



# Zeeuwse NieuwsFlitZ

Digitale nieuwsbrief voor leden van de KBO-afdelingen in Zeeland

Nummer **165** d.d. 05-02-2022



Inhoud: Van de redactie – Inspiratietour  
Geen rijtestlocatie in Zeeuws-Vlaanderen! – Meld een klus aan voor NLdoet  
40 dagen zonder alcohol – Wijs ouderen niet voor alles aan als schuldige  
Koop een geschikt mondmasker – Colofon

# Van de redactie

## Beste lezer(es),

Je kunt merken dat het voorjaar er heel voorzichtig aan gaat komen. De dagen lengen en als je door de natuur of in je tuin loopt zie je het jonge prille groen al tevoorschijn komen.

Ook qua pandemie lijkt het erop dat we de ergste tijd gehad hebben. En dat we de sociale contacten weer kunnen oppakken of uitbouwen.

Dat is zo wie zo goed voor de eenzamen onder ons. Besteed dus aan de sociaal zwakkere extra aandacht!

Afdelingen pakken de draad weer op. Ideeën voor activiteiten lagen al op de plank, ze kunnen nu gelukkig uitgevoerd worden. We moeten het met elkaar doen! Succes!

*Veel leesplezier.*



We mogen elkaar weer ontmoeten: KBO-PCOB op

## 'INSPIRATIETOUR'

*'Dat moeten jullie vaker doen!'. 'Wat een interessante ochtend, en zó fijn om weer echt bij elkaar te kunnen komen.'*

Zomaar wat uitspraken van deelnemers aan de eerste inspiratiebijeenkomsten in het najaar van 2021. We gaan vanaf maart 2022 weer verder met boeiende, inspirerende en gezellige bijeenkomsten.



**Op donderdag 21 april zijn we in de Stenge in Heinkensand!**



**Donderdag 21 april is het zover!**

*Voor een pdf van het programma kunt u klikken op de datum.*

**Meteen inschrijven!**

### **Nieuw! Workshops!**

- Raak in de ochtend geïnspireerd door interessante sprekers zoals presentator Jaap Jongbloed, Marinus van den Berg en Bert van Leerdam.
- Volg 's middags één of twee interessante workshops rond ledenwerving, [De Academie](#) (vrijwilligersplatform van KBO-PCOB, belangenbehartiging of het nieuwe besturen.
- U kunt ook kiezen waaraan u deelneemt, bijvoorbeeld alleen in het ochtend- of middagedeelte, of aan 1 of 2 workshops.

**De hele dag is natuurlijk het leukst!**

Of u nu aan 1 of meerdere onderdelen deelneemt, u bent VAN HARTE WELKOM! En neem gerust iemand mee of maak er een afdelingsuitje van! *Wij maken ons sterk voor een samenleving waarin senioren volwaardig kunnen meedoen en mensen omzien naar elkaar. Want de levenswijsheid van senioren is het kapitaal van de samenleving. Ontmoeting is daarbij cruciaal.*

## Geen rijtestlocatie in Zeeuws-Vlaanderen!



### **Verloopt uw rijbewijs op of na uw 75ste? En wilt u uw rijbewijs verlengen? U moet dan eerst een Gezondheidsverklaring invullen.**

*Deze kunt u ophalen bij uw gemeente of via de site van het [CBR](#). Daarna gaat u voor onderzoek naar een huisarts in uw omgeving en soms naar meerdere artsen. Met de informatie van de arts(en) beoordeelt het CBR of u veilig kunt blijven rijden.*

*Soms moet u een rijtest doen om te beoordelen of u nog rijgeschikt bent. Kijk voor meer informatie op de [site van het CBR](#).*

### **Actie KBO-PCOB-Terneuzen**

Voor het afleggen en het doen van rijvaardigheidstesten moeten inwoners van Zeeuws-Vlaanderen (medisch, ouderen, 75+) zich in Goes melden.

Dit volgens besluitvorming van het CBR. Enkele politieke partijen in de Terneuzense gemeenteraad hebben actie ondernomen. Zij willen de gemeente Terneuzen vragen om het CBR ertoe te bewegen dat zij deze dienstverlening terug naar Zeeuws-Vlaanderen te halen. Als KBO-PCOB werkgroep belangenbehartiging zijn wij door deze partijen benaderd om onze leden hierover te bevragen.

Ervaart u problemen of anderszins ongemakken of vindt u de tunnelpassages en de kosten daarvan onredelijk als u zich voor de rijtest naar

Goes moet? Of weet u van (onoverkomelijke) problemen hiermee van mensen uit uw omgeving?

Aarzel dan niet en laat het ons weten, met uw argumenten die het rechtvaardigen om de gemeenteraad van Terneuzen zich daarvoor te laten inzetten. U kunt uw standpunt en/of uw ervaringen delen met een bestuurslid van uw afdeling of met één van onderstaande bestuursleden van KBO-PCOB Terneuzen. Wij kunnen dan de betrokken politieke partijen overeenkomstig informeren. Als u de trip naar Goes niet bezwaarlijk vindt, mag u het ons natuurlijk ook laten weten.

