

# AOVZ NIEUWSBLAD

ALGEMENE OUDERENVERENIGING ZOETERMEER E.O. AOVZ

Najaar 2025



## Van het bestuur

Op het moment van het schrijven van dit voorwoord belooft het een mooie zomerdag van wel 30 graden te worden. Het zonnetje lacht onze vereniging inmiddels ook weer toe. Sinds lange tijd beschikt de AOVZ weer over een compleet bestuur en dat verschaft de nodige lucht.

Toch ziet datzelfde bestuur in de verte ook donkere lichten. Immers, een vereniging als de onze staat of valt met de nodige vrijwilligers die zorgen dat allerhande activiteiten kunnen worden uitgevoerd. Net als bij zoveel verenigingen is het vinden van goede en enthousiaste vrijwilligers echter geen eenvoudige zaak. Senioren hebben het na hun pensioen vaak drukker dan ooit en inzet als vrijwilliger past dan niet altijd in de plannen. Om de AOVZ draaiend te houden hebben we op de kortere termijn in ieder geval mensen nodig die als belastinghulp willen fungeren en daarnaast iemand die zich inzet voor onze website. Een (herhaalde) oproep hiervoor leest u verderop in dit blad.

Het tekort aan vrijwilligers noopt ons zo langzamerhand wel om ons de vraag te stellen of we op de langere termijn nog wel op dezelfde voet kunnen blijven doorgaan. Die vraag houdt overigens niet alleen de AOVZ bezig, maar ook de andere OSO-ouderenbonden in Zoetermeer, de KBOZ en de ANBO-PCOB. In september zal het OSO-bestuur zich over die vraag verder gaan buigen, waarbij in ieder geval gekeken zal worden of en hoe verdergaande samenwerking mogelijk is. Daarnaast zal ook aan de orde komen of en hoe samenwerking met organisaties als Palet Welzijn en Stichting Piëzo tot de mogelijkheden behoort. In ons volgende Nieuwsblad hopen we u daar meer over te kunnen vertellen.

Rest me u namens het bestuur nog een fijne en zonnige nazomerperiode toe te wensen.

Rob Muizer  
Voorzitter



## Van de redactie

Al zeventien jaar lachen er twee vrolijke mannetjes met een goudkleurige neus, ogen en mond je vanaf station Centrum West toe. U wandelt of fietst er wellicht vaak genoeg aan voorbij. Maar wat stelt dit beeldhouwwerk aan de Nederlandlaan, hier op onze voorpagina afgebeeld, ook alweer voor?

### Japanse traditie

Beeldhouwer Joost van den Toorn heeft indertijd de opdracht gekregen een beeldhouwwerk te maken voor de plek aan het begin van het Stadshart naast station Centrum West. In Japan bestaat namelijk de eeuwenoude traditie om een ceremonie te vieren bij het begin van iets nieuws. Het doel van de ceremonie is om de mens in harmonie te brengen met de natuur. In Japan worden overal op kruispunten zogenaamde 'kami' geplaatst om de veiligheid van die plek te bevorderen. De beelden bij Centrum West dienen dus als beschermer van die plek.

### Aardappelveld

De locatie waar Zoetermeer uit de grond gerezen is, was vroeger een groot aardappelveld. De beelden stellen dus aardappelmannelen voor. De keien waarvan ze gemaakt zijn dragen de energie van de IJstijd nog met zich mee. De aardappelmannelen zijn gemaakt van bladgoud, brons en natuursteen. Met hun lange neuzen lijken ze op de Japanse Tengu, het fabeldier dat demonen afschrikt. Dus mocht u ooit bij het station de bocht iets te hard nemen; hopelijk weten de aardappelmannelen u te beschermen. (bron: [www.indebuurt.nl/zoetermeer](http://www.indebuurt.nl/zoetermeer))

Het kunstwerk werd onthuld op 31 oktober 2008. De zwerfkeien zijn afkomstig uit Denemarken en de zwaarste kei weegt 15 ton. Het kunstwerk heeft de gemeente ongeveer 100.000 euro gekost.

### Verantwoording foto's:

De foto van de aardappelmannelen is in juli 2025 genomen. Uit dezelfde maand de zomerfoto's op pagina 2 en de achterpagina. De foto's zijn van Rob Muizer.  
Foto pagina 5: [lfb.nu](http://lfb.nu) en gemeente Apeldoorn  
Foto pagina 7: [zoetermeerisdeplek.nl](http://zoetermeerisdeplek.nl)  
Foto pagina 8: [bnnvara.nl](http://bnnvara.nl)  
Foto pagina 9: [politie.nl](http://politie.nl)  
Foto pagina 10: Belastingdienst

### Gezocht

Vindt u fotograferen leuk en maakt u wel eens mooie foto's in Zoetermeer of omstreken? En lijkt het u ook leuk om met uw foto(s) in het Nieuwsblad te staan? Stuur uw foto dan (in staand formaat en met een voldoende resolutie) naar [AOVZ@outlook.nl](mailto:AOVZ@outlook.nl). U maakt dan kans om op de voorpagina te pronken met uw foto!

## Mantelzorg.

### Zorg je onbetaald voor je familie, vrienden of buren?

Dat kan (soms) best zwaar zijn. En waar kun je dan terecht met jouw verhaal of bij het aanvragen voor extra regelingen. Natuurlijk kun je voor vragen hierover terecht bij de inZet-locatie in je eigen wijk. Maar ook de mantelzorgcoördinatoren kunnen je helpen. Je kunt hen opbellen of langs gaan op hun spreekuur.

Op de website [Zoetermeer.Mantelzorgcentraal.nl](http://Zoetermeer.Mantelzorgcentraal.nl) kun je zien welke regelingen er voor mantelzorgers zijn. Dit zijn o.a.:

- Mantelzorgwaardering voor volwassenen en voor jonge mantelzorgers;
- Workshops en bijeenkomsten;
- 2 keer per jaar het magazine MantelKRACHT.

Voor meerdere regelingen moet je geregistreerd zijn als mantelzorger. Dat kan bij MantelzorgCentraal. Maar ook als je geen mantelzorgwaardering wil of hoeft, kan het registreren zinvol zijn.

