

# AOVZ NIEUWSBLAD

ALGEMENE OUDERENVERENIGING ZOETERMEER E.O. AOVZ

Voorjaar 2019



# Voorwoord

Naast nieuws in deze derde uitgave van ons Nieuwsblad, komen ook zaken aan de orde die het bestuur bezighouden. Met name de onderwerpen die de bonden op 1 februari jl. bespraken met de wethouders Ingeborg ter Laak en Robin Paalvast. Samen met de KBOZ en PCOB deelden we onze zorgen over het te geringe aantal verpleeghuisplaatsen in Zoetermeer. Ouderen dienen in Zoetermeer te worden verpleegd en niet in een buurgemeente. Het is een onderwerp dat iedere keer weer om aandacht vraagt.

Aandacht werd ook gevraagd voor initiatieven – zoals het Ben Oude Nijhuis van Jan Slagter – voor kleine verzorgingshuizen. Die initiatieven kunnen niet zonder geld (van de gemeente?) van de grond komen, maar het bespaart geld als ouderen op die manier in een prettige omgeving oud(er) worden. Mogelijk blijft een duurder verpleeghuis hen dan bespaard.

Langer thuis wonen is een groot goed voor hen die hieraan behoefte hebben. Dat moet ook het uitgangspunt zijn voor (nieuw)bouw. Zelfs burgemeester Aptroot bepleitte dit 'levensloopbestendig bouwen' in zijn Nieuwjaarstoespraak. Dit moet in de praktijk wel worden toegepast. Een goed voorbeeld kan worden het zogenoemde Entreegebied waar kantoren plaats maken voor een groot aantal nieuw te bouwen woningen. De ouderenbonden zitten op het vinkentouw. Onze wens is om daar ook veel betaalbare appartementen voor ouderen te realiseren. Mogelijk met het neven-effect dat ouderen hiervoor hun relatief grote (huur)woningen verlaten om plaats te maken voor jonge gezinnen.

Want dat is eveneens een probleem: jongeren verlaten onze stad omdat ze hier geen huis kunnen krijgen.

De gemeente is in ons overleg nadrukkelijk gevraagd om bij de nieuwbouw Zoetermeeders voorrang te geven als die in Zoetermeer een woning zoeken. Dit lijkt op gespannen voet te staan met een afspraak van de gemeente in regioverband dat woningen in Zoetermeer ter beschikking staan voor mensen uit de regio Haaglanden.

Een ander heikel punt is de **digitalisering** waar de gemeente in onze ogen te ver doorschiet. In het verleden wilde de gemeente alleen nog digitale afspraken met haar bewoners maken. Door actie van de ouderenbonden is dat verhinderd en is de gemeente overdag tevens telefonisch bereikbaar. Nu wil de gemeente de aanvraag van de Zoetermeer-Pas digitaliseren. Het gaat daarbij om een kwetsbare groep ouderen met een beperkt inkomen die wellicht niet over internet beschikt. I.v.m. invoeringsproblemen is de ingangsdatum van de digitale aanvragen nu verschoven van 1 januari 2019 naar 1 januari 2020. De gemeente heeft toegezegd de pas niet eerder in te voeren dan nadat de ouderenbonden een proef hebben gedaan naar de praktische uitvoerbaarheid en de inspanning die dit vereist voor de aanvragers en of de vrijwilligers.

Bij de **rijbewijskeuring** speelt de digitalisering eveneens een negatieve rol. In het verleden konden bij de verlenging van een rijbewijs papieren bij de gemeente worden betaald en opgehaald. Bij sommige gemeenten kan dat nog steeds. Helaas niet in Zoetermeer en dat blijft ook zo. De bottleneck is het Centraal Bureau Rijbewijzen (CBR). De ervaring leert dat de administratieve afhandeling gemakkelijk vier maanden (of nog langer) in beslag neemt. Vanuit de NVOG, de landelijke organisatie waar de AOVZ is aangesloten, is hierover een brandbrief naar het ministerie van Verkeer gestuurd. Voor ons ouderen is het zaak tijdig een nieuw rijbewijs aan te vragen. Als ook u knelpunten signaleert, dan hoort ons bestuur dat graag.

Bestuursleden van de bonden doen mee met een experiment van de gemeente om de **Zoetermeerwijzer** te verbeteren. Op de Zoetermeerwijzer kan iemand via internet allerlei informatie opvragen over de gemeente en organisaties die binnen de gemeente actief zijn, zoals de ouderenbonden waaronder de AOVZ. Tot op heden is echter geen of nauwelijks informatie te vinden over de activiteiten van de ouderenbonden, hoewel er sinds 2016 vele brieven richting gemeente zijn verstuurd met voorstellen die digitale bereikbaarheid te verbeteren. Medio 2019 moet dit euvel verholpen zijn. Zo niet, dan zal het college van B&W gevraagd worden actie te ondernemen.

Ik wens u veel leesplezier.

*Koos Graniewski*

## Van de redactie:

In dit nummer weer heel veel informatie, met name over de algemene ledenvergadering op 28 maart. Misschien een beetje droge stof, maar toch belangrijk, omdat voor een levende vereniging de participatie van leden uiterst belangrijk is.

Verder weer allerlei andere wetenswaardigheden met hopelijk ook voor u iets interessants.

# Contributie 2019

Als u uw contributie voor 2019 nu nog niet betaald heeft, verzoeken wij u vriendelijk dat zo spoedig mogelijk te doen. Als u niet meer zeker weet of u al dan niet betaald heeft, stuurt u dan een mailtje naar [aovz@outlook.com](mailto:aovz@outlook.com) of bel even met de penningmeester, Theo Grootenboer, 079-3167302.

De contributie voor 2019 is niet veranderd ten opzichte van 2018. Dat betekent dat het lidmaatschap u € 20,- kost voor het hele jaar. Een partnerlidmaatschap kost € 10,-.

