

Rondomme



Jaargang 72,
Juni 2024

INFO-BULLETIN
Uitgave van de KBO Stad - Utrecht

Oplage: 600 stuks

Bestuur KBO stad - Utrecht

Voorzitter:	Hans Stahl
Mobiel:	06 165 32 419
Secretaris:	Vacature
Adres:	Eduard Verkadelaan 115 3584 GT Utrecht
Email:	secretariaat@kbostadutrecht.nl
Penningmeester:	Vacature
Email:	penningmeester@kbostadutrecht.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@kbostadutrecht.nl
Communicatie:	Dick van der Horst
Adres:	Merelstraat 83514 CN Utrecht
	Tel: 030 271 62 93
Activiteiten:	Vacature
Email:	activiteiten@kbostadutrecht.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@kbostadutrecht.nl
Webmaster:	webmaster@kbostadutrecht.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

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.



KBO Stad Utrecht
Eucharistieviering
Aloysiuskerk
Vrijdag 21 juni 2024
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.

Van de voorzitter,

We zijn nu samen op weg naar de zomer waarbij we hopen op zonnige periodes, die bij ons passen. Als u wil genieten van een vakantie buiten de deur moet u natuurlijk wel de financiële ruimte hebben om u dat te kunnen permitteren. Dit kan ook niet mogelijk zijn wanneer u of uw partner geconfronteerd worden met fysieke of mentale problemen, waardoor u aangewezen bent op uw omgeving en aan huis gekluisterd bent.

De zomermaanden zijn dan vaak een moment waarin het erg rustig wordt in uw omgeving. Ook door de vakanties van uw kinderen en omdat er veel activiteiten voor senioren in zomermaanden op een lager pitje plaatsvinden. Ik besef terdege dat het voor veel mensen een periode kan zijn van extra eenzaamheid.

Mijn hoop is, dat wanneer u aan huis vastzit, u mensen thuis mag ontmoeten. Dat u kunt genieten van de bloemen en de vogels in uw tuin of op het balkon. Ik hoop dat u een rotsvast vertrouwen houdt in onze Heer en de Heilige Geest en dat u deze zomer mag genieten van de kleine dingen die op uw pad komen.

Om tóch mensen samen te laten komen, organiseren we op vrijdag 19 juli 2024 een ontmoetingsmiddag waar we samen, na de KBO-stad Utrecht eucharistieviering, willen gaan genieten van een heerlijke barbecue in de tuin van de Rafaëlkerk of, wanneer het weer het niet toelaat, gaan tafelgrillen in de ontmoetingsruimte van de Rafaëlkerk. Wanneer u het niet fijn vindt om alleen te komen neem dan gerust een familielid, vriend(in) of buurvrouw of buurman mee. Ik hoop u dan te mogen ontmoeten. Informatie hierover vindt u in deze Rondomme.

Zullen we, nu we weten wie de nieuwe minister-president van Nederland wordt, er voor zorgen dat er ook een zomerkabinet komt voor de senioren.

Hans Stahl

Valpreventie vergoed uit het basispakket

Preventieve zorg die het risico op vallen verkleint, wordt voortaan vergoed vanuit het basispakket. Met valpreventie wordt voorkomen dat mensen mogelijk meer en intensievere zorg nodig hebben.



Valrisicobeoordeling

Bij de valrisicobeoordeling wordt aan de hand van een uitgebreide vragenlijst bekeken welke factoren de oorzaak kunnen zijn van het hoge valrisico.

Daarna wordt er gelijk een advies op maat gegeven over eventueel te nemen vervolgacties. Dit advies kan bestaan uit verschillende maatregelen, zoals een controle op bijwerkingen van bepaalde medicijnen, een oogtest of een valpreventieve beweginginterventie.

Na twee à drie maanden kan een evaluatiemoment volgen om te kijken of het advies is opgevolgd. Dit evaluatiemoment is onderdeel van de valrisicobeoordeling. Voor deze zorg geldt een maximumtarief.

Valpreventieve beweginginterventie

Valpreventieve beweginginterventies kunnen plaatsvinden in zowel het sociaal domein (vanuit de gemeente) als in de Zorgverzekeringswet (Zvw). De prestaties die de NZa vaststelt, gelden alleen als de zorg valt onder de Zorgverzekeringswet.

Een fysiotherapeut of oefentherapeut begeleidt de beweginginterventie die bestaat uit een intake gevolgd door een trainingsprogramma. Voor deze zorg geldt een vrij tarief.