**De mantelzorgwaardering 2025 Zoetermeer** bedraagt € 200,- en kan van 1 april t/m 10 november aangevraagd worden (vraag dit liefst zo spoedig mogelijk aan). Je kunt dit aanvragen als je in 2025 gedurende minimaal 8 uur per week en gedurende minimaal 3 maanden mantelzorg verleent voor een inwoner van Zoetermeer.

Let op:

- Er mag per mantelzorger maar één mantelzorgwaardering aangevraagd worden.
- Je hebt bij de aanvraag gegevens van zowel de mantelzorger als van de zorgvrager nodig (naam, voorletters, adres, geboortedatum, telefoonnummer, e-mailadres, BSN en bankrekeningnummer van de mantelzorger).

### Inloopsprekuren voor mantelzorgers:

Iedere donderdagmiddag van 15.00 tot 16.00 uur bij inZet-locatie Noordhove & Seghwaert, Petuniatuin 7a (naast fysiotherapie Seghwaert).

### Bereikbaarheid van de mantelzorgcoördinatoren:

**E-mail:** [zoetermeer@mantelzorgcentraal.nl](mailto:zoetermeer@mantelzorgcentraal.nl)

**Telefoon:** indien u inZet belt via 079-8887770, kunt u doorverbonden worden met een van de mantelzorgcoördinatoren, Wicorel Koning en Robin de Prie. Indien zij niet bereikbaar zijn, dan zorgt de telefonist ervoor dat u terug wordt gebeld.

### Woon je buiten Zoetermeer?

Vraag dan bij je lokale buurtwerkorganisatie welke regelingen er in jouw gemeente gelden.

# 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);

[www.algemeneouderenverenigingzoetermeer.nl](http://www.algemeneouderenverenigingzoetermeer.nl)

adres secretariaat: Boekweitakker 44, 2723 VZ Zoetermeer

**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:* Rob Muizer, tel. 06-11327970

*Secretaris/ 1e penningmeester/ ledenadministrateur:*

Ineke Rijdsdam, tel. 079-3411417

*2e Penningmeester:*

Barbara Dijkhuizen, tel. 079-3437907

*Algemeen bestuurslid:*

Jos Breit

### REDACTIE NIEUWSBLAD:

Rob Muizer

Ineke Rijdsdam

### DRUKWERK en TECHNISCHE VERZORGING:

Editoo B.V.

### REDACTIEADRES:

Boekweitakker 44, 2723 VZ Zoetermeer

### BEHEERDER WEBSITE:

Ron van Haastrecht

## Zoetermeerpas blijft geldig voor het AOVZ-lidmaatschap

Recent zijn er in de media berichten verschenen over het faillissement van Groupcard, een bedrijf dat cadeaukaarten en enkele stadspassen uitgeeft. Dit bedrijf is niet betrokken bij de uitvoering van de Zoetermeerpas. De passen van ZoetermeerPas blijven dus volledig geldig. Heeft u een ZoetermeerPas, dan kunt u deze gewoon blijven gebruiken, bijv. voor uw AOVZ-lidmaatschap.

## Gemeenteraadsverkiezingen 2026

In 2026 zijn er weer verkiezingen voor de Gemeenteraad van Zoetermeer. Daarom heeft de OSO aan alle politieke partijen in die Raad een notitie toegestuurd met mogelijke oplossingen voor problemen waarmee veel oudere inwoners van Zoetermeer vaak te maken hebben. Het gaat daarbij om onderwerpen op de thema's Wonen, Welzijn, Gezondheid, Toegankelijkheid en Vervoer. Hieronder staat een verkorte weergave van deze notitie.

### Wonen

Ook lokaal is er druk op de woningmarkt. Ouderen zijn bereid hun ruime (huur)woning te verruilen voor een kleiner, drempelvrij appartement, mits dit minimaal drie kamers heeft en de overstap financieel haalbaar is. De volgende maatregelen kunnen de overstap vergemakkelijken:

- a. De verhuurder rekent voor de appartementen dezelfde huur als voor de te verlaten woningen. De gemeente wendt haar invloed hiertoe aan bij de verhuurders.
- b. De gemeente verstrekt een vergoeding, bijvoorbeeld voor de verhuiskosten.
- c. De gemeente stimuleert andere concepten:
  - Knarrenhofjes, waarbij gelijkgestemde ouderen zelfstandig wonen, maar beschikken over een gemeenschappelijke ontmoetingsruimte en elkaar – zo nodig – kunnen ondersteunen. Een versnelling en vergemakkelijking van (vergunning)procedures voor dergelijke complexen is zonder meer gewenst.
  - Gemengd wonen, jongeren en ouderen bij elkaar: ouderen kunnen soms op de kinderen van de burens passen en jongeren kunnen eens een boodschap voor de ouderen doen.
  - Thuishuizen zijn woonvormen waar ouderen zelfstandig wonen met eigen woonruimte, maar een gezamenlijke keuken, huiskamer en hobbyruimte delen. Er zijn nu zeven locaties en één in aanbouw. De provincie Zuid-Holland wil binnen twee jaar vijftien extra huishuizen realiseren. Ook in Zoetermeer is zo'n initiatief passend.
  - Woon-zorgcomplexen, kleine woonvoorzieningen dicht bij winkels en zorg, maken het mogelijk voor ouderen om in hun vertrouwde wijk te blijven wonen. Zo kunnen ze contact houden met bekenden. Het nieuwe complex 'Karakter' aan de Van Aalstlaan is hiervan een goed voorbeeld. Volgens de OSO zijn meer van zulke complexen gewenst in Zoetermeer.
  - In de regio Zoetermeer is behoefte aan een woonzorgcentrum voor mensen met een auditieve beperking. Momenteel moeten zij verhuizen naar een centrum in Ede, weg van hun sociale netwerk en vertrouwde omgeving. Dit vergroot het risico op eenzaamheid, zeker bij afnemende mobiliteit. De OSO pleit daarom voor realisatie van zo'n centrum in de regio.

### Welzijn

Eenzaamheid onder ouderen blijft een probleem in Zoetermeer, ondanks tal van activiteiten vanuit de gemeente om deze tegen te gaan. Veel ouderen worden niet bereikt, vooral omdat eenzaamheid vaak onzichtbaar is – ook bij mensen met een actief leven. Een een-op-een aanpak is noodzakelijk om echt verschil te maken. De bestaande initiatieven tegen eenzaamheid zijn waardevol, maar een goed overzicht van deze moeilijk bereikbare ouderen ontbreekt veelal. De gemeente wordt opgeroepen deze groep beter in beeld te brengen en hen via wijkteams, ouderenadviseurs en partners zoals inZet uit hun isolement te halen en juist op dit punt haar "motiverende, stimulerende, ondersteunende en verbindende" rol te pakken.