U kunt het bedrag overmaken naar onze bankrekening **NL 86 RABO 0307 9957 20** ten name van AOVZ Zoetermeer. **Wij sturen geen aparte nota hiervoor.**

## ENQUÊTE

In maart 2019 zal de OSO (Overlegorgaan van Samenwerkende Ouderenbonden) een enquête naar u toesturen. Hierin wordt gevraagd naar uw wensen en zorgen op gebieden als wonen, zorg en ondersteuning, mobiliteit (openbaar vervoer) en inkomen. Ook wordt u gevraagd naar uw vaardigheden op de computer. Een deel van de antwoorden op uw vragen op de bovengenoemde gebieden kunt u ook vinden op de Zoetermeerwijzer. Dat is de digitale sociale kaart van Zoetermeer en geeft aan wat er in Zoetermeer op deze gebieden mogelijk is.

### Waarom vragen we u die enquête in te vullen?

Het OSO-bestuur heeft regelmatig overleg met de gemeente (ambtenaren, maar ook met de wethouders) (zie ook het voorwoord van de voorzitter). We komen dan voor overleg over uw zorgen en vragen bij de gemeente om na te gaan welke oplossingen daarvoor binnen Zoetermeer zijn. U begrijpt dat we daarvoor goed beslagen ten ijs moeten komen en dat kan alleen met uw hulp.

### Hoe voeren we die enquête uit?

Als u een computer heeft en we kennen uw email adres dan vindt u deze maand die enquête op uw computer. Heeft u geen computer of kennen wij uw email adres niet dan krijgt u binnenkort die enquête in uw brievenbus met een gefrankeerde retourenveloppe. Uw antwoorden, zowel digitaal als schriftelijk, komen anoniem bij ons binnen en kunnen dus niet herleid worden naar een persoon.

Wij verzoeken u die enquête zo snel mogelijk in te vullen en naar ons terug te sturen. U hoort zo snel mogelijk wat boven aan ons en uw prioriteitenlijstje komt te staan. Bij voorbaat dank voor het invullen.

# AOVZ

## Algemene Ouderenvereniging Zoetermeer e.o.

### COLOFON

AOVZ-Nieuwsblad verschijnt eenmaal in de drie maanden; het is een uitgave van de Algemene Ouderenvereniging Zoetermeer e.o.  
Email: [aovz@outlook.com](mailto:aovz@outlook.com)  
Website: [www.aovz.nu](http://www.aovz.nu)  
Bankrekening: NL 86 RABO 0307 9957 20

Lidmaatschap van de vereniging staat open voor alle 60-plussers in Zoetermeer en omgeving; de jaarlijkse contributie bedraagt 20 euro, een partnerlidmaatschap kost 10 euro p.j.

### BESTUUR AOVZ:

Voorzitter:  
Koos Graniewski, tel. 079-3616340  
Secretaris:  
Jan Stekelenburg, tel. 079-3413686  
Penningmeester:  
Theo Grootenboer, tel. 079-3167302  
Leden:  
Ruud Baart, tel. 079-3312339  
Saskia van Dieren, tel. 079-3413023  
Evert van Dijk, tel. 079-3310350  
Tonny van Dommelen, tel. 06-28620943

### EINDREDACTIE:

Jan Stekelenburg

### DRUKWERK en TECHNISCHE VERZORGING:

Editoo B.V. Arnhem

### REDACTIEADRES:

Dublinstraat 163  
2713 HW Zoetermeer

### BEHEERDER WEBSITE:

Ron van Haastrecht



Een beeld van de koffieochtend van 17 januari



Hieronder een interessant bericht van de Skiclub Zoetermeer voor de echte wandelaars onder onze leden.

## Actief buiten

Wij zijn een vereniging voor sporters in en rond Zoetermeer en Voorburg. Men kan bij ons binnen en buiten trainingen volgen: SneeuwFit (skigym), GoFit (hardlopen) en NordicFit (nordic walking). De gemiddelde leeftijd van onze ruim 100 leden is inmiddels de 60 gepasseerd. In onze vereniging zijn saamhorigheid, gezelligheid en sportiviteit even belangrijk. Onze contributie is uiterst bescheiden (ca €17,- euro per verenigingsjaar + kosten per gekozen training: ca €67,- voor 6 maanden). Door de lage contributie én door het gevarieerde sportaanbod blijken wij voor velen toegankelijk.

Wat heeft onze vereniging de ouderen in Zoetermeer te bieden? Vooral een laagdrempelige manier van sportief bezig zijn!

In de winter wordt er iedere zaterdagmorgen een frisse wandeling door het Westerpark gemaakt; in de zomer trainen wij op maandagavond en op zaterdagmorgen. Daarnaast vindt er in de wintermaanden een gevarieerde gymles plaats op maandagavond aan de Steeneikzoom te Rokkeveen. Bij al deze trainingen is het mogelijk om op eigen niveau te trainen; ervaring is beslist niet vereist. Alhoewel onze vereniging ooit ontstond uit een afdeling van de Nederlandse Skivereniging, is het percentage skiërs onder onze leden inmiddels minimaal. De meesten beoefenen het nordic walken, of wandelen zelfs zonder stokken mee.

Meer informatie over de SkiClub Zoetermeer e.o. vindt u op onze website: [www.skizoetermeer.nl](http://www.skizoetermeer.nl), onder het menu "Sporten" staat een beschrijving van de 3 hierboven genoemde trainingsvarianten. Een geïllustreerde verslaglegging van onze activiteiten vindt u op onze Facebook-pagina. Mocht u direct al willen kennismaken is men altijd welkom om een keertje mee te doen. In dat geval graag aanmelden via [trainingen@skizoetermeer.nl](mailto:trainingen@skizoetermeer.nl) opdat wij op uw komst kunnen rekenen.