Bewezen effectieve zorg

Het Zorginstituut Nederland heeft in april 2022 beoordeeld dat [valpreventie bewezen effectief](#) is en voor een deel onder de

verzekerde zorg valt. Valpreventie is een goed voorbeeld van passende zorg omdat het risico op vallen wordt verkleind. Hiermee wordt voorkomen dat mensen mogelijk meer en duurdere zorg nodig hebben.

Wanner u hier gebruik van wilt maken of meer vragen over heeft neem dan contact op met uw huisarts of zorgverzekering.

ALTIJD THUIS

DE TUIN EEN STUKJE PARADIJS
MET BOMEN EN MET BLOEMEN
ZIJ DOEN HUN BEST OM MOOI TE ZIJN
NAAST RUST BRUIST ZIJ VAN LEVEN
DE VOGELS EN HET VLIEGEND GRUT
MAAR OOK DE GROND WORDT OMGESPIT
DE LENTE DUURT MAAR EVEN

MAAR WAT ER NIET OM AANDACHT VRAAGT
DE KIEZELS OP HET PAD
VAN WIT GEADERD TOT GRIJS EN ZWART
ZIJ DENKEN NA OVER WAT OOIT
HET LEVEN WAS IN ZEE OF WAD
ZO GLAD GESCHUURD EN EEUWEN OUD
DE EEUWIGHEID ONDER MIJN TRED

Nel Leenhouders

Kinopolis Jaarbeurs

Jaarbeursboulevard 300, 3521 BC Utrecht,

telefoon 030 200 30 00

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

De CinePlus bij Kinopolis 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.



The Great Escaper, vrijdag 7 juni 2024

Gebaseerd op het waargebeurde verhaal van de Britse Tweede Wereldoorlog veteraan Bernard Jordan die op 89-jarige leeftijd ontsnapte uit het verzorgingstehuis om de 70e herinneringsdag van D-Day in Normandië bij te wonen.

Met top-acteur Michael Caine (90) in de hoofdrol en Glenda Jackson in haar laatste rol voor haar dood in 2023. In de zomer van 2014 haalt Bernard Jordan (Michael Caine) wereldwijd het nieuws met zijn 'grote ontsnapping' uit het verzorgingshuis waar hij woont.

Zijn grote wens is om zich nog eenmaal bij zijn collega-oorlogsveteranen te voegen op het strand van Normandië ter herdenking van hun gevallen kameraden. The Great Escaper vertelt niet alleen het inspirerende verhaal van een man die probeert in het reine te komen met zijn blijvende oorlogstrauma. Bernie's avontuur, dat slechts 48 uur besloeg, viert ook de blijvende liefde in zijn 60-jarige huwelijk met Rene (Glenda Jackson) die haar echtgenoot op fantastische wijze steunt in zijn avontuur.



On Life, vrijdag 21 juni 2024

'One Life' vertelt het inspirerende, waargebeurde verhaal van Sir Nicholas Winton, door wiens inspanningen aan de vooravond van de Tweede Wereldoorlog meer dan zeshonderd kinderen uit de handen van de Nazi's werden gered.

Jarenlang zette hij en een aantal vrienden zich in om de kinderen veilig naar het Verenigd Koninkrijk te brengen, waar zij veelal geadopteerd werden door Britse gezinnen. Vijftig jaar later, in 1988, verwijt Nicholas zichzelf echter dat hij niet genoeg heeft gedaan om alle kinderen te redden. Pas als het BBC-programma 'That's Life!' hem uitnodigt om in hun programma te verschijnen, gebeurt er iets waardoor hij eindelijk in het reine begint te komen met het schuldgevoel en het verdriet dat hij al vijf decennia met zich meedraagt.

Academy Award-winnaar Sir Anthony Hopkins ('The Two Popes', 'The Father') speelt de rol van de oudere Sir Nicholas Winton en Johnny Flynn ('Emma', 'Beast') speelt de rol van de jongere Nicholas. De andere hoofdrollen worden vertolkt door Helena Bonham Carter ('Alice in Wonderland', 'The King's Speech', 'Sweeney Todd') en Sir Jonathan Pryce ('The Two Popes', 'The Wife').

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

www.kbostadutrecht.nl



KBO stad Utrecht
Ontmoetingsmiddag
Vrijdag 19 juli 2024
Aanvang: 11:00 uur (kerk open 10:30 uur)

Rafaelkerk
Lichtenberchdreef 4
3562 RD Utrecht

Het is weer tijd om samen te komen en te genieten van elkaars gezelschap! Graag nodig ik jullie uit voor een ontspannen middag vol gezelligheid en heerlijk eten. We gaan genieten van een heerlijke barbecue in de tuin van de Rafaelkerk of wanneer het weer het niet toelaat gaan tafelgrillen in de ontmoetingsruimte van de Rafaelkerk.