### Gezondheid

Het aantal inwoners en dus ook het aantal kwetsbare ouderen in Zoetermeer neemt toe, terwijl het tekort aan zorgpersoneel groeit. Spoedzorg dichtbij blijft belangrijk. De OSO ondersteunt daarom het nieuwe Centrum voor Acute Zorg: één loket met centrale triage, waar patiënten direct passende hulp krijgen. Er komt in dit kader ook een Multifunctioneel Beddenhuis voor (kwetsbare) ouderen met tijdelijke zorgproblemen. OSO juicht dit toe en vraagt de gemeente om dit initiatief met kracht te blijven steunen.

### Toegankelijkheid

#### Advisering

De OSO vindt dat in de Raad voor de Fysieke Toegankelijkheid (voorheen: de Toegankelijkheidsraad Zoetermeer) ook de deeldoelgroep 'ouderen' vertegenwoordigd moet zijn en blijven. De Raad en de OSO maken deel uit van elkaars netwerk. Hun doelgroepen overlappen elkaar; immers, als een gebouw of een openbare ruimte toegankelijk is voor een persoon met een beperking, geldt dat tevens voor ouderen.

#### HagaZiekenhuis Zoetermeer

De bereikbaarheid van het HagaZiekenhuis Zoetermeer blijft lastig, vooral voor ouderen en mensen die slecht ter been zijn. De afstand vanaf het RandstadRail-station De Leyens is te groot en ook de bushalte levert qua afstand problemen op. De OSO stelt daarom een proef voor met golfkarretjes of minibusjes tussen de haltes en de ingang. Ook moet de busverbinding betrouwbaarder worden. Bus 70 is de enige lijn naar het ziekenhuis, maar valt nog te vaak uit of rijdt soms minder vaak in de zomer. De gemeente zou erop moeten toezien dat de dienstregeling goed wordt nageleefd en waar nodig de busmaatschappij moeten aanspreken op haar verantwoordelijkheid.

#### Entreegebied

Volgens de OSO zijn er te weinig parkeerplaatsen gepland in het Entreegebied, doordat men teveel rekent op openbaar vervoer. Voor veel ouderen zijn alternatieven als Regiotaxi, Valys of deelauto's vaak echter niet toerei-



kend; de auto blijft belangrijk voor hun mobiliteit. Voldoende parkeergelegenheid is daarom essentieel, ook om het ouderen gemakkelijker te maken hun woning te verruilen voor een appartement in het Entreegebied. De OSO vraagt om aanpassing van de plannen op dit punt.  
Veiligheid in het verkeer

De OSO maakt zich zorgen over de verkeersveiligheid van ouderen en mensen met een beperking bij het oversteken van de Afrikaweg. De verkeerslichten schakelen nu te snel, waardoor deze groepen risico lopen. Ook is er weinig opstelruimte bij de oversteek als meerdere mensen tegelijk willen oversteken. Door de nieuwe plannen wordt de verkeerssituatie complexer. Het is daarom verstandig een eerdere oversteekproef te herhalen, om duidelijkheid te verkrijgen over een veilige oversteek van voetgangers, gebruikers van rollator, scootmobiel of rolstoel. Met daarbij speciale aandacht voor een veilige oversteek van blinden, slechtzienden en slechthorenden bij het oversteken van de fietspaden. Dat kan via verkeerslichten, een zebra-pad of andere (snelheids)beperkende maatregelen.

### Vervoer

Ook (sport)accommodaties moeten voldoende bereikbaar zijn. De gemeente stimuleert gelukkig dat ook senioren voldoende bewegen. Dat draagt bij aan een goede conditie, maar bovendien kan sporten bijdragen aan het leren kennen van anderen en wellicht aan het tegengaan van eenzaamheid. De OSO signaleert echter dat het nieuwe zwembad 'Watergeus' niet goed te bereiken is met openbaar vervoer. In coronatijd was er een tijdelijke bushalte bij het Silverdome. Dit zou een permanente halte moeten worden, bij voorkeur dichterbij de Watergeus en de andere sportverenigingen. Een betere OV-verbinding naar het Van Tuylpark kan bovendien bijdragen aan de wens van de gemeente om het Van Tuylpark autoluw te maken.

### Stemmen met hulp voor slechtzienden en blinden.

Voor Zoetermeerders die slechtziend of blind zijn, is het moeilijk om bij de komende Tweede Kamerverkiezingen op 29 oktober 2025 zonder hulp van anderen te stemmen.

Kun je niet zelfstandig stemmen, dan heb je het recht om je te laten ondersteunen. Dat staat in de Kieswet: 'Wanneer aan het stembureau blijkt dat een kiezer wegens zijn lichamelijke gesteldheid hulp behoeft, staat het toe dat deze zich laat bijstaan.'

Je kunt ook iemand anders machtigen om jouw stem uit te brengen. Op de achterzijde van de stempas kun je de machtiging invullen. Je moet daarvoor je handtekening plaatsen. Ook moet je een kopie van een geldig legitimatiebewijs meegeven aan de persoon die je machtigt. En die persoon moet op datzelfde moment zelf ook zijn stem uitbrengen.

### Zelfstandig stemmen.

Zoetermeer is een van de gemeenten waar het ook mogelijk is om met behulp van een zogenoemde 'stemmal' te stemmen. Dankzij die stemmal met audio-ondersteuning kun je ook zonder zicht zelfstandig stemmen.

### Zo werkt het:

Een medewerker van het stembureau legt je stembiljet onder een speciaal ontwikkelde mal met gaatjes. Via audio-ondersteuning met koptelefoon krijg je te horen welke partijen en kandidaten op de lijst staan. Je hoort ook het nummer van de partij en van de kandidaat op wie je wilt stemmen.

Op de mal zijn de partijen met voelbare cijfers en in braille aangegeven. De juiste kandidaat vind je door de gaatjes te tellen onder de gewenste partij. Met het potlood maak je het gewenste vakje rood.



