestuur KBO stad - Utrecht

Voorzitter:	Hans Stahl
Mobiel:	06 165 32 419
Secretaris:	Vacature
Adres:	Eduard Verkadelaan 115 3584 GT Utrecht
Email:	secretariaat@kbestadutrecht.nl
Penningmeester:	Vacature
Email:	penningmeester@kbestadutrecht.nl
Bankrekening nummer:	NL06 INGB 0003944417 t.n.v. KBO Stad-Utrecht
Leden administratie:	Joyce Tjoa
Adres:	Eduard Verkadelaan 115 3584 GT Utrecht
Telefoon :	030 251 37 30
Email:	ledenadministratie@kbestadutrecht.nl
Communicatie:	Dick van der Horst
Adres:	Merelstraat 83514 CN Utrecht Tel: 030 271 62 93
Activiteiten:	Vacature
Email:	activiteiten@kbestadutrecht.nl
Notulist:	Charles Vrencken

Medewerkers KBO stad Utrecht

Redactie:	Dick van der Horst
Adres:	Merelstraat 83514 CN Utrecht
Telefoon.:	030 271 62 93
Email:	redactie@kbestadutrecht.nl
Webmaster:	webmaster@kbestadutrecht.nl

Ouderen adviseur: Hans Stahl
Mobiel: 06 165 32 419
Email: ouderenadviseur@kbostadutrecht.nl

Coördinator belastingsservice: Joyce Tjoa
Adres: Eduard Verkadelaan 115
3584 GT Utrecht
Telefoon : 030 251 37 30
Email: belastingsservice@kbostadutrecht.nl

Senioren Reis Club Utrecht e o.:

Bankrekening: NL15 INGB 0007539075
T.n.v. SeniorenReisClubUtrecht e.o.

Juristen- en Pensioentelefoon bereikbaar op tel. : 030 340 06 55
Woensdag en donderdag: 13.00 – 15.00 uur

Alarmnummer Spoed: 112 Ziekenwagen, Brandweer of Politie
Alarmnummer voor doven en slechthorenden: 0800-8112

Politie 0900-8844
Politie voor doven en slechthorenden: 0900-1844

Rijbewijskeuring “75 jaar en ouder”

U kunt hiervoor een online afspraak maken via www.regelzorg.nl
of telefonisch via telefoonnummer: 088 - 23 23 300 (tijdens
kantooruren) Zie ook op de website van de KBO stad Utrecht.

Van de voorzitter,

In 2016 hebben de KBO (Katholieke Bond voor Ouderen) en de PCOB (Protestants Christelijke Ouderenbond) de KBO-PCOB opgericht met de bedoeling om daar één bond van te maken.

De verschillen bleken niet overbrugbaar en daarom heeft de PCOB besloten om de samenwerking per 1 januari 2024 te beëindigen. Zij voeren nu gesprekken met de ANBO om te komen tot samenwerking of een fusie. PCOB leden zijn in de afgelopen periode hierover geïnformeerd.

Dit betekent dat de Unie-KBO weer alleen komt te staan. Hierdoor heeft het landelijk kantoor in de huidige vorm geen bestaansrecht door het ontbreken van voldoende financiële middelen om deze in stand te houden.

Verder is de samenwerking tussen de provinciale bonden binnen de Unie-KBO in de afgelopen jaren niet positief te noemen. De verschillen tussen de bonden over het te voeren beleid werd steeds groter.

De verschillen lagen voornamelijk in de commerciële aspiraties, centraliseren van verantwoordelijkheden & bevoegdheden en het continue verhogen van de contributie.

KBO provincie- Limburg, Gelderland, Noord-Holland en Overijssel hebben daarom besloten om de Unie-KBO per 1 januari 2023 het lidmaatschap op te zeggen. Ze voelde veel meer voor een ideële belangenorganisatie met sterke lokale afdelingen. Om vergelijkbare redenen heeft KBO Brabant in 2011 haar lidmaatschap van de Unie-KBO opgezegd en zijn als zelfstandige bond verdergegaan.