# Veilig Thuis

Wanneer je bent geholpen op de Spoedeisende Hulp, wil je het liefst zo snel mogelijk naar huis. Dat kan lastig zijn, als je alleen bent, niet zelfstandig thuis kunt zijn door de ontstane medische situatie, maar ook niet in het ziekenhuis opgenomen hoeft te worden. Het LangeLand Ziekenhuis doet nu mee aan een pilot, waarbij meteen wordt gezocht naar een oplossing.

De pilot is opgezet samen met Veilig Thuis, een initiatief van Vierstroom. Dag en nacht rijden er twee auto's met verpleegkundigen rond die reageren op oproepen. Zij verlenen zorg bij ouderen thuis, maar helpen ook ouderen vanaf de Spoedeisende Hulp.

Na, bijvoorbeeld, een ongelukkige val kan het zo zijn dat het thuis gewoon niet meer gaat. Een ziekenhuisopname is dan niet geschikt, omdat zij geen verpleging, maar verzorging nodig hebben, bijvoorbeeld een nacht in een verpleeghuis, waarna dan gezocht kan worden naar een structurele oplossing.

De verpleegkundigen van Veilig Thuis maken samen met de arts van de Spoedeisende Hulp een inschatting over de beste zorg voor de patiënt. Dat kan zijn dat zijzelf de acute thuiszorg leveren die op dat moment nodig is of, eventueel, een overnachting in een zorgpension of verzorgingshuis regelen. Als de eerste problemen zijn opgelost, zorgt de verpleegkundige van Veilig Thuis ervoor dat de patiënt wordt overgedragen aan de juiste thuiszorgorganisatie.

Volgens SEH-arts Bouman is de pilot een goed voorbeeld van samenwerking tussen eerstelijnszorg (huisarts en thuiszorg) en tweedelijnszorg (ziekenhuis). Hij is dan ook erg blij dat ze de ouderen deze zorg kunnen bieden en hij hoopt dat het succes van de pilot zal zorgen voor een blijvende oplossing.



## De AOVZ-belastinginvulhulp.

Eind februari heeft u weer de overzichten binnengekregen van de inkomsten 2018 uit de AOW en eventuele pensioenen. Aan de hand daarvan kunnen dan de aangifteformulieren inkomstenbelasting worden ingevuld. Vanaf 1 maart heeft de belastingdienst alle gegevens over de inkomsten, spaartegoeden en – eventueel – hypotheek e.d. verwerkt. Tussen 1 maart en 1 mei kunnen de belastingaangiften worden ingediend.

Wat de belastingdienst niet weet is of u ook uitgaven heeft voor medische zorg, giften e.d. Die kunt u, onder bepaalde voorwaarden, aftrekken, zodat u minder belasting hoeft te betalen en mogelijk geld terugkrijgt.

Onze belastinginvulhulp kunnen u daarbij helpen. Voorwaarden zijn dat u AOW ontvangt en dat uw totale inkomen niet hoger is dan € 35.000,-, als u alleenstaande bent, of € 50.000,- voor een (echt)paar. Voor deze hulp betaalt u een klein bedrag (maximaal) € 12,-).

Wilt u belastinghulp hebben, neem dan contact op met de belastinghulp die u ook in voorgaande jaren heeft geholpen.

Als u nog nooit door een AOVZ-belastinginvulhulp bent geholpen, stuurt u dan een email naar [aovz@outlook.com](mailto:aovz@outlook.com), of, als u geen email hebt, belt u dan naar Jan Stekelenburg, 079-3413686.

## Het Alzheimercafé

Iedere eerste dinsdag van de maand bij Wel Thuis, locatie De Morgenster, Nassaulaan 11.  
Zaal open 19.00 uur, start programma 19.30 uur, einde programma 21.00 uur, tot 21.30 uur gelegenheid tot naperen.

Thema's in de komende maanden:

**5 maart:** Praktische hulpmiddelen bij dementie:  
Welke hulpmiddelen kunnen mensen met dementie helpen om zo lang mogelijk veilig en zelfstandig te wonen?

**2 april:** Mantelzorg, zorg goed voor jezelf!  
Het leven met een naaste met dementie vraagt veel van de mantelzorg. Om dat vol te kunnen houden is het belangrijk om goed voor jezelf te zorgen. Maar hoe doe je dat en wat is mogelijk? een avond met informa-

advertentie



### Tafeltennis en Gezelligheid bij Taverzo!

Kom eens langs bij de gezelligste tafeltennisvereniging van Zoetermeer!

Tafeltennis is niet alleen leuk om te doen, maar ook heel goed voor het onderhouden of verbeteren van uw gezondheid! Naast dat u op uw eigen niveau een balletje kunt slaan is er ook altijd gezellig in de kantine. Men komt hier niet alleen om te sporten, maar ook om bij te kletsen met elkaar.

Lijkt het u leuk om eens bij ons langs te komen? U bent van harte welkom op een van de drie onderstaande overdagsgroepen:

Maandag 10.00 uur – 12.00 uur

Dinsdag 09.30 uur – 12.30 uur

Donderdag 10.00 uur – 12.30 uur

Adres Taverzo: Willem Alexanderplantsoen 4

contactpersoon: Sven Groot

[sven@taverzo.nl](mailto:sven@taverzo.nl), 06-27090261

tie en praktische tips.

### **7 mei:** Rondom het levenseinde.

Hoe om te gaan met moeilijke vragen als wel of niet doorgaan met behandelen? Moet elke mogelijke behandeling gedaan worden? Hoe kun je de wil bepalen van de zieke die zich niet goed kan uiten en wie beslist? Gevoelige onderwerpen die we bespreken met mevrouw dr. D. Touwen, Ethiek en Recht in de gezond-

## Nuttige adressen:

**De ouderenadviseur van PaletWelzijn** geeft informatie en advies over wonen, zorg, welzijn en financiën aan zelfstandig wonende ouderen en hun mantelzorgers.