### Oefenmoment.

Het stemmen met de stemmal en de soundbox lijkt ingewikkeld. Daarom is het mogelijk om te oefenen met dit systeem. Leden van de Raad voor de fysieke toegankelijkheid Zoetermeer houden op 13 oktober 2025 tussen 11:00 uur en 12:00 uur hiervoor een speciaal spreekuur op het Stadhuis. Zij wachten je op bij de ingang om je te begeleiden naar de ruimte. Begin oktober wordt de exacte locatie in het Stadhuis bekend gemaakt in het Streekblad.

Op 29 oktober 2025 kun je zelfstandig je stem uitbrengen met behulp van de stemmal en de soundbox op het stembureau van het Stadhuis. Het Stadhuis is dan ook voorzien van tijdelijke extra geleidelijnen en er is water voor de assistentiehonden.

## Wist u dat?

### U met de BuitenBeterApp...

in bijna elke gemeente in Nederland melding kunt maken van o.a. defecte (stop)lichtinstallaties, scheve stoep- en straattegels, zwerfvuil, e.d..

U kunt deze app op uw telefoon (laten) installeren. Daarbij kunt u kiezen of de gemeente de gegevens van de melder mag zien of niet. Ook kiest u of u een bericht wilt ontvangen over de afhandeling van uw melding.

Tips hierbij:

- Maak voor u de app opent een foto als er bv. sprake is van zwerfvuil of problemen met de bestrating. Dan kunt u die foto tijdens het gebruik van de app er zo bij zetten.
- Noteer het nummer van de lantaarnpaal of stoplichtpaal bij uw melding.

### U kunt meepraten met plannen voor Zoetermeer?

Kijk op de site [doemee.zoetermeer.nl](http://doemee.zoetermeer.nl) en klik op Geef-je-mening en u kunt meepraten over allerlei ideeën, voorstellen en andere (beleids)plannen voor Zoetermeer. U kunt op deze site ook allerlei bewonersinitiatieven bekijken en uw eigen initiatief indienen voor uw buurt, wijk of stad door te klikken op Bewonersinitiatieven.

### U op een gemakkelijke manier gemeentelijke stukken kunt raadplegen?

Allerlei stukken van B&W en de Gemeenteraad kunt u op een overzichtelijke manier vinden op de site [zoetermeer.bestuurlijkeinformatie.nl](http://zoetermeer.bestuurlijkeinformatie.nl). Geholpen door een zoekfunctie kunt u o.a. agenda's, vergaderstukken, notulen, memo's, schriftelijke vragen en moties raadplegen. Wilt u weten hoe de verschillende partijen hebben gestemd over een bepaald onderwerp? Dat is nu ook eenvoudig te vinden op deze website.

Kies de agenda van de betreffende raadsvergadering en klik op het agendapunt dat u interesseert. U ziet dan hoe de verschillende partijen en raadsleden hebben gestemd. Zo krijgt u beter inzicht in hoe de partijen in de gemeenteraad besluiten nemen.

Let op: de stemuitslagen worden niet direct na de vergadering gepubliceerd. Het kan tot 5 werkdagen duren voordat deze informatie beschikbaar is.

### U als AOVZ-lid een cadeaubon van € 5 kunt krijgen?

Als u als lid van onze vereniging een nieuw lid aanbrengt kunt u een bon van € 5 krijgen. Voorwaarde is wel dat de betreffende persoon zich definitief moet hebben aangemeld én de contributie heeft betaald. Twee nieuwe leden aanbrengen is natuurlijk ook prima, dan heeft u recht op twee bonnen. U kunt zich richten tot onze secretaris op [AOVZ@outlook.com](mailto:AOVZ@outlook.com).

## De AOVZ voor u .....

### Bingo aan de Palthelaan:

Elke dinsdagavond, *buiten de schoolvakanties*, vanaf 19.30 uur in het Praktijkcollege Zoetermeer, Dr. J.W. Palthelaan 1, 2712 JW Zoetermeer. Informatie bij Ria Bakker via tel.06-51211520.

### Koffieochtenden/-middagen:

De eerstvolgende koffieochtend is op 18 september van 10.00 tot 12.00 uur aan de Gondelkade..

### Belastinginvulhulp:

Deskundige vrijwilligers helpen bij het invullen van belastingformulieren van alleenstaande leden met een inkomen tot € 40.000,- of echtparen met een inkomen tot € 55.000,-. Ook voor het aanvragen van zorg- en/of huurtoeslag.

Aanmelden via [aovz@outlook.com](mailto:aovz@outlook.com) of telefonisch 079-3411417

### Museumexcursies:

Door omstandigheden worden voorlopig geen museumexcursies gepland.

### Tafeltennis:

4 Ochtenden in de week speciaal voor senioren bij Taverzo, inlichtingen bij Taverzo, Willem Alexanderplantsoen 4.

### Individuele belangenbehartiging:

Aanmelden bij Koos Graniewski, tel. 079-3616340.

### Rijbewijskeuringen (Maak vooral tijdig, zeker 4 maanden tevoren, een afspraak!)

Leden van de Zoetermeerse ouderenbonden kunnen voor een keuring terecht bij **dr. Eenink** voor € 45,-. (*mogelijk verandert dit tarief in 2025; vraag hiernaar als u een afspraak maakt*). Zijn praktijkruimte is aan Bachrode 50, 2717 AN Zoetermeer. U kunt rechtstreeks een afspraak maken via telefoon 06-53120304. U hoort dan tevens wat u mee moet nemen. De kosten van de keuring moeten contant worden voldaan.

Een andere mogelijkheid is bij **de Vierstroom**. Hier kunnen 75+ers gekeurd worden voor hun BE-rijbewijs voor € 64,50, maar leden van de Vierstroom betalen maar € 47,50 (*mogelijk verandert dit tarief in 2025; vraag hiernaar als u een afspraak maakt*). Informatie via [www.vierstroom.nl](http://www.vierstroom.nl) of de Vierstroom ledenservice via tel. 088 - 0900 400 (maandag t/m vrijdag tussen 09.00 en 14.00 uur).

## CinePlus-programma najaar 2025

Bij CinePlus kunt u overdag tegen een voordelig tarief (€ 9,50) genieten van een film, inclusief een gratis kopje koffie of thee mét wat lekkers voor aanvang van de film. U kunt uw kaartje reserveren door te bellen naar 079-3300366 of via <https://kinopolis.nl/cineplus>.