KBO provincie- Brabant, Limburg, Gelderland, Noord-Holland en Overijssel zijn op 1 januari 2023 een samenwerkingsverband aangegaan onder de naam Senioren Netwerk Nederland. Ze blijven volledig zelfstandig qua organisatie en financiën, maar zoeken elkaar op als het over landelijke thema's, het delen van kennis en praktische zaken gaat.

Dit netwerk vertegenwoordigt ruim 210.000 leden en is daarmee een krachtige stem van senioren als het gaat om pensioen, koopkracht, wonen, zorg, welzijn, veiligheid en mobiliteit. Voor de provinciale bonden van de Unie KBO betekent dit dat zij met een kleiner aantal leden, minder dan

45.000, de kosten zouden moeten gaan dragen van het bondsbureau.

Toen bleek dat ook KBO-provincie Drenthe het lidmaatschap aan de Unie-KBO opzegde en KBO-provincie Zeeland dit aan het overwegen was hebben de gezamenlijke overgebleven provinciale bonden, waaronder de KBO-provincie Utrecht, unaniem besloten tot opzegging van hun lidmaatschap van de Unie-KBO per 1 januari 2024.

Dit houdt op dit moment in, dat de KBO stad Utrecht per 1 januari 2024 alleen nog lid is van de KBO-provincie Utrecht. De Unie KBO is nog wel de mogelijkheid geboden om op korte termijn met een betere oplossing te komen. Lukt dat niet, dan zal de ledenraad van de Unie KBO tot ontbinding van de Unie overgaan.

Wat betekent dat voor de KBO stad Utrecht? Wij zijn een zelfstandige vereniging. We kunnen dus gewoon voortbestaan. Maar we missen dan wel de steun van voor landelijke thema's zoals ook kunt lezen bij het Senioren Netwerk Nederland.

Om enkele punten te noemen: de ledenadministratie, de website, het magazine, de ondersteuning voor seniorenadviezen. Het bestuur is al druk bezig om naar alternatieven te zoeken.

Er zijn namelijk meer bonden van seniorenverenigingen. Mocht de Unie KBO echt ontbonden worden dan zullen we daar een keuze uit moeten maken. Het bestuur van de KBO stad Utrecht een aantal keer hierover gesproken binnen het afdelingsoverleg van de KBO-provincie Utrecht.

Op basis van hetgeen wat nu bij ons bekend is gaat het bestuur op 8 september 2023 in overleg met de andere KBO-afdelingen binnen de provincie Utrecht. Hierin zal dan ook duidelijk worden welke richting er gekozen zal worden en wat dit voor u gaat betekenen. Mogelijk kan hieruit komen dat de KBO Provincie Utrecht besluit om zich aan te sluiten bij de Senioren Netwerk Nederland voor de landelijke belangenbehartiging.

We zullen u in de komende Rondomme op de hoogte brengen van de ontwikkelingen en zullen waar nodig met voorstellen komen.

Hans Stahl



**KBO stad Utrecht
Eucharistieviering
Rafaël kerk,**

**Vrijdag 15 september 2023
10:00 uur**

Lichtenberchdreef 4 3562 RD Utrecht

U kunt uw auto bij de kerk parkeren of met bus 6 richting Overvecht zuid, bushalte Landskroondreef.

Aansluitend koffie of thee in de ontmoetingsruimte.



**KBO Stad Utrecht
Eucharistieviering
Aloysiuskerk
Vrijdag 21 oktober 2023
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)

Bushalte: Adriaan van Ostadelaan

Aansluitend koffie of thee in de ontmoetingsruimte.