Hij/zij kan u raad geven bij vragen als:

- wat is verstandiger, verhuizen of mijn huis aanpassen?
  - voor welke financiële regeling kom ik in aanmerking?
  - mijn partner is overleden, nu moet ik alles zelf regelen.
- Wie kan mij daarbij helpen?
- Ik voel me soms alleen. Hoe leer ik nieuwe mensen kennen?

De spreekuren per wijk zijn:

Buytenwegh De Leyens: Gondelkade 33, donderdag 14.00 - 15.00 uur, tel. 088-0234213

Dorp, Driemanspolder, Palenstein en Stadscentrum: Bijdorplan 471, dinsdag 10.00 - 11.00 uur, tel. 088-0234215

Meerzicht: Albrandswaard 1, woensdag 10.00 - 11.00 uur, tel. 088-0234211

Oosterheem: Zanzibarplein 5, maandag 13.00 - 14.00 uur, tel. 088-0234213

Seghwaert Noordhove: Petuniatuin 7A, maandag 11.30 - 12.30 uur, tel. 088-0234214

Rokkeveen: De Vlieger, Groenblauwlaan 133, donderdag 10.00 - 11.00 uur, tel. 088-0234212

**ZoSamen en PaletWelzijn** bieden samen ondersteuning aan mantelzorgers; advies, steun en informatie zijn kostenloos. U kunt in contact komen via telefoonnummer 0800-0200401 en via email [w.koning@paletwelzijn.nl](mailto:w.koning@paletwelzijn.nl).

**Administratieve dienstverlening voor ouderen:** Als u problemen hebt met het invullen van formulieren of het op orde houden van uw financiële administratie kunnen medewerkers van PaletWelzijn u helpen; u kunt in contact komen via de ouderenadviseurs of telefonisch via 0800-9359456 (op werkdagen tussen 9.00 en 12.30 uur)

Voor deelname aan een **telefooncirkel** kunt u bellen met 088-0234233

# De gemeente helpt.

De gemeente kan u helpen om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven en mee te doen in de maatschappij. Via de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) biedt zij hulp aan:

- bij het huishouden,
- bij vervoer,
- bij aanpassingen in uw woning,
- bij huiselijk geweld.

De gemeente komt pas in actie als het u niet lukt om het probleem zelf op te lossen. Als in een gesprek met een medewerker van de gemeente blijkt dat u het echt niet zelf kunt oplossen, komt u in aanmerking voor ondersteuning door de gemeente.

Op de website [zoetermeerwijzer.nl](http://zoetermeerwijzer.nl) vindt u heel veel informatie over de hulp die u via de gemeente kunt krijgen. U kunt daar doorklikken naar verschillende onderdelen, waar u kunt zien waar u recht op zou hebben. Daarna kunt u een online afspraak maken via de website of via telefoonnummer 14079.

## Huur - en zorgtoeslagen

Zorgelijk is dat landelijk ongeveer een vijfde van de mensen die recht hebben op een huur- of zorgtoeslag daarvan geen gebruik hebben gemaakt.

U hebt recht op een **huurtoeslag** als u aan de volgende voorwaarden voldoet:

Voor gehuwden: uw inkomen is minder dan € 30.400 per jaar, uw vermogen minder dan € 60.720 per jaar  
Voor alleenstaanden zijn die bedragen resp. € 22.400 en € 30.360

U moet zelfstandig wonen, de huur mag in 2019 maximaal € 720,45 zijn

U hebt recht op een **zorgtoeslag** als u aan de volgende voorwaarden voldoet:

Voor gehuwden: uw inkomen is minder dan € 35.996 per jaar, uw vermogen minder dan € 145.415 per jaar  
Voor alleenstaanden zijn die bedragen resp. € 28.720 en € 114.415

De belastinginvulhulp van de AOVZ kunnen u eventueel helpen bij het aanvragen van een toeslag. Als u de toeslag over 2018 nog niet hebt aangevraagd, kan dat nog tot 1 september 2019.

### Algemene Ledenvergadering 28 maart 2019

Het bestuur nodigt u hierbij uit voor de Algemene Ledenvergadering van de AOVZ op **donderdag 28 maart**.

Plaats: Dienstencentrum Albrandswaard  
Aanvang: 10.00 uur, einde uiterlijk 11.45 uur.

1. Opening door de voorzitter
  2. Verslag van de ledenvergadering van 5 april 2018
  3. Jaarverslag 2018
  4. Financieel jaarverslag 2018
  5. Verslag van de kascommissie
  6. Begroting 2019
  7. Verkiezing bestuursleden
  8. Rondvraag
- Sluiting van het officiële gedeelte, omstreeks 10.45 uur

Na de koffiepauze, om 11.00 uur, zal Simone Wijga van de stichting PaletWelzijn spreken over de activiteiten van PaletWelzijn en wat PaletWelzijn voor u kan betekenen.

#### **Toelichting bij de agenda:**

*Agendapunten 2 en 3: de verslagen staan elders in dit Nieuwsblad;*

*Agendapunten 4 en 6: de financiële stukken zijn vanaf een half uur voor de aanvang van de vergadering in de zaal beschikbaar. Als u eerder over de stukken wilt beschikken, kunt u ze, bij voorkeur via de email, opvragen bij de secretaris, AOVZ@outlook.com.*

*Agendapunt 7: zoals vermeld in het jaarverslag worden bestuursleden voor een termijn van uiterlijk 2 jaar gekozen, waarna zij zich weer herkiesbaar kunnen stellen. Dit jaar treden Koos Graniewski, Jan Stekelenburg, Evert van Dijk en Ruud Baart af als bestuurslid, Koos Graniewski, Jan Stekelenburg en Evert van Dijk zijn herkiesbaar. Het bestuur is verheugd dat Irene Fluit zich kandidaat wil stellen voor een bestuursfunctie en ondersteunt haar kandidatuur van harte.*

### Beknopt verslag van de Algemene Ledenvergadering AOVZ, 5 april 2018

In de inleiding kwamen de volgende punten aan de orde:

De AOVZ beschikt over een gezonde financiële basis. Daardoor kunnen wij nu een experiment starten met een andere vorm van communicatie met de leden: er komt 1 x per kwartaal een tijdschrift met alle actuele informatie bij de leden thuis, bovendien kunnen er exemplaren worden verspreid in de dienstencentra en bibliotheek; In het najaar zal de OSO een themabijeenkomst over gezondheidszorg en ouderenzorg organiseren met als spreker Jan Slagter;

Het verslag van de Algemene Ledenvergadering van 6 april 2017 wordt goedgekeurd.