Met een 3-sterrenticket kunt u naar 3 CinePlus voorstellingen naar keuze voor een extra voordelig tarief van €25,50 (incl. kopje koffie/thee en wat lekkers). Dit 3-sterrenticket is verkrijgbaar aan de kassa van uw Kinopolis bioscoop of via de bovengenoemde website.

Hieronder vindt u een lijst met data en films in Zoetermeer. Er zijn telkens 2 voorstellingen op de genoemde dagen: 11.00 uur en 14.00 uur.

### 28 en 29 augustus 2025. En Fanfare

De feelgoodfilm *En fanfare* is zowel hartverwarmend als hartverscheurend, en een groot bioscoopsucces in Frankrijk en België. De film laat zien hoe muziek mensen verbindt, en hoe onwaarschijnlijke familiebanden kunnen leiden tot oprechte vriendschappen. Thibaut (Benjamin Lavernhe) is een succesvol dirigent, Jimmy (Pierre Lottin) speelt bij de plaatselijke fanfare. Ze zijn broers, maar weten niet van elkaars bestaan. Tot Thibaut een beenmergdonor zoekt. En vindt. Door adoptie zijn hun levens totaal verschillend verlopen, maar hun liefde voor muziek brengt ze nader tot elkaar. Wanneer Thibaut het muzikale talent van Jimmy ontdekt, blijken de broers meer met elkaar gemeen te hebben dan gedacht. *En fanfare* ging op het Filmfestival van Cannes in wereldpremière en groeide uit tot publieksfavoriet, ook op festivals wereldwijd.

### 11 en 12 september 2025. The Salt Path

Het echtpaar Raynor en Moth Winn bevindt zich in de herfst van hun leven wanneer ze onverwachts hun huis kwijtraken en Moth erachter komt dat hij ernstig ziek is. Samen neemt het koppel de moedige beslissing om het eeuwenoude South West Coast Path te lopen, in de hoop dat de uitdagende tocht en Engelse natuur hen troost kunnen bieden. Met een leeggelopen bankrekening, een tent en een minimum aan noodzakelijke spullen beginnen ze vastberaden aan een bijzondere reis van meer dan duizend kilometer. Dit inspirerende verhaal gaat over de betekenis van je thuis voelen, omgaan met verdriet en de helende kracht van de natuur. *The Salt Path* is de verfilming van de wereldwijde, gelijknamige bestseller van Raynor Winn. De hoofdrollen worden gespeeld door Gillian Anderson en Jason Isaacs.

### 25 en 26 september 2025. I'm Still Here

Gebaseerd op de memoires van Marcelo Rubens Paiva, vertelt *I'm Still Here* het waargebeurde verhaal van de verdwijning van zijn vader, voormalig congreslid Rubens Paiva, tijdens de Braziliaanse militaire dictatuur in de jaren



zeventig. De levens van Rubens Paiva's echtgenote Eunice en hun vijf kinderen veranderen na de verdwijning abrupt, en voorgoed. Eunice wordt gevangengenomen en onder druk gezet door het regime om haar vrienden en familie te verraden. Als ze 12 dagen later wordt vrijgelaten, zet ze alles op alles om zich af te zetten tegen het corrupte regime en te strijden voor de rechten van duizenden verdwenen, onschuldige burgers en hun families. De film ging in première tijdens het filmfestival van Venetië en hoofdrolspeelster Fernanda Torres won voor haar rol de Golden Globe voor Beste Actrice in de categorie 'Motion Picture - Drama'.

### 9 en 10 oktober 2025. The Roses

Het leven van het perfecte koppel Ivy (Olivia Colman) en Theo (Benedict Cumberbatch) lijkt eenvoudig: een succesvolle carrière, een liefdevol huwelijk, geweldige kinderen. Onder de façade van hun 'ideale' leven broeit echter een storm. Wanneer Theo's carrière keldert terwijl Ivy's eigen ambities een hoge vlucht nemen, ontstaat er een broeihaard van hevige concurrentie en verborgen wrok.

### 6 en 7 november 2025. Voor de Meisjes

Twee bevriende stellen delen al jaren een vakantiehuis in de Oostenrijkse Alpen. Wanneer hun puberdochter tijdens een gezamenlijke vakantie betrokken raken bij een ongeluk, brokkelt de ogenschijnlijke vriendschap in rap tempo af. Oud zeer en opgekropte frustraties drijven de ouders steeds verder uit elkaar als ze horen dat één dochter kan worden gered, maar alleen als het andere meisje wordt opgegeven. Wat begint als een moreel dilemma, onttaardt in een absurde strijd vol manipulaties en wanhopige acties waarbij de fatsoensgrenzen verder vervagen. Want als het om je kind gaat, is alles toegestaan. Toch?

### 20 en 21 november 2025. Downton Abbey: The Grand Finale

*Downton Abbey: The Grand Finale*, de cinematografische terugkeer van het wereldwijde fenomeen, volgt de familie Crawley en hun personeel terwijl ze de jaren 30 ingaan. Terwijl de geliefde personages uitzoeken hoe ze Downton Abbey de toekomst in moeten loodsen, moeten ze verandering omarmen en een nieuw hoofdstuk verwelkomen.

## Hoe bereidt u zich voor op een noodsituatie

Stel, door een noodsituatie valt bij u de stroom uit. En dat niet voor eventjes, maar voor bijv. een paar dagen. Of er komt opeens geen water meer uit uw kraan, wat dan? Gewone dagelijkse dingen worden dan plotseling heel ingewikkeld. Uw verwarming doet het dan waarschijnlijk niet meer, uw fornuis ook niet en 's avonds dreigt u in het donker te moeten zitten. Om maar eens een paar voorbeelden te noemen. Deskundigen zeggen dat zo'n noodsituatie niet uitgesloten is, zeker in de ingewikkelde wereld van nu. Met een noodpakket bent u de eerste 72 uur na een ramp of noodsituatie goed voorbereid. Een noodpakket samenstellen is makkelijk. De meeste spullen heeft u waarschijnlijk al in huis. Waar moet u zoal aan denken?

- Een paar flessen water, bijv. 3 liter per persoon per dag voor een aantal dagen;
- Eten dat langer houdbaar is. Denk aan groenten in blik, noten en gedroogd fruit;
- Een radio op batterijen, of een opwindbare radio; een mobiel met powerbank.
- Een zaklamp op batterijen, extra batterijen, kaarsen en lucifers of aansteker;
- Contant geld, bijv. voor als de pinautomaten het niet meer doen. Denk aan € 70 per volwassene.