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

www.kbostadutrecht.nl

Kinepolis Jaarbeurs

Jaarbeursboulevard 300 3521 BC Utrecht telefoon 030 200 30 00,

Aanvang: 14:00 uur **Tickets kosten:** € 8,50

De CinePlus bij Kinepolis is de ideale gelegenheid om op een rustig moment in de bioscoop te genieten van speciaal geselecteerde kwaliteitsfilms. Voor aanvang van de film trakteren we je graag op een gratis kopje koffie of thee mét wat lekkers. Een gezellig en voordelig filmuitje



Vrijdag 1 september 2023 Dichtbij Vermeer,

In Dicht bij Vermeer geeft Gouden Kalf winnaar Suzanne Raes een unieke inkijk in de totstandkoming van de grootste Vermeertentoonstelling ooit. Ze filmt Rijksmuseum curatoren Gregor Weber en Pieter Roelofs en restauratoren Abbie van-divere en Anna Krekeler in hun missie om een nieuwer, completer beeld te geven van de schilder.

Want hoewel Het melkmeisje en Meisje met de parel wereldberoemd zijn weten we weinig van Johannes Vermeer zelf. Geen zelfportretten, geen brieven, geen aantekeningen; een klein oeuvre is alles wat de Hollandse Meester naliet. Deze fascinerende documentaire laat alles zien: van de stille diplomatie die nodig is om de Vermeers naar Nederland te krijgen en de nieuwe kennis die wordt opgedaan door schilderijen verlaagd voor verlaagd schilderijen te ontleden, tot het schokkende wereldnieuws dat een schilderij mogelijk toch geen Vermeer is. Langzaamaan ontdekken we hoe Vermeer in staat was de werkelijkheid zo anders in beeld te brengen dan zijn tijdsgenoten. Maar bovenal toont Dicht bij Vermeer de aanstekelijke liefde van de conservatoren en andere betrokken voor de kunst van Vermeer. Zoals Weber het liefdevol brengt: 'Zoiets kan je blik op de werkelijkheid voorgoed veranderen.'



Vrijdag 15 september What's Love Got to Do With It?,

Dertigers en jeugd vrienden Zoe (Lily James) en Kazim (Shazad Latif) lopen elkaar na lange tijd weer tegen het lijf. Geïntrigeerd door Kazim's keuze voor een traditioneel, gearrangeerd huwelijk stelt Zoe voor om de aanloop naar zijn bruiloft vast te leggen in een documentaire. Maar gaandeweg slaan de

twijfels toe en komen ze voor een moeilijke beslissing: zullen ze hun hart volgen, of hun hoofd? Tegelijkertijd heeft Zoe haar eigen digitale dating perikelen en moet ze omgaan met haar bemoeizuchtige moeder Cath (Emma Thompson).

Het Buurteam is er voor jou



Iedereen kan soms hulp gebruiken. Speelt er thuis of in je leven iets waar je zelf niet uitkomt? Het Buurteam denkt graag met je mee en helpt je om een oplossing te vinden. De website van [Buurteams](#) in Utrecht geeft per wijk (18 wijken) en onderwerp aan waar en waarvoor je met je vragen terecht kunt. En er staat beschreven hoe samen gezocht wordt naar een oplossing.

Hoe meld ik mij aan bij het buurtteam?

U kunt bellen of een e-mail sturen om een afspraak te maken. Meestal lukt het om binnen een paar dagen een afspraak te plannen. Op de pagina van uw buurtteam vindt u de contactgegevens, het adres en de tijden van onze inloopsprekuren.

Hoe lang duurt de ondersteuning van het buurtteam?

Dit is afhankelijk van uw vraag of situatie. Soms is één gesprek met u voldoende. Soms is meer tijd nodig om samen een oplossing te vinden. En soms houden we nog een tijdje contact als een steuntje in de rug.

Wat als ik specialistische en langdurige zorg nodig heb?

Ook als specialistische of langdurige zorg nodig is, helpen wij. Bijvoorbeeld door u in contact te brengen met de juiste organisaties. Ook zorgen we ervoor dat het behandelplan van de specialist goed past bij de andere zorg en ondersteuning die u nodig heeft. Zo werken de hulpverleners niet langs elkaar heen en houdt u het overzicht.