Het jaarverslag over 2017 wordt eveneens goedgekeurd.

De penningmeester, Theo Grootenboer, geeft een toelichting op het financieel jaarverslag en de balans; hij zegt dat wij een financieel rustig jaar hebben gehad, waarin voldoende reserve is opgebouwd om een experiment met een andere vorm van communicatie te bekostigen. Het lidmaatschap van de FASv bedraagt € 3,50 per lid; van dat bedrag gaat € 2,- naar de Nederlandse Vereniging van Organisaties van Gepensioneerden, NVOG, die ons vertegenwoordigt in landelijke overlegsituaties, samen met o.a. KBO en PCOB, € 1,50 is ter dekking van de kosten die de Federatie zelf maakt bij de organisatie en ondersteuning van alle zelfstandige plaatselijke verenigingen.

Namens de kascontrolecommissie doet Ron van Haastrecht verslag en hij vraagt de vergadering akkoord te gaan met het gevoerde beleid en het bestuur décharge te verlenen. Aldus geschiedt.

Ineke Rijdsdam en Ron van Haastrecht zijn bereid om weer in de kascontrolecommissie voor 2018 plaats te nemen, Hellen Graniewski is reserve.

De begroting voor 2018 wordt ongewijzigd goedgekeurd.

De drie reglementair aftredende bestuursleden worden voor een periode van 2 jaar opnieuw gekozen, er zijn geen tegenkandidaten.

#### Rondvraag:

Ouderen die zorg nodig hebben moeten soms buiten Zoetermeer in een verpleeghuis worden ondergebracht; er wordt wel bijgebouwd voor dementerende ouderen, maar de capaciteit is onvoldoende. De drie ouderenbonden van Zoetermeer benoemen dit probleem in hun gesprekken met de politieke partijen die dit voorjaar zijn gestart;

Na afloop van de vergadering gaf Hellen Graniewski een boeiende PowerPoint presentatie over "zien".

# AOVZ jaarverslag 2018

## Inleiding

De Algemene Ouderenvereniging Zoetermeer en omstreken is op 15 december 2015 bij notariële akte opgericht met als voornaamste doelstellingen belangenbehartiging, dienstverlening en het (doen) organiseren van activiteiten voor senioren.

Met de belangenbehartiging bedoelen we onze gezamenlijke inspanningen, samen met de twee andere ouderenbonden in Zoetermeer via de Stichting Overleg Samenwerkende Ouderenbonden, op het gebied van zorg, wonen, inkomen en mobiliteit.

Bij dienstverlening doelen we onder meer op telefonische adviezen, de hulp bij het invullen van belastingformulieren, assistentie bij de zogenaamde keukentafelgesprekken, het tegen een gereduceerd tarief kunnen ondergaan van een rijbewijskeuring en het aanbieden van kortingen op de tarieven van zorgverzekeringen.

Ook op sociaal cultureel organiseerden wij diverse activiteiten, waarover verderop in dit jaarverslag meer.

## De organisatie

### Bestuur:

De samenstelling van het bestuur was:

Koos Graniewski, voorzitter,

Jan Stekelenburg, secretaris,

Theo Grootenboer, penningmeester,

Saskia van Dieren, lid,

Tonny van Dommelen, lid,

Evert van Dijk, lid

Ruud Baart, lid.

Rooster van affreden bestuursleden:

Volgens de statuten worden bestuursleden gekozen voor een periode van maximaal 2 jaar, waarna zij weer herkiesbaar zijn. Dat betekent dat elk jaar (ongeveer) de helft van de bestuursleden periodiek aftreedt. Het rooster van affreden luidt:

2019: Koos Graniewski, Jan Stekelenburg, Ruud Baart,

Evert van Dijk.

2020: Theo Grootenboer, Saskia van Dieren, Tonny van

Dommelen

### Vertegenwoordiging in de OSO:

De OSO is het samenwerkingsorgaan van KBOZ, PCOB en AOVZ, waarin de belangenbehartiging van alle Zoetermeerse ouderen wordt gecoördineerd. In de Stichting OSO worden wij vertegenwoordigd door 2 bestuursleden, Koos Graniewski, die tevens voorzitter is van OSO, en Saskia van Dieren.

### Bestuursvergaderingen:

Het bestuur vergaderde eenmaal per maand, in de regel op de tweede dinsdag van de maand. In het verslagjaar heeft het bestuur 11 maal vergaderd.

### Federatie van Algemene Seniorenverenigingen:

De AOVZ is aangesloten bij de landelijke Federatie van Algemene Seniorenverenigingen, die een krachtenbundeling wil zijn van plaatselijke verenigingen. Door de samenwerking in de FASv kunnen wij kortingen op de zorgpolisbedingen voor onze leden. Bovendien biedt de Federatie in samenwerking met de Belastingdienst scholing en faciliteiten voor de belastinginvulhulpen.

De Federatie is op haar beurt weer aangesloten bij de Nederlandse Vereniging van Organisaties van Gepensioneerden, NVOG, die op landelijk niveau actief is in de belangenbehartiging van senioren.

