

Voorwoord



De televisie en kranten geven relatief veel aandacht aan de Ramadan. De Ramadan loopt dit jaar gedeeltelijk samen met de Vastentijd voor de katholieken. Het is opvallend dat aan die Vastentijd weinig aandacht wordt gegeven in de landelijke pers. Voor de Protestantse Kerk is er de 40 dagen kalender die helpt om zich samen te verdiepen op de weg naar Pasen.

Het mooie is dus dat zowel de Ramadan, de Vastentijd als de 40 dagen tijd oproepen tot thema's als bezinning, inkeer, gebed, en liefdadigheid. Aandacht voor die thema's helpt om evenwicht in jezelf te ontwikkelen en aandacht te hebben voor de ander met name om solidair te zijn met mensen die het moeilijk hebben. Dat zijn bouwstenen voor een mooiere wereld!

Kan je je een mooiere aanloop naar Pasen voorstellen?

Clemens Festen

Hulp bij Belastingaangiftes (HUBA)

De HUBA's zijn de afgelopen maanden druk in de weer met het helpen bij het invullen van de belastingaangiftes inkomstenbelasting 2024. Daarnaast kijken zij ook of u in aanmerking komt voor zorg- en/of huurtoeslag. Vooral de huurtoeslag wordt nog weleens vergeten door leden die een huurwoning tot hun beschikking hebben. Voor eigen woningbezitters is deze toeslag niet van toepassing.

Het digitaal invullen is voor veel van onze leden een probleem, omdat zij digitaal niet zo vaardig zijn en niet alle belastingregels kennen. Dat geeft op zich niet, maar daardoor weten zij niet voldoende gebruik te maken van de aftrekposten. Op deze manier betalen zij te veel belasting, zeker als het leden zijn die rondkomen van een AOW uitkering met een klein pensioen.

Twijfelt u bij het invullen van de belastingaangifte over bepaalde posten, schroom dan niet om een van onze HUBA's te bellen of aan te schieten en vraag om uitleg of hulp.

Ben Mulder 06-10591742
Frank Piersma 06-25137789

Cees de Graaff. 06-25577130

Agenda

Datum	Activiteit	Locatie
	Elke dinsdag van 10.00 tot 12.00 uur	Cantina, Doorn
	Elke woensdag van 10.00 uur tot 12.00 uur	't gebouwtje
	Elke 1 ^e en 3 ^e donderdag van de maand, Koffiedrinken, om 10.30 uur	Nieuw Salem
	Iedere tweede donderdag van de maand Kleuren, om 10.00 uur	de Ontmoeting
	Iedere vierde donderdag van de maand. Puzzelen en sjoelen, om 10.00 uur	de Ontmoeting
	Iedere donderdag, koffiedrinken van 10.00 tot 11:30 uur	Kapel in Maarn
7 april	Paasbrunch	Nieuw Salem
11 april	Bijeenkomst veiligheid en senioren	Het Hoge Licht
22 april	KPL-lezing over gedichten met Ds. Aleida de Hoog	Het Hoge Licht
29 april	Algemene ledenvergadering, inloop vanaf 14:15 uur	Nieuw Salem

Papieren tassen gezocht voor bezorging



Beste leden,

Iedere maand worden de magazines bezorgd met papieren tassen bij de bezorgers. Mijn voorraad papieren tassen raakt op. Het gaat om tassen in de grootte van de magazine. Mag u deze nog in huis hebben, dan zou ik deze graag willen hebben. U kan ze meenemen wanneer wij elkaar ontmoeten of bel mij even, zodat we kunnen overleggen hoe ze bij mij terecht komen.

Bedankt bij voorbaat

Met vriendelijke groet,

José Keijzer (jcekeijzer@gmail.com)

De busreizen naar Joodsmuseum en Kloostermode

De animo voor beide busreizen, naar het Joodsmuseum en de Kloostermode is groot. De museumplusbus naar het Joods Museum in Amsterdam is reeds vol en je kan alleen nog op de wachtlijst gezet worden.

Voor de bus naar Kloostermode in Boskoop zijn nog enkele plekken over om de reis door te laten gaan. Een gezellige dag met koffie, gebak, een lunch en een advocaatje voordat de bus weer huiswaarts gaat. Tussendoor een prijsvraag en een bingo met kleine prijsjes, maar vergeet ook niet de modeshow met kleding voor deze zomer en tussendoor zoekend of net dat ene kledingstuk voor je erbij zit om lekker te flaneren op een zomerse dag.