Kan ik nog steeds naar de huisarts voor een verwijzing naar andere hulpverleners? Wanneer specialistische zorg nodig is, brengen wij u in contact met de juiste organisaties en verwijzen wij u door. U kunt ook bij uw huisarts terecht.

Moet ik betalen voor de ondersteuning van het buurtteam?

Nee, voor ondersteuning van het buurtteam hoeft u niet te betalen.

Voor wie is de Wmo?

Bij de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) gaat het erom dat mensen zo lang mogelijk thuis kunnen blijven wonen. Iedereen moet mee kunnen blijven doen in de samenleving. In eerste instantie is iedereen daar zelf verantwoordelijk voor, maar het kan zijn dat er soms wat extra ondersteuning bij nodig is. De Wmo is er voor volwassenen die worden belemmerd in hun dagelijks leven en het moeilijk is om activiteiten zelfstandig te kunnen doen en om allerlei problemen zelf te kunnen aanpakken. Het gaat om bijvoorbeeld hulp in het huishouden, wonen, sociale contacten of goede invulling van de dag.

Seniorenbeleid voor wonen en zorg hoog op agenda te houden!

De Seniorencoalitie maakt zich zeer grote zorgen over de komende periode, nu het kabinet gevallen is.

De seniorenorganisaties zijn bang dat de ingezette plannen voor wonen en zorg stil komen te liggen of vertraagd worden. Doorgaan met de geplande investeringen in wonen en welzijn is enorm belangrijk gezien de groeiende groep oudere mensen, de toenemende vraag naar zorg en ondersteuning en de beperkte beschikbare zorgcapaciteit

De Seniorencoalitie vraagt al jaren aandacht voor de gevolgen van de demografische veranderingen. Het afgelopen jaar werden er, mede na aandringen van de seniorenorganisaties, stappen gezet op onder andere het gebied van wonen en zorg in het programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen (WOZO).

De organisaties willen dan ook dat alles op alles wordt gezet om de gestelde doelen te behalen. Gezien de urgentie kunnen we het ons niet veroorloven tijdelijk stil te staan of over een tijd opnieuw te moeten beginnen.

Grote groepen ouderen vinden het nu al heel moeilijk om hun weg te vinden om de juiste zorg en ondersteuning te krijgen. Daardoor valt er een grote groep tussen wal en schip en lopen we risico op toenemende tweedeling. Een risico dat ook door de RVS en het SCP genoemd is.

Het is cruciaal dat er in ieder geval doorgedaan wordt met de beleidsvoornemens om te investeren in nieuwe woonvormen voor senioren die gericht zijn op saamhorigheid, maar ook met het beleid om domein overstijgend te gaan werken.

We hopen dat een nieuw kabinet naast oog voor kwetsbare mensen ook oog zal hebben voor de cruciale rol die ouderen in de samenleving vervullen, als vrijwilliger, mantelzorger maar ook door te blijven werken. Zo leveren ouderen een enorme bijdrage aan onze samenleving.

Belangrijk is het dan ook dat er geïnvesteerd wordt om te voorkomen dat de ouderenzorg verschaamt en vooral om te zorgen dat mensen vitaal en gezond ouder kunnen worden. Hiervoor is interdepartementaal beleid nodig.

Een wens die de seniorencoalitie ook al bij aanvang van het nu demissionaire kabinet bepleit heeft. We hopen dat een nieuw kabinet ouderenbeleid hoog op de agenda zal zetten en de kans zal grijpen om dit beleid interdepartementaal in te richten zodat wonen, welzijn, werken en zorg en ondersteuning samen met leven lang leren, mensen in staat zal stellen goed ouder te worden.

Seniorencoalitie (ANBO | KBO-PCOB | Koepel Gepensioneerden | NOOM)



Wespenplaag

Dat is toch even schrikken... Als u last van een wespenplaag heeft in uw tuin, of zelfs binnenshuis, is dat een vervelende situatie. Maar ja, het is een feit en dus de hoogste tijd om hier wat aan te doen.