## De leden:

Op 1 januari 2018 stonden 308 leden ingeschreven, op 31 december 2018 was het ledenaantal 367. In 2018 zijn 5 leden overleden, 11 leden hebben aan het eind van het jaar hun lidmaatschap opgezegd. Verder zijn 11 leden uitgeschreven, omdat zij de contributie niet betaald hadden.

### Algemene Ledenvergadering:

De Algemene Ledenvergadering werd gehouden op 5 april in de Albrandswaard, daar waren 39 leden aanwezig. Het verslag van de vergadering is gepubliceerd in de Nieuwsbrief van mei.

### De nieuwsbrief/AOVZ-Nieuwsblad:

De communicatie van het bestuur met de leden verliep tot september grotendeels via de tweemaandelijks nieuwsbrief. De meeste leden kregen de nieuwsbrief via de email toegestuurd. De leden die geen emailadres hebben kregen een schriftelijk exemplaar bezorgd. Sinds begin september krijgen alle leden een 3-maandelijks tijdschrift thuis bezorgd, het AOVZ-Nieuwsblad. Dit blad biedt meer mogelijkheden en ziet er aantrekkelijker uit, waardoor het ook een duidelijker pr-doel dient. Bovendien blijkt in de praktijk dat informatie die via email wordt verspreid heel snel vervluchtigt. Het Nieuwsblad wordt samengesteld door middel van software van Editoo B.V. in Arnhem, waar het ook gedrukt wordt en daarna via Sandd verspreid.

Via de email stuurt het bestuur ook tussentijds berichten, bijv. van de Federatie van Algemene Seniorenverenigingen. Ook over lokale activiteiten worden de leden, indien nodig, via de email op de hoogte gehouden.

### De website:

Onze vereniging heeft twee websites, die worden onderhouden door Ron van Haastrecht, namelijk [www.aovz.nu](http://www.aovz.nu) en [www.algemeneouderenverenigingzoetermeer.nl](http://www.algemeneouderenverenigingzoetermeer.nl). Via de websites kan iedere belangstellende zich laten informeren over alles wat de AOVZ doet.

## Dienstverlening:

### Hulp bij het invullen van de belastingaangifte:

In 2018 bestond het team belastinghulpvrijwilligers uit Lex van Dieren, Chris Schoenmaker, Jan Stekelenburg, Evert van Dijk en Ad van den Hoogen. Samen hebben zij zo'n 122 verschillende adressen bezocht om leden te helpen bij het invullen van de belastingaangifte 2017.

### Collectiviteitskorting bij zorgverzekeringen:

Veel leden maken gebruik van de mogelijkheid om korting te krijgen op de premie van de zorgverzekering. Dat is mogelijk omdat de landelijke Federatie die kortingen heeft kunnen bedingen bij een groot aantal verzekeringen.

### Rijbewijskeuringen:

Alle leden van de OSO-bonden, dus ook van de AOVZ, kunnen tegen een gereduceerd tarief van een keuring ondergaan voor het verlengen van hun rijbewijs. Deze keuring is nu verplicht voor iedereen van 75 jaar en ouder. Tot oktober vonden die keuringen plaats in het Ouderenkantoor door dokter Van der Helm, maar sindsdien is die taak overgenomen door dokter Eenink, die de keuringen verricht op zijn huisadres. Het nieuwe tarief is € 35,-.

### Individuele belangenbehartiging:

Twee AOVZ-leden, Hans Lindeboom en Koos Graniewski, hebben bij Zorgbelang een cursus gevolgd, waardoor zij leden kunnen helpen bij o.a. gesprekken met de gemeente in het kader van de Wmo, de zogenaamde keukentafelgesprekken.

### FASv-ledenvoordeel:

AOVZ-leden kunnen sinds dit jaar profiteren van kortingen en aanbiedingen via [www.fasv-ledenvoordeel.nl](http://www.fasv-ledenvoordeel.nl).

## Sociaal-culturele activiteiten

### Bingo:

Elke vierde vrijdagmiddag van de maand wordt voor een grote groep leden en niet-leden een gezellige bingo georganiseerd in het dienstencentrum Bijdorplaan. Onder de enthousiaste leiding van Cees Vollebregt en Ria Bakker spelen daar iedere keer tussen de 80 en 100 mensen mee.

### Bowling:

Ook in 2018 werd in het voor- en najaar in competitieverband gebowld onder leiding van Wim van Enkhuijzen.

### Fietsclub:

In de maanden april tot oktober werd er bij goed weer een fietstocht georganiseerd op de woensdagochtend. De belangstelling daarvoor bleek zo groot dat een ledenstop moest worden ingesteld.

### Koffieochtenden:

De koffieochtenden trekken langzamerhand een min of meer vaste kern bezoekers, maar zijn uiteraard open voor alle leden. Zij werden in 2018 georganiseerd op 25 januari in de Albrandswaard, 3 juli in de Gondelkade en op 25 oktober in de Albrandswaard.

### Literatuurgroep:

Elke vierde maandagmiddag van de maand kwam weer een groepje leden bij elkaar om onder leiding van Saskia van Dieren een boek te bespreken.

### Museumbezoek:

Een activiteit waarmee wij in 2016 zijn begonnen is het bezoeken van een museum en het volgen van een rondleiding daar. We bezoeken musea in de omgeving van Zoetermeer die gemakkelijk met het openbaar vervoer bereikbaar zijn.

In 2018 zijn de volgende excursies georganiseerd: 30 januari: het Mauritshuis in Den Haag, 31 juli: Museum Boerhaave in Leiden en 6 november de Rubenstentoonstelling in Museum Boymans-van Beuningen in Rotterdam.

### Dagtochten:

In OSO-verband hebben weer veel van onze leden deelgenomen aan de twee dagtochten die zijn georganiseerd: op 17 mei naar Haarzuilens, Scherpenzeel met als afsluiting een boottocht over de Vecht en op 20 september een dagtocht over de Veluwe met volksdansen in Harskamp als spetterend slot. De organisatie is voor ons in handen van Siegfried Weverling en Rosalie van der Meer.

