

AGENDA 2024**Donderdag, 18 april**Gezamenlijke maaltijd in **Restaurant Schoonoord Oosterbeek**

Aanmelden voor 10 april

Donderdag 16 mei

Ouder worden: blijf veilig mobiel/ het nieuwe fietsen - Veilig Verkeer NL

Dinsdag 11 juni

Het ontstaan van de kolonie Nederlands Indië tot het einde van de kolonie door Hans Slijp

De bijeenkomsten van mei en juni worden gehouden in:

Grote zaal van De Koningshof,
Utrechtseweg 62, Heelsum

Tijd: 14.00 – 16.00 uur

Wij stellen het op prijs als u zich aanmeldt voor de bijeenkomsten

Aanmelden bij:

Nel Maas T 026-33 34 770

nelmaas@yahoo.nl

Maureen The T 06 5709 2199

SbR.secretaris@outlook.com**Vanaf april elke dinsdag fietsen**

Informatie

Theo Wigman T 06-37453328 of

Jan Nijeboer T 0317-318755

Externe activiteiten

Alzheimer café regio Renkum

www.alzheimer-nederland.nl/regios/veluwe-vallei-grebbe/alzheimer-cafe-regio-renkum

Digicafé Gemeente Renkum

<https://www.bibliotheekveluwe-zoom.nl/leren/ons-aanbod-voor-volwassenen/digicafe.html>**Boekenweek 14 maart met Wim Kersten (boekhandelaar Meijer & Siegers) en schrijfster Miriam Guensberg, een terugblik**

Veel belangstellenden bezochten deze bijeenkomst waarin de Boekenweek centraal stond. Wim Kersten en Miriam Guensberg belichtten diverse auteurs en boeken gezamenlijk toe en dat was boeiend en interessant.

- Frank Nellen met zijn literaire debuut *Land van dadels en prinses* en zijn roman *De Onzichtbaren*, een wervelende roman over leugens en bedrog. Frank Nellen heeft een wonderschone manier van vertellen.
- Miriam Guensberg vertelt over haar laatste roman *Hartslag*. Inspiratie vindt zij in haar eigen familiegeschiedenis, maar telkens in een andere vorm en altijd trekt ze deze naar het nu. Zij leest een prachtig gedeelte voor uit haar roman over de relatie tussen moeder en dochter, de weg naar een nieuwe liefde en zo doorgaan met leven.
- *Natuurbeelden, zichtlijnen en blikvangers*. Grafisch ontwerper Hein Niemeijer, fotograaf Daan van Oort en Miriam Guensberg bundelden hun talenten in dit boek en ontvoeren je bladzijde na bladzijde naar de schilderachtige parels van de Veluwezoom. Een schitterend boekwerk dat de schoonheid van de natuur omsluit in woord, beeld en vormgeving.
- Mark Stokmans, winnaar van de Boekhandelprijs 2023 met zijn debuutroman *Land van echo's*. Zijn roman *Spiegelwegen* is een fascinerende roman over de grijsjinten in de geschiedenis, over nieuwe generaties die moeten omgaan met het verleden van hun voorouders.

Lezen biedt verrijking, herkenning, verbeelding, ontspanning en vrijheid en menigeen ging dan ook met een boek of meerdere boeken naar huis.



Uitnodiging Gezamenlijke maaltijd



Op **donderdag 18 april** wordt u de mogelijkheid geboden om te genieten van een heerlijk 3-gangen keuzemenu bij **Restaurant Schoonoord** in Oosterbeek vanaf 17.00 uur.

De prijs voor het menu is €35,50 per persoon, exclusief consumpties. Een ieder kan zelf na afloop afrekenen.

Indien u een allergie of dieetwensen heeft kunt u dat doorgeven bij uw aanmelding dan kan daar rekening mee gehouden worden.

Er is plaats voor 25 personen.

Adres: Restaurant Schoonoord, Pietersbergseweg 4 Oosterbeek

Aanmelden kan tot 10 april bij:

Nel Maas 026-33 34 770

nelmaas@yahoo.nl

Maureen The 06 5709 2199

SbR.secretaris@outlook.com

Veilig Verkeer Nederland 16 mei

Veilig Verkeer Nederland verzorgt deze middag een voorlichting over veilige deelname aan het verkeer op de fiets.

Het is een positieve, informele bijeenkomst waar over fietsen wordt gesproken met informatieve filmpjes, foto's, feiten en stellingen.

Verschillende onderwerpen komen aan bod:

- * omgaan met medeweggebruikers;
- * vitaliteit, fysieke veranderingen;
- * kennis van de fiets
- * diversiteit van voertuigen en drukte op het fietspad

Waar je vroeger op het fietspad alleen fietsers tegenkwam, is het nu een drukte van belang met allerlei voertuigen, zoals scootmobielen, e-bikes, bakfietsen, monowheels etc.

Wat betekent dit voor ons gedrag en hoe gaan we hier veilig mee om?