Wespen zijn helaas agressieve insecten die hun nest verdedigen door te steken. De steek kan veel ongemak veroorzaken. Denk aan pijnlijke plekjes, opgezwollen lippen, opgezette luchtwegen en in ernstige gevallen zelfs verstikking. Voorkomen is beter dan genezen dus Alleszelf.nl legt u vliegensvlug uit hoe te handelen bij zo'n vervelende wespenplaag en ook hoe dit risico voortaan kunt beperken. Op naar een zorgeloze en veilige (na)zomer!

Wat zijn wespen precies?

Voordat we uitleg geven over het voorkomen en bestrijden van wespenplagen, is het belangrijk om te weten wat wespen nu eigenlijk zijn. Wespen zijn zogenaamde '[hymenoptera](#)' die behoren tot de familie Vespidae. Er zijn wel meer dan 30.000 verschillende soorten wespen in de wereld. Ze zijn meestal ongeveer 10 mm lang en hebben een lange staart met een stekende angel. Verder hebben een verzameling van lange, dunne poten en een groot, donkergekleurd oog.

Waarom krijgen we last van een wespenplagen?

Wespenplagen komen voor als een groep wespen een nest begint te bouwen op een locatie die in de buurt van een voedselbron is. Omdat wespen voedsel zoeken voor hun nest, kunnen ze vaak worden gezien in en rond voedselbronnen, als bloemen, insecten, kadavers of afval. Wanneer wespen in de buurt van voedsel zijn, zullen ze actief proberen dit te bemachtigen, wat kan uiteraard kan leiden tot een plaag.

Last van een wespenplaag voorkomen

Er zijn enkele dingen die u kunt doen om een nare wespenplaag te voorkomen. Ten eerste is het belangrijk dat u uw voedsel op een veilige manier opslaat. Zorg ervoor dat u voedsel dat extra aantrekkelijk is voor wespen, zoals zoete dranken, niet blootstelt aan de buitenlucht. Zorg ook dat het voedsel goed wordt afgesloten en u nooit voedsel achterlaat op tafel. Het is ook belangrijk om voedselresten op te ruimen en rommelige gebieden te vermijden. Wespen zijn namelijk meestal aangetrokken tot plaatsen met veel voedselaantrekkende insecten of andere voedselbronnen, dus als u voedselresten en rommelige gebieden vermijdt, zal dit minder snel wespen aantrekken.

Hoe kunt u een wespenplaag bestrijden?

Als u al last hebt van een wespenplaag, zijn er een aantal dingen die u kunt doen om de plaag te bestrijden. Allereerst is het belangrijk om het nest te lokaliseren en te verwijderen. Als het nest binnenshuis is, schakelt u het beste een professionele plaagbestrijder in om het nest te verwijderen. [Wespen bestrijden](#) is immers hun vak! Als het nest echter buitenshuis is, kunt u het ook zelf verwijderen met behulp van een stofzuiger of een stuk stof.

Een andere, wat meer agressieve manier om wespenplagen te bestrijden is

door het gebruik van chemische bestrijdingsmiddelen. U hebt de keuze uit veel verschillende soorten bestrijdingsmiddelen om die storende wespen te bestrijden. Let er bij het kiezen van een bestrijdingsmiddel echter wel op dat het veilig is voor de omgeving, zodat er geen schade wordt aangericht aan het milieu en andere dieren.

Nooit meer last van een wespenplaag

Tegen een vervelende wespenplaag kunt u dus gelukkig een aantal dingen doen om de plaag te voorkomen én te bestrijden. Door voedsel op een veilige manier op te slaan, voedselresten op te ruimen en chemische bestrijdingsmiddelen te gebruiken, vermindert u de effecten van een wespenplaag. Als u last hebt van een wespenplaag, is het logischerwijze fijn om te weten welke actie u kunt ondernemen om de plaag zo snel mogelijk te bestrijden. Wij wensen u een rustig terrasleven!