Wil jij ook mee geef je dan zo snel mogelijk op, zodat we daar ook een definitieve klap op kunnen geven.

José de Keijzer



Paasbrunch



Maandag 7 april bent u van harte welkom bij de Paasbrunch. Samen gezellig de maaltijd gebruiken, luisteren naar een mooi gedicht, een verhaal en het zingen van bekende liederen.

Er is een maaltijd met drie gangen en het drankje hoort daar ook bij. U kunt zich opgeven bij Bram Dekker 0343-518826. en de kosten (€20) kunt u overmaken op de bankrekening van de penningmeester KBO NL56RABO0385201567.

De inloop is om 11.00 uur en we beginnen om 11.30 uur in Nieuw Salem.

Er zijn al veel aanmeldingen, dus haast u!

Projectleider valpreventie

Per 1 maart nemen twee collega's Maaïke en Danneke het stokje over van projectleider valpreventie Lisette Schelbergen. Namens Heuvelrug in Beweging coördineren zij het ketennetwerk valpreventie in de Gemeente Utrechtse Heuvelrug.

Samen met verschillende (zorg)professionals zetten zij zich in om de valincidenten binnen de gemeente terug te brengen. Dit gebeurt door het opsporen van inwoners met een verhoogd valrisico, het aanbieden van valpreventieve interventies door gecertificeerde aanbieders binnen de dorpskernen en het in beweging houden van deze doelgroep.



De do's en don'ts om wijs oud te worden

Na een mooie KPL-lezing van Lianne Banda op dinsdag 25 februari over

“ Wijs ouder worden en goed afscheid nemen” zijn een paar dingen mij bij gebleven.

“ Maak van je nabestaanden geen spoorzoekers”. Met andere woorden geef aan wat je wil en praat erover.

Lianne gaf ook een aantal punten van de do's en don'ts, die ik graag met u wil delen.

Wilt u de lezing lezen, dan kan ik u deze toesturen of fysiek overhandigen. Lianne heeft ook een mooie website www.liannebanda.nl. Hierbij de do's en de don'ts van wijs oud worden. De lijst met wat wel te doen is langer dan de lijst met wat te vermijden. Dat heeft deels te maken, omdat ik meer gefocust ben op wat wel te doen is en ook omdat ik denk dat het meer helpend is om daar je energie in te steken.

Wat moet je niet doen:

- 1) Een slachtofferrol aannemen. Deze houding komt in de literatuur niet duidelijk naar voren maar het is er één waar ik zelf veel moeite mee heb. Klagende mensen die niet de verantwoordelijkheid nemen voor zichzelf zijn geen prettig gezelschap.
- 2) Mopperen, bij voorbeeld omdat je weinig bezoek krijgt, kan een mens beter achterwege laten. Deze manier van doen ken ik vooral uit de praktijk. Het doet mij denken aan de pastor die aan de kerkgangers, die aanwezig zijn, zijn teleurstelling laat blijken omdat er maar zo weinig mensen zijn. Niet doen! Wees blij om de persoon die er wél is.



Don'ts

Wat wel te doen:

- 1) Bewust ouder worden: erbij stil staan dat je ouder wordt en onderzoeken wat dit voor jou betekent. Merken dat je ouder wordt en fysiek niet meer kunt wat eerder wel lukte, is één aspect hiervan. En hoe wil je hiermee omgaan?
- 2) Reflecteren: waar sta ik en wat wil ik nu en in de komende jaren? Reflecteren is belangrijk, mits met mate om niet te verzanden in de situatie waarbij jij het centrum van de wereld wordt.
- 3) Perspectiefwissel: voor de ouder wordende mens is het goed om de aandacht naar buiten te keren. Wat gebeurt er in de wereld, veraf en dichtbij? Hoe gaat het met de mensen om ons heen? Het is niet interessant om navel te staren: kijk wat je kunt betekenen voor de mensen om je heen.
- 4) Zon én schaduw zien, met enige mildheid naar jezelf kijken en de gemaakte fouten en mislukkingen kunnen zien en omarmen.
- 5) Deel je rijkdom. Als de nodige (levens)ervaring is opgedaan en hiernaar gevraagd wordt, deel dan met royale hand. Zie wat het leven je heeft gebracht, geniet van de oogst (de volle graanschuur van Frank) en laat anderen erin meedelen.
- 6) Blijven leren is een must. Luister naar waartoe je geroepen wordt in dit leven. Wat vraagt het leven van je? Waar mag je bijdragen? Wat heb je te brengen?
- 7) Betekenis geven of zingeven is de laatste aanbeveling. Hoe en waar kan ik als mens van betekenis zijn? Zowel voor mijzelf als voor mijn omgeving waarin ik leef? Is er iets wat ik kan bijdragen of overdragen aan anderen of waar ik verantwoordelijkheid voor kan nemen zodat het niet verloren gaat in de tijd?