We zullen een assortiment aan heerlijke ingrediënten hebben om op de grill te leggen - van sappige stukjes vlees tot knapperige groenten. Het wordt een culinair avontuur waarbij we onze eigen smaakcombinaties kunnen creëren en delen.

Natuurlijk draait deze middag niet alleen om eten; het draait om het samenzijn en het creëren van mooie herinneringen. Dus breng je beste humeur en verhalen mee!

Laat me alsjeblieft weten of je aanwezig kunt zijn, zodat we rekening kunnen houden met het aantal gasten. We kijken er enorm naar uit om jullie allemaal te zien en samen een geweldige tijd te hebben.

Programma



Eucharistieviering Mariakapel
Aanvang: 11:00 uur
Celebrant: pastor K. Smits
Lector: Emmy Bouwman
Organist: Paul van Elst



Aansluitend

Koffie / thee en wat lekkers in de ontmoetingsruimte van de Rafaelkerk



Barbecue of Tafelgrillen

Om ongeveer 12:30 uur gaan we gezamenlijk aan tafel om te genieten van het heerlijke vlees, groentes, sausjes en een lekker drankje.



15:00 uur: Sluiting van deze ontmoetingsmiddag

De kosten voor deze ontmoetingsmiddag zijn: Leden KBO-stad Utrecht: € 12,50 en voor introducees: € 16,00

Wanneer u van deze heerlijke ontmoeting wil genieten kunt u zich tot en met zondag 12 mei 2024 opgeven bij voorkeur via email: activiteiten@kbostadutrecht.nl of het aanmeldformulier sturen naar Eduard Verkadelaan 115, 3584 GT Utrecht.

Na aanmelding kunt u het te betalen bedrag overmaken op rekeningnummer: NL06 INGB 0003 9444 17 t.n.v. KBO Stad-Utrecht onder vermelding van ontmoetingsmiddag 19 juli 2024

Omdat we een beperkt aantal mensen aan deze middag kunnen deelnemen adviseren wij u om u zo snel mogelijk op te geven en het te betalen bedrag over te maken. Wanneer u betaald hebt is u aanmelding definitief.

Eigen vervoer:

U kunt uw auto op het parkeerterrein van de Rafaelkerk,

Openbaar vervoer:

U-OV bus 6 Richting Overvecht Zuid

Uitstaphalte Landskroondreef, Utrecht (2 minuten lopen)



Ouder worden doe je samen

Het Nationaal Ouderenfonds pakt eenzaamheid aan. Wij brengen ouderen die alleen zijn samen met onze activiteiten. Wij geloven in de kunst van het samen ouder worden en de kunst van het ouder zijn. Onze pijlers: actief ouder worden, het inspireren tot een leeftijdsvriendelijke omgeving en het bestrijden van eenzaamheid. En dat blijft hard nodig. Want wist u dat bijna de helft van de ouderen zich eenzaam voelt? Meer dan 590.000 mensen voelt zich zelfs ernstig eenzaam! Voor deze mensen heeft een klein gebaar een grote impact.

Dit is waar wij voor staan:

Het Nationaal Ouderenfonds zet zich in voor ouderen in Nederland. Wij geloven in de kunst van het samen ouder worden en de kunst van het ouder zijn. Wij stimuleren ouderen om bewust sociaal actief te blijven. Zo blijven ze verbonden met anderen en kunnen van betekenis zijn. En we inspireren de maatschappij om een leeftijdsvriendelijke samenleving te zijn.

Dit is waar wij voor gaan:

Ouderen krijgen mogelijkheden en kansen om oud te worden zoals zij dit zelf willen. De oudere is betrokken bij de samenleving op de manier die hij of zij wenst. Wij richten ons hierbij op drie pijlers: stimuleren van actief ouder worden, inspireren tot een leeftijdsvriendelijke omgeving en het bestrijden van eenzaamheid.

Werkwijze

Het Ouderenfonds ontwikkelt projecten, diensten en activiteiten die ouderen stimuleren om op een actieve manier ouder te worden, die een leeftijdsvriendelijke omgeving mogelijk maken en eenzaamheid onder ouderen bestrijden. Dit doen we op basis van drie uitgangspunten: lokaal werken, samenwerken en werken als katalysator. Wij vinden het belangrijk dat iedereen zich welkom, gezien en thuis voelt bij het Ouderenfonds.

Wij maken geen onderscheid in leeftijd, godsdienst, handicap, culturele of etnische achtergrond, gender of seksuele voorkeur.