Alleszelf

Vrijwilligersbijeenkomst

Vrijdag 6 oktober 2023

Tijd: ±15:00 – ± 19:00 uur

De locatie zal de Aloysiuskerk of de Rafaelkerk zijn.

We willen u bedanken voor u inzet voor de KBO-stad Utrecht en daarom nodigen wij u uit voor een informeel samen zijn samen met uw partner.

We doen dit middels en hapje - drankje en livemuziek

Vervolgens zal u verwend worden met heerlijke verzorgde warme maaltijd

Het volledige programma en tijden volgt later in een persoonlijk uitgenodigd.

Preventie en welzijn

Bewegen is een belangrijke voorwaarde om gezond oud te worden. En een goede manier om meer onder de mensen te komen. Menselijk contact bevordert de geestelijke fitheid en geeft zin aan het leven. Een preventief ouderenbeleid legt daarom accent op een gezonde levensstijl (beweging en voeding) in combinatie met sociale contacten en het activeren van het brein. Juist alleenwonenden hebben behoefte aan voldoende activiteiten om mentaal en fysiek in beweging te blijven en isolement te voorkomen.

Adviezen

Onze vijf voornaamste adviezen op het gebied van preventie en welzijn zijn:

Bewegen voor ouderen

Ontwikkel voor ouderen een stedelijk beweegprogramma dat in alle wijken wordt uitgevoerd. Met oog voor sociale vaardigheden, zodat deelnemers elkaar ook buiten de lessen opzoeken. Stimuleer sportverenigingen met financiële middelen om sport voor ouderen aan te bieden en te werken aan de fysieke toegankelijkheid van hun faciliteiten.

Werving

Verstrek informatie in meerdere talen en op verschillende manieren (digitaal en niet-digitaal) over de beweegmogelijkheden per wijk. Gebruik foto's waarin verschillende groepen ouderen zich herkennen. Zorg dat beweegmakelaars een afspiegeling vormen van de wijken waarin zij werken.

Bankjes

Maak wandelen aantrekkelijker door langs looproutes naar winkels en parken bankjes te zetten. Anders durven velen niet aan zo'n tocht te beginnen. Vuistregel is een bankje om de 100 á 125 meter, liefst op een plek waar iets te zien valt.

Veelzijdig

Ook op latere leeftijd zijn er liefhebbers van bingo en van opera. Er zijn mensen die tot op hoge leeftijd actief zijn voor anderen. En die graag genieten van eten, bijvoorbeeld uit hun geboortestreek. Sluit aan bij de veelzijdigheid van de Utrechtse ouderen en laat hen zelf meedenken over activiteiten.

Mantelzorgcompliment

Utrecht schafte dit in 2016 ten onrechte af. Informeer actief over dit geldbedrag voor mensen die intensieve mantelzorg verlenen. Geef het Steunpunt Mantelzorg een actieve rol. Zo komen mensen in contact met de aanvullende zorg en ondersteuning die nog te vaak ontbreekt.

Goed en gezellig eten

Het is een heet hangijzer bij veel ouderen: gezond blijven eten. Hongergevoel en smaak kunnen afnemen. Alléén eten, en voor één persoon moeten koken, helpt ook niet voor de eetlust. Gelukkig zijn er in Utrecht veel initiatieven om ouderen een smakelijke – en wie wil gezellige – maaltijd te bezorgen. Je kunt een maaltijd aan huis krijgen of in het buurthuis gezamenlijk eten. Ook zijn er studenten die soep maken naar Oma's recept; tijdens het eten maken jong en oud een praatje. Ook landelijk is er aandacht voor dit thema.

Zo geeft de site IkWoonLeefZorg 10 tips om iemand met dementie beter te laten eten. Het zijn praktische tips die aan veel tafels kunnen leiden tot meer eetplezier.