Do's

José de Keijzer

Activiteiten in het zonnehuis

Het was een leuk idee: voor onze leden in Doorn in samenwerking met het revalidatiecentrum activiteiten in het Zonnehuis. Misschien is het op de verkeerde tijd, maar de belangstelling was minimaal. Voor enkele activiteiten op donderdag kwam er zelfs niemand. **Het is jammer, maar het bestuur heeft besloten om deze activiteiten te beëindigen**. We gaan nadenken over andere mogelijkheden. We houden ons aanbevolen voor ideeën.

KPL-lezingen

Bij het verschijnen van deze nieuwsbrief spreekt de heer Max Cremer over het slavernijverleden op de Utrechtse Heuvelrug.

En op 22 april, dinsdagmorgen om 10.00 uur, spreekt in het Hoge Licht Ds. Aleida de Hoog over gedichten. Na haar vorige lezing kwam de vraag naar een vervolg en we zijn blij dat Ds. De Hoog daartoe bereid is. Boeiend. Komt allen.

Veiligheid en nepagenten 11 april

De echte politie zal ons informeren over hun nep-collega's. En over allerlei zaken die goed zijn voor uw veiligheid: inbraakpreventie, kierstandhouders, brandmelders, mensen langs de deuren. De Driebergse wijkagent Gerhard Langer zal informatie geven, wijzen op mogelijkheden en ingaan op uw en onze vragen.

Vrijdagmorgen 11 april staat om 10.00 uur de koffie klaar in t Hoge Licht aan de Klaproos in Driebergen. Gratis entree.



Vrijwilligersmaaltijd en pub kwis

Het bestuur van kbo/pcob nodigde onze vrijwilligers uit voorveen stampot maaltijd op 4 maart, werd bezocht door 54 vrijwilligers! Op 18 maart werd de eerste pub kwis gehouden prima georganiseerd door Jose en Bram, er kwamen 16 leden, een hoopgevende start.

Ledenmutaties KBO

Ledenmutaties PCOB

Opzeggingen diverse redenen

Mevrouw G. Boot – van der Vorst te Driebergen
Familie A. Koetsier te Langbroek

Overleden

Dhr. W. Nieuwkerk te Driebergen

Contact met KBO Utrechtse Heuvelrug

telefoon: 06 4064 9074
e-mail: kbo.utrechtseheuvelrug@gmail.com
website: kbo-pcob-seniorenheuvelrug.nl
Ledenadministratie & Penningmeester:
penningmeesterkbouh@gmail.com
Activiteiten: José Keijzer, tel. 06 3761 6056
Postadres secretariaat: Rob van den Hoek
Park Sparrendaal 58
3971 SN Driebergen

Contact met PCOB Driebergen – Maarn – Doorn

e-mail: secr.pcobdriebergen23@gmail.com
website: kbo-pcob-seniorenheuvelrug.nl
Ledenadministratie en Penningmeester:
secr.pcobdriebergen23@gmail.com
Activiteiten: Bram Dekker: tel. **06 5374 7125**,
e-mail: bramdekker2012@gmail.com
Postadres secretariaat: F. Piersma
Dennenlaan 2,
3971 JG Driebergen-Rijsenburg

Website: www.kbo-pcob-seniorenheuvelrug.nl

www.seniorenplatformheuvelrug.nl

Nieuwsbrief:

Redacteur: Richard Postma & Bram Dekker
Realisatie: Kyra van der Grijn

Insturen nieuwe kopij: 19 april 2025

Locatie	Adres	Locatie	Adres
de Ontmoeting	Hoofdstraat 113, Driebergen	't gebouwtje	Woudenbergseweg 52, Maarsbergen
Nieuw Salem	De Lei 86, Driebergen	Ontmoetingskapel	Kapelweg 45, Maarn
't Hoge Licht	Klaproos 2, Driebergen	Cantina	Cultuurhuis in Doorn