Plaats: Grote zaal van De Koningshof, Utrechtseweg 62, Heelsum

Tijd: 14.00 – 16.00 uur

En verder in de gemeente Renkum

Houdt u van fietsen maar voel u zich soms wat onzeker? Dan is een driewielers een ideale oplossing. Door de extra wielen die de fiets heeft, hoeft u niet zelf het evenwicht te bewaren. U zit ontspannen en

daardoor geniet u meer van de mooie omgeving en gaat u veilig door het verkeer.

Niet meer afstappen bij een kruising of stoplicht. U blijft gewoon zitten.

Wilt u eens een driewielers uitproberen? Komt u dan naar de **Driewielers-ontdekkertocht**. Daar vertelt de Fietsersbond u alles over driewielers én u kunt ze zien en proberen. Er zijn geen verkopers aanwezig want het is zuiver informatief.

We zijn aanwezig op de markt in:



Renkum: Europaplein, dinsdag 16 april
08.30-12.30 uur

Oosterbeek: Raadhuisplein, donderdag 18 april
08.30-12.30uur

Wolfheze: Dorpsplein, vrijdag 19 april,
8.30-12.30 uur.

Opgeven is niet nodig.

Contributie Lidmaatschap 2024

Denkt u eraan om de contributie over te maken als u geen machtiging hebt gegeven voor automatische incasso. De automatische incasso wordt eind april gepland.

De contributie voor 2024 per lid blijft € 26 en voor het 2^{de} lid (op hetzelfde adres) € 21.

U kunt uw contributie overmaken op rekening nr. NL23 INGB 0000096121 op naam van Seniorenbond Renkum.

Bij voorbaat onze dank.

Van de ledenadministratie

Nieuwe leden

Mevrouw Maria van Kempen, Heelsum

Hartelijk welkom bij Seniorenbond Renkum

Overleden

Mevrouw Hageman-Görz, Renkum (82 jaar)

Rust in vrede

Jubilarissen

Een jaar lang heeft het bestuur iedere maand een kaartje gestuurd naar leden die meer dan 10 jaar lid zijn van Seniorenbond Renkum. Dat waren er iets meer dan 70.

Wij waarderen het dat zoveel leden al zolang lid zijn. Vanaf april sturen we alleen nog maar een kaart naar leden, die een jubileumjaar hebben.



Er bij blijven horen

Onlangs sprak een van onze leden uit Heelsum me aan met het verzoek om wat meer bekendheid te geven aan Stichting Vier het Leven.

Sinds 2 of 3 jaar maakt deze 86-jarige regelmatig gebruik van 'Vier het Leven' en ze is er heel positief over. „Dat zouden veel meer mensen moeten doen, ik heb niets dan lof voor deze organisatie“.

Haar enthousiasme maakt nieuwsgierig, wat is 'Vier het Leven' precies?

Stichting 'Vier het Leven' is een landelijke organisatie die zich ervoor inzet dat mensen op leeftijd zich verbonden blijven voelen met de maatschappij. Dat doen ze door ouderen persoonlijk te begeleiden naar theater- en filmvoorstellingen, concerten, musicals of musea. Daardoor wordt een positieve bijdrage geleverd aan de kwaliteit van leven voor ouderen, die nog graag van het leven willen genieten maar dat allemaal zelf niet meer kunnen regelen.

'Vier het Leven' werkt met vrijwilligers, over het hele land verdeeld zijn dat er 1700. „Ze nemen je overal mee naar toe, je wordt voor de deur opgehaald en weer thuisgebracht', vertelt deze senior.

Om de paar maanden komt er een boekje uit, waarin vermeld staat waar je naar toe kunt gaan. Als je een keuze hebt gemaakt, krijg je bericht over de details en over de betaling. Wanneer je als oudere naar een voorstelling gaat betaal je ook voor de begeleider. „Soms ga je alleen met een vrijwilliger op pad, soms met meerderen, maar het is altijd gezellig“, is de ervaring van ons lid. Onlangs nog is ze naar de musical Aida geweest in Scheveningen. „Fantastisch, duur, maar wel de moeite waard“.

Inmiddels is er iemand die al voor de 100e keer is mee geweest met 'Vier het Leven', de burgemeester ter plaatse schonk daar zelfs aan dacht aan.

Wie meer wil weten over deze organisatie kan contact opnemen met de landelijke organisatie.

Stichting Vier het Leven is op werkdagen tussen 9.00 en 18.00 uur bereikbaar op het landelijke telefoonnummer:

035-5245156.of per e-mail info@4hetleven.nl.

Opgetekend door Jet Koederings

In gesprek met de notaris



Denkt u er ook weleens "ik wil sommige zaken regelen met de notaris". Maar dan ligt er een drempel, de afstand tot een notaris is groot. Wij kunnen u hulp bieden.

Binnen onze gelederen heeft een gepensioneerd notaris aangeboden om kosteloos met u in gesprek te gaan over zaken als; het levenstestament, een testament, etc. Zaken waar u graag met een deskundige over praat.

Via deze Nieuwsbrief willen we polsen of daar belangstelling voor is onder onze leden. De notaris houdt eens per maand spreekuur in een spreekkamer van Ons Middelpunt in Doorwerth. Zo'n gesprek duurt ongeveer een half uur.