Stof tot nadenken

Niet alleen de maag, ook de geest wordt graag gevoed! Nieuwe ideeën, kennis, fantasieën: zij houden de mens mentaal lenig en gezond. En net als met eten geldt ook hier: hersengymnastiek doe je alleen of samen met anderen, net wat je zelf het beste bevalt. In Utrecht zijn er ontelbare mogelijkheden om je hersenen actief te houden. We noemen er een paar:

Informatie en vaardigheden

U-Centraal biedt cursussen en bijeenkomsten aan. Je krijgt nuttige informatie of leert vaardigheden die je helpen bij specifieke gebieden en momenten in je leven. Denk aan omgaan met geld rond je pensioen of een workshop leuke dingen doen. Er zijn ook cursussen voor mensen die de Nederlandse taal minder goed spreken. Kijk voor meer informatie op www.u-centraal.nl of bestel het groepenboekje via groepen@u-centraal.nl of T 030-2361770.

Zingeving en levensvragen

De organisatie 'Zin in Utrecht' biedt inwoners van de stad ondersteuning bij zingeving, levensvragen en spiritualiteit. Dit doet zij in de vorm van individuele gesprekken en door het organiseren van bijeenkomsten. In 2022 zijn er in acht Utrechtse wijken elke maand bijeenkomsten waarin zingeving en ouder worden centraal staan. Daar kun je als senior samen met leeftijdsgenoten bezig zijn met innerlijke groei in balans. De bijeenkomsten zijn kosteloos; wijkhoppen is toegestaan. Professionals en vrijwilligers in de hulpverlening kunnen er terecht voor een uitgebreid trainings- en scholingsaanbod. Geïnteresseerd? Kijk eens op de site of bel: 030-6626814.

Colleges voor iedereen

Via Oud Geleerd, Jong Gedaan volgen senioren interactieve colleges die door studenten worden gegeven. Dit kan tijdens bijeenkomsten die worden georganiseerd en via internet. De colleges zijn er voor iedereen: je hoeft niet al een studie achter de rug te hebben om met plezier te kunnen deelnemen.



Parkeerbeleid brengt ouderen in de problemen

Tot nu toe kunnen bezoekers in Utrecht parkeergeld betalen via de fysieke parkeermeters in de straat. Door een speciale code in te typen in de parkeermeter, kunnen zij gebruik maken van een kortingsregeling. Dit is bij ouderen belangrijk voor de thuiszorg en mantelzorgers. Maar ook voor bijvoorbeeld familieleden die langskomen voor sociaal contact.

Begin juli ontvingen de bewoners in de huidige 'betaald parkeerbijeenkomsten' een brief. De gemeente liet weten dat de parkeerkorting binnenkort met de webapp 'Mijn Parkeeractie' moet worden geactiveerd. De mogelijkheid om parkeerkorting aan te zetten met een code op de parkeermeter, verdwijnt in september/oktober.

De bewoners moeten de (korting op) parkeerkosten van hun bezoekers vanaf dat moment zelf regelen en betalen. Dit alles levert voor ouderen (vooral 75+ers) tal van problemen op:

- Sommige ouderen krijgen tot wel 5x of meer per dag bezoek van de thuiszorg, mantelzorgers en/of familie om hen in hun huishouden en verzorging te ondersteunen. Los van het bijhouden van de gegevens moeten zij nu ook voor de parkeerkosten van de bezoekers gaan betalen.
- Gemiddeld 50% van 75+ ouderen heeft geen gsm telefoon en ook het bezit van computer, tablet en laptop is beperkt.
- Veel ouderen hebben beperkte digitale vaardigheden of raken deze op latere leeftijd kwijt.
- Bewoners moeten hun saldo via IDEAL uploaden.
- De meeste ouderen maken geen gebruik van IDEAL, hebben moeite met DigiD en beschikken niet altijd over een actief emailaccount. Zij zijn daardoor afhankelijk van hulp van hun kinderen of sociale netwerk, hetgeen hun zelfstandigheid vermindert.
- Zij die geen netwerk hebben en zaken zo lang mogelijk zelf willen blijven doen, zijn afhankelijk van andere vormen van persoonlijke hulp en ondersteuning. Deze is vaak niet op loopafstand aanwezig en een telefonische hulplijn is niet altijd een optie.