### Tafeltennis:

In samenwerking met de tafeltennisvereniging Taverzo is sinds april iedere maandagochtend een senioren groep actief in de Taverzosaal aan het Willem Alexanderplantsoen.

### Incidenteel:

Op 16 mei heeft een groep leden op uitnodiging van de fractie van 50-Plus een bezoek gebracht aan de Tweede Kamer, waar ons ook een kijkje achter de schermen werd vergund.

## Tenslotte:

Het ledenaantal is in de loop van 2018 met ongeveer 18% gegroeid. Maar, als de AOVZ in de toekomst invloed wil blijven uitoefenen op het functioneren van de gemeente en andere instanties waar ouderen mee te maken hebben, is het noodzakelijk dat die groei doorgaat.

Bovendien wordt het steeds belangrijker dat zich kandidaten melden voor een bestuursfunctie: een frisse blik is noodzakelijk.

Februari 2019

Jan Stekelenburg

## Bewegen: goed voor u!

Als u vindt dat u eigenlijk te weinig beweegt, is het wellicht een oplossing om onder deskundige begeleiding één of twee uurtjes in de week actief bezig te zijn met allerlei apparaten in een fitnesszaal. Paramedisch Centrum Impact heeft alle faciliteiten in huis. U kunt daar een uur oefenen in uw eigen tempo en op uw eigen niveau, terwijl u adviezen krijgt om uzelf in vorm te houden.

Professionele begeleiding is natuurlijk niet goedkoop, maar als AOVZ-lid krijgt u een korting van 20% op de reguliere tarieven! Een enkel voorbeeld: éénmaal in de week een uur trainen kost normaal € 48,50 per maand, als lid betaalt u € 38,80, voor 4 lessen dus. De prijs per kwartaal is voor ons € 111,20 i.p.v. € 139,-, dat is dus 8,55 per uur. Bedenk dat bij die prijs persoonlijke begeleiding is inbegrepen.

Als u meer wilt weten: in de advertentie op de achterpagina ziet u meer gegevens.

### Reumapatiëntenvereniging

De Reumapatiëntenvereniging Zoetermeer organiseert een aantal activiteiten voor mensen die lijden aan reuma. Er zijn middagbijeenkomsten op maandagen in het wijkcentrum De Oosterpoort, Zanzibarplein 5, in Oosterheem, er zijn oefengroepen hydrotherapie en fysiotherapie, er is een inloopspreekuur iedere eerste woensdag van de maand in de Hoofdbibliotheek.

Voor meer informatie over de vereniging en de activiteiten kunt u contact opnemen met de secretaris, de heer R. Reimerink, via email [secretaris@rpvzoetermeer.nl](mailto:secretaris@rpvzoetermeer.nl) of tel. 079-8886075.

## Dansen voor ouderen

Op zaterdagmiddag 16 februari jl. werd vanaf 13.00 uur tot 16.15 uur door de Stichting Zonnebloem een Dansmiddag georganiseerd voor ouderen. Jessica Dansen lieten zien wat mogelijk is om ouderen een plezierige middag te bezorgen. Naast verschillende dansstijlen werden ook rollator- en rolstoeldansen aan het ruim 65 belangstellenden tellend publiek gedemonstreerd.

De aanwezigen genoten van de voortreffelijke sfeer en danskleding. Vele vrijwilligers zorgden dat de aanwezigen niets te kort kwamen en verzorgden drank en hapjes.

Voor informatie over Stijl en Dansen voor ouderen kan men terecht bij Jessica Dansen, Gaardedreef 185, tel 06-23457204.

Verslag Evert van Dijk.

### AOVZ-Activiteiten maart/april/mei

#### Bingo:

Elke 4e vrijdag van de maand 13.30 u. in de Bijdrplan 471 (Hortus); de leiding is in handen van Cees Vollenga en Ria Bakker;

#### Koffieochtenden:

De volgende koffieochtend is op dinsdag 16 april tussen 10.30 en 12.00 uur in de Gondelkade.

#### Belastinginvalhulp:

Deskundige vrijwilligers helpen bij het invullen van belastingformulieren van leden met een AOW en een inkomen tot € 35.000,- (alleenstaanden) of echtparen met een inkomen tot € 50.000,-.

**Rijbewijskeuringen voor € 35,-** (NB vraag de keuring tijdig aan. Soms is nader onderzoek nodig) :

Wij zijn heel blij dat dr W.J. Eenink bereid is de keuring van onze leden voort te willen zetten. Die keuring vindt niet langer plaats in ons ouderenkantoor, maar bij dr Eenink, Bachrode 50, 2717 AN Zoetermeer.

Voor de uitvoering daarvan kunt u vanaf heden rechtstreeks een afspraak maken met dr Eenink, via telefoon 06 53120304

U hoort dan tevens wat u mee moet nemen.

De kosten van de keuring bedragen € 35,00 en deze moeten contant worden voldaan.

Als u gekeurd moet worden, maak dan tijdig een afspraak.

#### Literatuurgroep:

Een groepje van (max.) 10 deelnemers bespreekt met elkaar elke 4e maandagmiddag van de maand een boek, dat iedereen van tevoren heeft gelezen. Voor inlichtingen bel Saskia van Dieren, tel. 3413023

#### Museumbezoek:

Periodiek wordt een museum bezocht onder begeleiding van een gids.

#### Individuele belangenbehartiging:

Aanmelden bij Koos Graniewski, tel. 079-3616340.

#### Tafeltennis:

Elke maandagochtend tussen 10 en 12 uur kunnen leden en andere belangstellende sportieve senioren in de zaal van tafeltennisvereniging Taverzo, Willem Alexanderplantsoen 4, gezellig een partijtje tafeltennis onder deskundige begeleiding. Van tevoren aanmelden is niet nodig.