Kijk voor meer onderdelen van zo'n noodpakket op [www.denkvooruit.nl](http://www.denkvooruit.nl). Bewaar het pakket op een handige, goed bereikbare plek in huis en controleer elk half jaar of de producten in het noodpakket nog houdbaar zijn.

Let op: de rijksoverheid geeft nooit gratis noodpakketten weg. Ontvangt u een bericht voor het aanvragen van een (gratis) noodpakket? Let dan goed op. Klik nooit op een link of telefoonnummer als u twijfelt aan de echtheid van een bericht.



Voorbeeld van een noodpakket

## inZet

InZet is het nieuwe samenwerkingsorgaan van zorg- en welzijnsaanbieders - met o.a. PaletWelzijn - die hulp en ondersteuning aanbieden.

inZet is op werkdagen bereikbaar van 09.00 tot 17.00 uur via 079-8887770 of [info@inZet-indewijk.nl](mailto:info@inZet-indewijk.nl). De locaties zijn open van 9-17 uur op werkdagen (behalve op feestdagen).

### Locaties inZet:

*inZet Centrum: Rakkersveld 253.*

*inZet Oosterheem: Zanzibarplein 5*

*inZet Buytenwegh & De Leyens: Cesár Franckrode 64.*

*inZet Rokkeveen: Nathaliegang 79.*

*inZet Meerzicht: Uiterwaard 21.*

*inZet Noordhove & Seghwaert: Petuniatuin 7a.*

### Buurt koffie inloop:

Seghwaert/Noordhove:

Dinsdag 13.30 – 15.30 uur buurt ontmoetingsuurtje met wisselende invulling

Rokkeveen:

Dinsdag van 10-12 uur: inloop koffie en spelletjes.

Oosterheem:

maandag van 10-13 uur: wijk soos.

De Leyens /Buytenwegh: : wijk restaurant open van 10-19 uur ,

Maandag spelletjesmiddag 14-16 uur.

Meerzicht: : wijk restaurant open van 10-19 uur

Centrum/Dorp/Driemanspolder: :

maandag 10 -12 uur inloop koffie uurtje.

De **ouderenadviseurs van InZet** zijn bereikbaar via het algemene inZet-telefoonnummer 079-8887770 of via de onderstaande telefoonnummers:

inZet Centrum: tel 06-21578397.

inZet Buytenwegh & De Leyens: tel.06-29572310.

inZet Rokkeveen: tel.06-52364377.

inZet Meerzicht: tel.06-52364375.

inZet Noordhove & Seghwaert: tel. 06-52364378.

**Administratieve dienstverlening voor ouderen:** Als u problemen hebt met uw financiële administratie of vragen heeft bij het invullen van een formulier, dan kunnen de ouderenadviseurs van InZet u helpen.

**Mantelzorgondersteuning**, kosteloos en vrijblijvend; inlichtingen bij:

Wicorel Koning, 06-52413195 en Robin de Prie

06-27291464, [zoetermeer@mantelzorgcentraal.nl](mailto:zoetermeer@mantelzorgcentraal.nl).

**Telefooncircels:** voor informatie bel 088-0234233.

## Oproep: meld uw ervaringen met Powerful Aging

In het kader van de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning) biedt de gemeente Zoetermeer de mogelijkheid aan om deel te nemen aan het programma Powerful Aging. Dat is een bewegingsprogramma onder leiding van fysiotherapeuten. Het doel is ouderen langer lichamelijk gezond te houden en hen zo te helpen zelfstandig te blijven. Door ouderen aan het programma te laten deelnemen, wil de gemeente de aanvragen voor hulpverlening verminderen. Bijvoorbeeld als het gaat om huishoudelijke hulp. De gedachte is: wat je nog zelf kunt, hoeft een ander niet te komen doen.

Powerful Aging is de laatste maanden geregeld in het nieuws geweest. Vaak negatief. Ook de besturen van de Zoetermeerse seniorenverenigingen AOVZ, ANBO-PCOB en KBOZ (samenwerkend in de Stichting OSO) horen leden soms klagen. Daarbij zijn de berichten niet altijd juist. Het is niet zo dat je altijd eerst verplicht wordt aan het programma deel te nemen voordat je hulp kunt krijgen. Dat heeft de gemeente laten weten. Het OSO-bestuur wil graag een goed en compleet beeld krijgen van de ervaringen. Daarom deze oproep.

**Hebt u ervaringen met Powerful Aging? Deel ze met ons. Dat kan via het e-mailadres: [gesprek.over.WMO@gmail.com](mailto:gesprek.over.WMO@gmail.com)**

Wij horen graag als er problemen zijn, maar ook als u er positief over bent. De reacties zijn belangrijk voor het gesprek met de gemeente Zoetermeer. Uiteraard garanderen wij de anonimiteit. De ervaringen zijn niet tot personen te herleiden. We vragen u kort en krachtig en zo feitelijk mogelijk de ervaringen te omschrijven. Alvast dank voor de moeite.

De OSO komt op voor de belangen van ouderen in Zoetermeer. Steun ons daarbij.

## Kijk uit voor (telefonische) oplichting

Het komt de laatste tijd regelmatig voor dat vooral ouderen telefonisch worden benaderd door nepagenten of nepmedewerkers van de overheid of van banken. De oplichter belt dan anoniem of met een vals telefoonnummer en vertelt bijv. dat uw BSN-nummer wordt misbruikt of dat er iets mis is met uw bankrekening. Dat is niet waar. Hij/zij probeert u dan te overtuigen om uw geld "zo snel mogelijk" over te maken naar een andere rekening, 'kluisrekening' of 'veilige rekening'. Zulke rekeningen bestaan echter niet. In werkelijkheid is dit een rekening van de oplichter.

Uw bank, de politie of andere overheidsinstantie zullen u nooit onder druk zetten om "zo snel mogelijk" te handelen. Ze vragen u ook nooit om uw geld over te maken naar zo'n andere rekening. Ook wordt er nooit gevraagd naar uw pincode of andere (bank)gegevens. Geef deze nooit aan iemand! Als u zo wordt benaderd, of zelfs maar een beetje twijfelt, hang dan direct op. Bel zelf de bank, politie of overheidsinstantie op via een algemeen bekend nummer en controleer zelf of er wat aan de hand is.