Via onze secretaris kunt u met hem een afspraak maken, zodat u niet hoeft te wachten. U krijgt gratis vrijblijvend advies. Daarna kunt u besluiten om bij de reguliere notaris een akte op te laten stellen en deze te laten passeren. Dat laatste is natuurlijk niet gratis.

Als het u aanspreekt en er is voldoende belangstelling, dan gaan we dit initiatief effectueren en herhalen.

Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg

Als sterven dichtbij komt dan willen de meeste mensen het liefste thuisblijven en thuis sterven.

Dan kan er een moment komen dat er extra hulp nodig is. Meestal red je het dan niet meer met alleen thuiszorg en de inzet van familie, vrienden en burens. Het is dan goed om tijdig aan de bel te trekken.

Hulp van vrijwilligers kan in deze fase van onschatbare waarde zijn. Vrijwilligers, die speciaal getraind zijn om ondersteuning te bieden in de laatste levensfase. Ze bieden een luisterend oor, hebben tijd en aandacht voor patiënt en mantelzorger. Vaak is het feit dat er iemand is al heel waardevol. Samen met

de mantelzorgers en de beroepsmatige zorg doen de vrijwilligers wat gedaan moet worden in deze onzekere, maar ook bijzondere periode. Zij verrichten geen medische handelingen en zijn er niet voor zware huishoudelijke taken, ze ondersteunen alleen de patiënt en de mantelzorger.

Aan deze ondersteuning zijn geen kosten verbonden. VPTZ (Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg) is er voor inwoners van de gemeenten Renkum, Wageningen en Ede, en is aangesloten bij VPTZ Nederland.

Info via yptz@solidez.nl of tel. 06 21960352

Van de bestuurstafel

Op een regenachtige ochtend zijn we als bestuur bij elkaar om een aantal zaken te bespreken en te besluiten.



Als binnenkomer meldt de voorzitter dat er vanuit de gemeente Renkum positief is gereageerd op de projectsubsidieaanvraag voor het project "Vitaal ouder worden". Zo noemen we alle maandelijkse bijeenkomsten die we dit jaar voor leden en introducees organiseren. We zijn heel blij met deze subsidie, want zo hebben we meer ruimte om aansprekende en inspirerende sprekers uit te nodigen en kunnen we de contributie laag houden. De betreffende wethouder is inmiddels bedankt. Het bestuur is ook alweer bezig om de aanvraag voor 2025 voor te bereiden. Die moet vóór 1 mei 2024 op het gemeentehuis ontvangen zijn.

U heeft al eerder van ons gehoord, dat we veel problemen hebben met de nieuwe digitale ledenadministratie. KBO-Gelderland heeft gekozen voor een nieuw systeem, overigens om hele goede redenen. Maar voordat het geïmplementeerd is en goed werkt! Op 18 maart zijn maar liefst drie bestuursleden op cursus geweest om het nieuwe programma onder de knie te krijgen.

Tot slot, de twee verjaardagsbellers op bezoek gehad. Altijd goed om te horen dat onze verjaardagstelefoon bij veel leden goed valt. Niet alleen het kleine gebaar, maar vooral de aandacht van onze bellers, Ger Roffel en Riekje van Zwam, die u als u rondom uw verjaardag telefonisch feliciteren als u 75 jaar of ouder bent geworden, wordt gewaardeerd.

Ton Marijnissen, voorzitter



Colofon

Bestuur Seniorenbond Renkum

Voorzitter:

Ton Marijnissen ☎ 0317-356460
E SbR.voorzitter@outlook.com

Secretaris:

Maureen The ☎ 06-57092199
Nassaulaan 39, 6861DA Oosterbeek
E SbR.secretaris@outlook.com

Penningmeester:

Sybren Miedema ☎ 0317-314547
E SbR.peningmeester@outlook.com

Bestuurslid Activiteiten:

Marianne Klop-Groen ☎ 06 24777766
E SbR.coordinator-activiteiten@outlook.com

Algemeen Bestuurslid

Jet Koederings ☎ 026-3336058
E SbR leden@outlook.com

Ledenadministratie

Jet Koederings ☎ 026-3336058
E SbR leden@outlook.com

Vrijwillige Ouderen Adviseurs

Coördinator:
Kees Hogendorf ☎ 06-10165570

SbR Belastingsservice

Coördinator:
Hans Lieferrink ☎ 06-53255791

Nieuwsbrief Seniorenbond Renkum

Eindredacteur

Maureen The ☎ 06-57092199

Kopij inleveren

Uiterlijk **16 april 2024**
E SbR.secretaris@outlook.com

Sortering

Frits van Loon ☎ 026-3335912

Volgende uitgave KBO-PCOB magazine & Nieuwsbrief Seniorenbond Renkum: worden bezorgd in week 16 (vanaf **22 april 2024**)

Bankrekeningnummer

NL23 INGB 0000096121
t.n.v. Seniorenbond Renkum

Volgende vergadering Bestuur SbR

11 april 2024