# OSO-dagtocht Doesburgsche Mosterdfabriek

**donderdag 16 mei**

Na het ophalen rijden we naar de omgeving van Wageningen waar u ontvangen wordt met koffie en gebak. Hierna volgt een prachtige rondrit langs Ede en over de Veluwe.

In Eerbeek nuttigen wij de warme maaltijd. Hierna rijden we naar het oude Hanze-stadje Doesburg aan de IJssel. Hier zijn we te gast bij de alom bekende Doesburgsche Mosterdfabriek, tevens museum. Tijdens de rondleiding kunt u zien hoe Boerenmosterd nu nog wordt gemaakt. Het afvullen in luxe potjes wordt nu nog in oude afvulapparaten gedaan. Ook wordt u verteld hoe vroeger thuis mosterd werd gemaakt en er zoveel mosterd werd gegeten. Zeker is dat u met veel smakelijke ideeën naar huis gaat, terwijl u bovendien kennis hebt gemaakt met een typisch Oudhollands ambacht. Naast de mosterdfabriek vindt u de "De Gildehof" met diverse oude ambachten en leuke winkeltjes gegroepeerd om een gezellig plein in oude stijl.

Thuiskomst ca. 19.30 uur. De kosten voor leden van de ouderenbonden Zoetermeer zijn € 53,00 en voor niet-leden € 57,00 p.p. inclusief fooi chauffeur. Er is geen annuleringsverzekering inbegrepen.

Na aanmelding zien wij graag uw betaling tegemoet op rekening NL 30 INGB 0006 065 569 ten name van Stichting OSO, onder vermelding van dagtocht 16-5-2019 + indien u ook voor anderen betaalt, s.v.p. ook die namen opgeven. U moet zelfstandig (of met een heel klein beetje hulp) in de touringcar kunnen komen. Uw aanmelding is pas definitief, na ontvangst van de betaling. Bij voorbaat dank. U kunt zich aanmelden onder opgaaf van welke bond men lid is + opstapplaats + telefoonnummer (of adres) en eventueel dieet en rollator bij:

Rosalie v.d. Meer      Telefoon 079-3210667 tussen 17.00 en 19.00 uur

Rian van Kleef      Telefoon 079-3413306.

Siegfried Weverling      Telefoon 079-3419332 tussen 17.00 en 19.00 uur

Of E-mail: [sweverling@telfort.nl](mailto:sweverling@telfort.nl) s.v.p. onder vermelding van de gevraagde gegevens.

Mocht u voor vertrek ziek zijn en dus niet mee kunnen, bel dan ALLEEN iemand van de 3 personen van de aanmeldingen op om af te zeggen.

Wij verzoeken u dringend 5 minuten voor vertrek bij uw opstapplaats aanwezig te zijn.

OPHAALSHEMA+ DE ENIGE UITSTAPPLAATSEN VOOR DE TERUGREIS:

Reginagang, Bushalte.      V 08,25 uur

Albrandswaard, inrit, parkeerterrein      V 08.35 uur

Bijdorplan nr. 471      V 08.45 uur

Duitslandlaan, bush. Lelienborch      V 08.55 uur

Gondelkade 33      V 09.05 uur

Noordhove/Lijnbaan, bushalte WC      V 09.15 uur

Bij eerste instap touringcar SVP ALTIJD eerst melden bij de GASTVROUW..



Foto boven:  
Een beeld uit de Doesburgsche Mosterdfabriek.

Foto onder:  
De Dobbe op een mooie februaridag.



Indien onbestelbaar retour: Dublinstraat 163, 2713 HW Zoetermeer

## Komt u ook naar

Onze **algemene ledenvergadering** op donderdag 28 maart, waar u niet alleen terecht kunt met al uw vragen en opmerkingen over de AOVZ, maar na de pauze ook uitgebreid wordt geïnformeerd over de activiteiten van PaletWelzijn,

en naar:

Onze volgende **koffieochtend** op dinsdag 16 april, deze keer in de Gondelkade, voor een kopje koffie, iets lekkers en een gezellig praatje met andere leden?

**U bent van harte welkom!**



## Programma CinePlus

7 & 8 maart	A Star is Born
4 & 5 april	Mamma Mia! Here We Go Again
9 & 10 mei	Bankier van het Verzet
6 & 7 juni	Mary Poppins Returns
4 & 5 juli	Green Book
1 & 2 augustus	The Old Man and the Gun
29 & 30 augustus	Papillon.

Bij elke CinePlus-vertoning start de inloop om 13.00 uur.  
De film start om 14.00 uur.

De toegangsprijs is € 7,25, daarvoor krijgt u ook nog een kopje koffie of thee en iets lekkers. Kaarten zijn aan de kassa verkrijgbaar.

Kinopolis Zoetermeer  
Oostwaarts 70.



Al 20 jaar de specialist in behandeling van uw bewegingsproblemen!

Wilt u ook graag zo goed mogelijk in beweging blijven? Gaat het (trap-)lopen lastig? Heeft u te weinig kracht of uithoudingsvermogen of moeite met uw balans?

Bij IMPACT bent u aan het goede adres!  
*Speciaal ook voor begeleiding van ouderen.*

U kunt bij ons o.a. terecht voor  
- fysiotherapiebehandelingen, maar ook voor  
- trainingen, zoals fitness, valpreventie of stijldansen.  
- trainingen voor speciale aandoeningen zoals COPD

Alles onder deskundige begeleiding,  
en altijd op uw eigen niveau!

Bel gerust voor meer informatie.  
U heeft geen verwijzing van uw huisarts nodig.  
Wij hebben contracten met alle verzekeraars.

IMPACT Seghwaert: Meeuwenveld 1 / tel:079-3313065  
IMPACT Oosterheem: Oosterheemplein 231a /tel:079-3318843  
website: [www.pmcimpact.nl](http://www.pmcimpact.nl)