Een andere manier waarop criminelen proberen om u op te lichten is door u op te bellen of een brief te sturen waarin ze verwijzen naar inbraken in uw buurt. Om u daar zogenaamd tegen te beschermen willen ze uit voorzorg uw waardevolle eigendommen vast bij u thuis ophalen om te 'bewaren'. Ze komen daarvoor dan bij u aan de deur en gebruiken daarbij soms namen van agenten of (delen van) het uniform. U heeft dan te maken met een babbeltruc door een nepagent. Want de politie komt nooit aan de deur om waardevolle spullen zoals sieraden, geld en bankpassen met pincodes op te halen.

Krijgt u zo'n telefoontje, brief of bezoek: laat de oplichters niet binnen en geef uw spullen niet mee, maar bel direct 112. Voor meer informatie: [www.politie.nl/babbeltrucs](http://www.politie.nl/babbeltrucs). Bent u onverhoopt toch slachtoffer geworden van (telefonische) oplichting: doe altijd aangifte bij de politie; dat kan bijv. via 0900-8844. (bron: politie.nl)



## Vitality Club

Vitality Clubs zijn gezellige en laagdrempelige beweeggroepen vóór en dóór 55-plussers. Onderzoek wijst namelijk uit dat samen bewegen niet alleen leuker is, maar ook beter vol te houden. Bij de Vitality Clubs sport u in de buitenlucht onder leiding van actieve en gemotiveerde deelnemers uit de groep zelf. In de eerste zes weken is er ondersteuning van een buurtsportcoach. Daarna nemen de deelnemers het stokje over!

Tijdens de bijeenkomsten wordt gewerkt aan kracht, uithoudingsvermogen, behendigheid en cognitieve fitheid. De oefeningen zijn geschikt voor elk niveau en kunnen eenvoudig worden aangepast aan uw eigen mogelijkheden, ongeacht ervaring of conditie.

Meedoen is gratis en geheel vrijblijvend: u kan meedoen wanneer het u uitkomt, zonder aan- of afmelding.

In Zoetermeer zijn momenteel twee Vitality Clubs actief:

Vrijdag 09:00–10:00 uur bij het Gat in de Markt

Donderdag 10:00–11:00 uur op het grasveld bij de jeu-de-boules-baan aan Gaardedreef 189

Na afloop is er gelegenheid om samen een kopje koffie of thee te drinken bij nabijgelegen Café MAX of Hof van Seghwaert. Een mooie manier om in beweging te blijven én nieuwe mensen te ontmoeten.

Nieuwsgierig? Kom gerust een keer langs en doe mee!  
(bron: <https://vrijetijdzoetermeer.nl/vitality-club>)

## Tipgids levensgeluk

Het Kennisinstituut Leyden Academy on Vitality & Ageing en ouderenorganisatie ANBO-PCOB hebben op 30 juli jl. de Tipgids Levensgeluk uitgebracht. Hierin worden meerdere facetten die bijdragen aan een gelukkig leven benoemd, met daarbij verschillende tips. Denk aan mentaal welzijn, lichaamsmogelijkheden en de rol van intimiteit. Ook sociale verbondenheid, vrijetijdsinvulling, zelfzorg, woon-en leefomgeving en financiële stabiliteit komen aan bod. De gids is gratis beschikbaar via [www.anbo-pcob.nl/tipgids-levensgeluk](http://www.anbo-pcob.nl/tipgids-levensgeluk).

## Omzien naar elkaar

JongSeniorenZoetermeer organiseert op vrijdagavond 17 oktober in het Stadstheater de bijeenkomst 'Omzien naar Elkaar'. Oud-burgemeester Ahmed Aboutaleb van Rotterdam is één van de sprekers die avond. De avond begint om 19.30 en is rond 22.00 uur afgelopen. Meer informatie volgt later. Volg ook de website van de JongSenioren ([www.jongseniorenzm.nl](http://www.jongseniorenzm.nl)).

## Wat is de OSO

De OSO, Stichting Overlegorgaan Samenwerkende Ouderenbonden, is een organisatie die jaren geleden op verzoek van de Gemeente Zoetermeer is opgericht. De reden daarvoor was het feit dat de Gemeente dan nog maar met één organisatie hoefde te overleggen als het ging over het belang van ouderen in Zoetermeer. De aan de OSO deelnemende ouderenbonden zijn de Algemene Ouderenvereniging Zoetermeer (AOVZ), de Katholieke Bond van Ouderen Zoetermeer (KBOZ) en de Protestant-christelijke Ouderenbond (ANBO-PCOB).

## Meldpunt bezorgd

Bent u ongerust over iemand in een zorgelijke situatie? Vraagt die persoon zelf niet om hulp? Denkt u dat iemand psychische hulp nodig heeft? Laat het dan weten aan het Meldpunt Bezorgd. U kunt gebruik maken van het online meldformulier via <https://www.zoetermeer.nl/meldpuntbezorgd>.

Ook kunt u tijdens kantoor tijden van 09.00 tot 17.00 uur bellen naar het nummer 088-900 4000. Tussen 09.00 en 13.00 uur kunt u een terugbelverzoek doen. U wordt dan dezelfde of de volgende middag teruggebeld. Tussen 13.00 en 17.00 uur wordt u door de frontoffice doorverbonden met een medewerker van het Meldpunt. Tot slot kunt u uw melding doorgeven via het e-mailadres: [meldpuntbezorgd.zoetermeer@kwadraad.nl](mailto:meldpuntbezorgd.zoetermeer@kwadraad.nl).

U kunt een melding doen als iemand problemen heeft op het gebied van:

- Psychiatrie
- Verslaving
- Sociaal isolement
- Vervuiling
- Overlast
- Maatschappelijke/sociale problemen

Na uw melding onderzoekt Meldpunt Bezorgd of iemand al bekend is bij hulpverleners. Als dat niet zo is, gaan hulpverleners naar de persoon toe en maken een inschatting van de situatie. Zij brengen de zorgen in kaart om te bepalen wat er aan ondersteuning nodig is. Daarna organiseren zij de benodigde ondersteuning.

Meldpunt Bezorgd kan niet acuut zorg verlenen. Wanneer er sprake is van een noodsituatie adviseren wij u om altijd alarmnummer 112 te bellen.  
(bron: <https://www.zoetermeer.nl/meldpuntbezorgd>).