COSBO-ACO is hierover direct met de gemeente in contact getreden. We hebben aangedrongen op een aantal concrete (overgangs-)oplossingen waardoor ouderen niet onnodig hard door de nieuwe regeling worden getroffen. De gemeente heeft hier nauwelijks gehoor aangegeven. Daarom hebben we een brief gericht aan de gemeenteraad, om onze zorg, argumenten en oplossingen ook daar onder de aandacht te brengen.

Vrees je ook in de problemen te komen door de nieuwe parkeerregeling of ken je mensen voor wie dit geldt: meld het ons

via secretaraat@kbostadutrecht.nl. Dan kunnen wij met deze voorbeelden proberen de gemeente te overtuigen van de noodzaak om de plannen aan te passen.

**Vooraankondiging
Ontmoeting met Thema - lunch
Vrijdag 21 oktober 2023
Aloysiuskerk
11:00 - 14:00 uur**

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

Het volledige programma kunt vinden in de Rondomme van oktober.

De kosten voor deze thema- Lunch is € 10,- voor KBO-leden en € 12:50 introducés.

Aanmeldingsformulier Thema-lunch bijeenkomst

Datum: vrijdag 20 oktober 2023				Aanvang: 11:00 uur	
Aloysiuskerk					
Adriaan van Ostadelaan 2, 3583 AJ Utrecht					
Leden KBO stad Utrecht: € 10,00 en voor Introducees: € 12:50.					
Naam:				Adres:	
Postcode:				Plaats:	
Tel:				Email:	
Aantal deelnemers					
Aantal Introducees					
Inleveren	Joyce Tjoa				
	Eduard Verkadelaan 115			3584 GT Utrecht	
	Email:	activiteiten@kbstadutrecht.nl			

WAAROM ?

We zien het nieuws van alledag
De oorlogen en branden
Maar ook reclames voor vakantie
We vliegen uit...
Verzekerde garantie.

Ik doe mijn ding van alledag
En heb contacten hier en daar
Heb lekker eten op mijn bord
Ik heb het goed... kom niets te kort.

En toch..ik voel dat er veel schort
Als ik in bed lig in gedachten
Dan zie ik velen op de vlucht
Alleen het vege lijf dat telt nog

Verlies van alles:
Familie, vrienden, werk en toekomst
Moet ik me schuldig voelen?

Wat kan ik doen?
We kunnen bidden om de vrede
Waar iedereen zich veilig voelt
Dat wat met vrede wordt bedoeld....

Nel Leenhouders.



Dialoog



Uitnodiging

De dialoog is bedoeld voor iedereen die in een ongedwongen sfeer in dialoog wil gaan over het thema 'De kunst van het ouder worden'.

Tijdens de dialoog doe je kennis op over het thema 'De kunst van het ouder worden' en kun je je ideeën en standpunten toetsen en verdiepen door met de andere deelnemers in dialoog te gaan.

Daarnaast oefen je aandachtig luisteren, je eigen gedachten onder woorden brengen en betekenisvolle vragen stellen.

Thema: De kunst van het ouder worden.

Wanneer: Zaterdag 9 september 2023.

Tijd: 11.00 - 13.00 uur.

Waar: De Oase, Zaal 2. Cartesiusweg 11, 3534 BA Utrecht.

Toegang: Gratis.

Programma

- 11.00 Inloop met koffie en thee.
- 11.30 Kennismaking en inleiding.
- 12.00 Groepsdialoog.
- 12.45 Rondvraag en Afronding.
- 13.00 Napraten en Netwerken.

Aanmelden

I.v.m. het aantal beschikbare zitplaatsen graag vooraf aanmelden.

Telefoon: 06 - 831 652 28 of e-mail: infomar@kpnmail.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