Organisatie

Bij het Nationaal Ouderenfonds werken zo'n 30 mensen en véle vrijwilligers die iedere dag werken aan een samenleving waarin iedere oudere telt. We vormen een professioneel, divers en hecht team. Het Ouderenfonds is een informele, jonge organisatie met een kantoor vlakbij station Amersfoort

Vrijwilligers

Vrijwilligers zijn onmisbaar voor het Ouderenfonds. Zij maken uitjes mogelijk, geven waardevolle en persoonlijke aandacht en organiseren vele activiteiten. Word je vrijwilliger bij ons, dan zet je je samen met zo'n 7.500 anderen actief in voor ouderen.

Op de hoogte blijven van wat wij doen? Schrijf je in voor onze nieuwsbrief of volg ons op sociale media.

Een aanrader, als aanvulling op onze KBO activiteiten

Kijk voor meer informatie op de site: www.ouderenfonds.nl

Onderzoek vervoersarmoede & 65+-ers

Beste leden van KBO stad Utrecht

Mark Adriaans en masterstudent stadsgeografie aan de universiteit Utrecht doet voor zijn masterscriptie onderzoek naar vervoersarmoede bij 65+-ers in Utrecht.

Dit onderzoek is mede op verzoek van de gemeente, die steeds meer signalen krijgt dat met name 65+-ers vaker moeite hebben om zich te verplaatsen in de stad. **Bijvoorbeeld door slechte wegen, trottoirs, buslijnen die verdwijnen en het taxibusje die problemen geeft.**

Hij hoort graag van 65+ers wat er goed gaat, beter kan en waar zij tegenaan lopen als ze ergens naar toe willen reizen.

Hiervoor zoekt hij 6-8 senioren die één uurtje vrij kunnen maken hiervoor. In een groepsgesprek delen ze gezamenlijk hun ervaringen met elkaar terwijl ik wat vragen en stellingen geef.

U krijgt hiervoor een kleinigheidje, maar u deelname is veel waardevoller: uw input gaat samen met die van andere groepen naar de gemeente, en zo dragen ze een beetje bij aan het verbeteren van de mobiliteitsvoorzieningen voor senioren in Utrecht.

Voor u deelname hoeft u niets voor te bereiden en het zal gewoon op locatie plaatsvinden. Graag vernemen wij van u of u aan dit onderzoek wilt meewerken. Omdat dat dit gesprek in juni zal gaan plaats vinden vernemen wij zo spoedig mogelijk uw reactie.

U kunt dit doen door een email te sturen naar secratariaat@kbostadutrecht.nl

Dank voor uw medewerking

Redactie KBO stad Utrecht



Voordelen als u lid wordt van ONS magazine

- Gebruik maken van het ledenvoordeel.
- U kunt het magazine online lezen.
- Iedere dag een puzzel maken.
- Eropuit met voordeel.
- Gebruik maken van aantrekkelijke productaanbiedingen.
- Puzzelen

En ... u kunt zich aanmelden op het mailmagazine dat 11x per jaar uitkomt. Hoe word ik lid van Ons magazine

Ga naar www.onsmagazine.nl en kies hier de optie:

1. Bent u lid van KBO zonder account?
2. Klik op account aanmaken en vul het formulier in.
3. Uw lidmaatschapsnummer is vereist.

Let op!!! Er is een 6 voor uw lidmaatschapsnummer gekomen.
Voorbeeld: 57755281 is geworden: 657755281

Mailmagazine ONS

Wilt u het magazine ook in uw e-mail ontvangen? Ga dan naar de website: www.onsmagazine.nl en ga daar naar de optie mailmagazine. Volg hier de stappen om u in te schrijven.



Dialogo Uitnodiging

De dialoog is bedoeld voor iedereen die in een ongedwongen sfeer in dialoog wil gaan over het thema 'De ontroering van het leven'.

Tijdens de dialoog doe je kennis op over het thema 'De ontroering van het leven' 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 ontroering van het leven.

Wanneer: Zaterdag 15 juni 2024.

Tijd: 12.00 - 14.00 uur.

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

Programma

12.00 uur Inloop met koffie en thee.

12.15 uur Inleiding De ontroering van het leven.

- Over ontroering en het leven.
- Ontroering door een verhaal, tekst of gedicht; het ge-laat van de ander; muziek; schoonheid; verwondering; stilte.
- De stilte piramide.

13.00 uur Dialoog.

13.45 uur Rondvraag en Afronding.

14.00 uur Napraten & Netwerken.

Aanmelden

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

Stichting voor Psycho-Sociale Wetenschappen.
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