## De AOVZ is er voor u! .... Bent u er ook voor de AOVZ?

Onze vereniging staat of valt met de inzet van voldoende vrijwilligers; mensen die zich inzetten voor de organisatie maar ook voor u als de individueel lid. Vrijwilligerswerk is tweerichtingsverkeer: terwijl u anderen helpt, helpt u ook uzelf. U ontmoet andere mensen in een gezellige omgeving en u krijgt als oudere door uw inzet vaak ook een gevoel van betekenis, "er nog bij te horen en er nog toe te doen". Terzelfder tijd draagt u bij aan een groep die elkaar steunt en sterker maakt.

Er zijn veel manieren waarop u zich kunt inzetten. Of u een bestuursfunctie heeft, of eens een keer een bijeenkomst of excursie wilt organiseren, of gewoonweg eens wilt helpen met koffieschenken tijdens een AOVZ-bijeenkomst, uw rol daarbij is belangrijk. Of misschien wilt u eens iets komen vertellen tijdens een van onze bijeenkomsten, over een onderwerp waarin u vanuit uw werkzame leven thuis bent en waarover u andere senioren goed kunt informeren. Samen kunnen we kijken naar de mogelijkheden en wat het beste bij u past. Binnen onze vereniging hanteren we drie typen rollen en taken; een vaste rol, eenmalige inzet, en een flexibele rol.

**Vaste rol.** Binnen de vereniging hebben we taken die voor langere tijd commitment vragen. Bijvoorbeeld een rol in het bestuur, in de redactie van ons Nieuwsblad of als coördinator van vrijwilligers.

**Eenmalige inzet.** Het is beslist niet nodig dat u zich voor langere tijd vastlegt als vrijwilliger. Ook met een eenmalige of kortdurende inzet kunt u onze vereniging al écht helpen. Het schenken van een kopje koffie in de Gondelkade levert dankbare blikken op, net zoals bijvoorbeeld het organiseren van een bezoek aan een leuke tentoonstelling.

**Flexibele rol.** Rollen en taken waarbij u uw eigen tijd (grotendeels) kunt indelen en die u – als het even niet uitkomt – een andere keer of op een ander tijdstip kunt doen. Denk hierbij aan de organisatie van bijeenkomsten of het verlenen van belastinghulp aan andere senioren. Als vrijwilliger maakt u, ongeacht welke rol of inzet, deel uit van een warme en betrokken gemeenschap die zich inzet voor de belangen van ouderen. Belangstelling gekregen? Laat u zich verder informeren over wat er zoal mogelijk is door een mail sturen naar [AOVZ@outlook.com](mailto:AOVZ@outlook.com), of een briefje naar Boekweitakker 44, 2723VZ Zoetermeer.

### De AOVZ zoekt.....

#### Een tweede webmaster (herhaalde oproep)

In onze vorige editie stond een oproep van onze webmaster, Ron van Haastrecht, voor een tweede webmaster. Helaas heeft dit tot nu toe geen reacties opgeleverd. Dat is jammer, want onze website is één van de verbindende elementen voor onze vereniging. Het ontbreken van een

tweede webmaster maakt ons kwetsbaar. Daarom alsnog een oproep aan belangstellenden zich te melden. Onze website werkt met WordPress, een systeem dat erg gemakkelijk is om mee te werken. Kennis en ervaring met dit systeem is dus geen vereiste, wel belangstelling om hiermee te leren omgaan. Webmaster Ron is graag bereid u hierin te begeleiden. Geïnteresseerd? Stuur een bericht naar [haastre@ziggo.nl](mailto:haastre@ziggo.nl) of naar [aovz@outlook.com](mailto:aovz@outlook.com).

#### Belastinghulp(en)

Ieder voorjaar staat er een groep mensen paraat die zo'n 100 AOVZ-leden helpt met het (digitaal) invullen van het belastingformulier. Nogal wat ouderen zijn namelijk niet of minder vaardig met belastingzaken en/of met de digitale afhandeling daarvan. Tegen een geringe vergoeding (€ 15) zorgen onze belastinghulpen ervoor dat de aangifte goed en tijdig bij de Belastingdienst wordt ingediend. Ze kijken in voorkomend geval ook of de toeslagen waar men recht op heeft nog helemaal up-to-date zijn. Maar.....

Het aantal belastinghulpen staat onder druk. Ook zij worden natuurlijk een dagje ouder en niet elke, om die reden vertrekkende belastinghulp kan (meteen) worden opgevolgd door een nieuwe. Ook wordt het aantal aanvragen zo langzamerhand groter dan de huidige groep hulpen kan behappen. Het risico bestaat dus dat er in de nabije toekomst niet iedereen meer geholpen kan worden en dat zou erg jammer zijn.

Vandaar deze (hernieuwde) oproep aan belangstellenden die onze leden willen helpen met hun aangifte. Bijzondere voorkennis is niet vereist; wel dient u zelf redelijk vaardig te zijn met het digitaal invullen van een belastingaangifte. Een aantal hulpen met ruime ervaring staat daarbij klaar om u zo nodig bij te staan en om uw vragen te beantwoorden. Een mooie gelegenheid om nieuwe mensen te ontmoeten én iets te doen voor een ander.

Belangstelling? Meldt u dan s.v.p. aan bij onze secretaris, Ineke Rijsdam, via [aovz@outlook.com](mailto:aovz@outlook.com) of tel. 079-3411417. - Zelfs als u maar enkele mensen wilt helpen zijn we al heel blij met u.



### **Vacature OSO pennigmeester**

Bij de OSO is een vacature ontstaan voor een penningmeester. Het tijdsbeslag is beperkt. Basiskennis over financiële zaken is voldoende. De enige statutaire verplichting is dat u lid bent van een van de drie seniorenverenigingen AOVZ, KBOZ of ANBO-PCOB. Interesse of meer weten? Stuur een mail aan [AOVZ@outlook.nl](mailto:AOVZ@outlook.nl).

### **AOVZ-koffieochtend**

De eerstvolgende koffieochtend is op donderdag 18 september 2025 van 10.00 tot 12 uur in het Atrium aan de Gondelkade. Komt u ook? Iedereen, zowel leden als niet-leden, is welkom.

Het bestuur van de AOVZ wenst u nog fijne en zonnige nazomerdagen toe !