KBO-PCOB zal elke vorm van verzoek richting het CBR vanuit de regionale en lokale politiek in Zeeuws-Vlaanderen ondersteunen. Uw input is meer dan welkom!

Op 13 januari is er een open brief gestuurd door 2 politieke partijen binnen de gemeente Terneuzen naar de Tweede Kamer, Provinciale Staten Zeeland, Colleges B&W in Zeeuws-Vlaanderen. Deze brief is per mail naar de leden gestuurd. Naast kring KBO-afdelingen Groot Terneuzen wordt er ook medewerking gevraagd aan de KBO-kringen van Oost- en West Zeeuws-Vlaanderen.

### **Via Regelzorg wel rijbewijskeuringen mogelijk in Terneuzen.**

Reserveren hiervoor kan via [Regelzorg](#). Hier kunt U alle info vinden.

Telefonisch: 088-2323300. Hieraan zijn kosten verbonden (€ 55,-, € 60). Keuringslocatie Terneuzen, Oostelijk Bolwerk 22, Terneuzen (dienstencentrum De Veste).

Eerstvolgende keuringsdagen 2022: zaterdagen 5 februari, 5 maart, 2 april, 30 april, 28 mei.

Bestuursleden; Frans Tollenaar en Maurice Scholter, KBO-PCOB-Groot Terneuzen.

BRON EN FOTO: NLDOET.NL

BRON EN FOTO: KBO-PCOB



# 40 DAGEN ZONDER ALCOHOL



## Meld een klus aan voor **NLdoet**

Het Oranje Fonds organiseert op 11 en 12 maart 2022 weer NLdoet; de grootste vrijwilligersactie van Nederland. NLdoet zet vrijwilligerswerk in de spotlights en nodigt iedereen uit om een dagje de handen uit de mouwen te steken.

### Meedoen

Het Oranje Fonds laat met *NLdoet* zien hoe belangrijk actieve burgers voor de samenleving zijn. Tijdens NLdoet kun je ervaren hoe leuk vrijwilligerswerk kan zijn. Voor organisaties is het een mooie kans om nieuwe vrijwilligers aan te trekken en natuurlijk om klussen geklaard te krijgen!

Heeft jullie afdeling een leuke klus? Moet het buurtcentrum opgeknapt worden, is de locatie van de Voedselbank aan een sopje toe, wil je een verwendagje voor ouderen in het verzorgingshuis of heb je een andere leuke klus? Meld deze aan op de website van NLdoet en doe mee! Ook meedoen als vrijwilliger is simpel; zoek een leuke klus op de website en meld je aan. Alleen, of nog leuker met je sportclub, collega's of familie! Er zijn al meer dan 4500 acties aangemeld.

### Wat heb je nodig om een klus aan te melden?

- Een duidelijke en enthousiaste omschrijving van de klus;
- de contactpersoon voor deze klus;
- het gewenste resultaat. Waarom deze klus en wie maak je blij;
- het aantal vrijwilligers dat je zoekt.

De klus verschijnt vervolgens op de website. Belangstellende vrijwilligers kunnen zich via de website aanmelden voor je klus.

Laat iedereen in je omgeving ook weten dat jouw afdeling meedoet en dat jullie vrijwilligers zoeken. Meld je aan op


**NLDOET**

### Zet ook uw alcoholgebruik op pauze

Om mensen bewust te maken van hun drinkgedrag organiseert KBO-PCOB ook dit jaar de actie '40 dagen geen druppel' in samenwerking met IkPas.

Alcohol op hogere leeftijd heeft een sterker effect, het vergroot bijvoorbeeld het risico op vallen. Er zijn veel gunstige effecten als u minder drinkt. U valt makkelijker in slaap bijvoorbeeld, de kwaliteit van uw slaap gaat omhoog en u krijgt meer energie. Doe ook mee! Zet uw alcoholgebruik op pauze en ervaar zelf de verschillen. Gaat u samen met een ander de uitdaging aan, dan houdt u het gemakkelijker vol.

De actie loopt dit jaar van 2 maart tot 17 april.

[Meer info en meedoen](#)

BRON: GUSTA WILLEMS, KBO-PCOB. FOTO: SHUTTERSTOCK.

# Wijs ouderen niet voor alles aan als schuldige



*Als een van de oorzaken van de wooncrisis werd onlangs genoemd dat ouderen te lang in een te groot huis blijven wonen. Een nieuw, slecht hoofdstuk in het boek ‘Ouderen zijn de schuldige’, zegt Gusta Willems van de seniorenorganisatie KBO-PCOB) in een opiniestuk in het AD.*

“Dat de wooncrisis de schuld is van ouderen, kon er nog wel bij. 65-plussers werden als kwetsbaar weggezet, oudjes konden maar beter binnenblijven. Opa’s en oma’s moesten aan het einde van het jaar vooral niet de kleinkinderen of andere mensen zien. Want corona – en de ziekenhuizen liggen al zo vol. Al is het advies begrijpelijk, het is de toon die de muziek maakt. Zeker als je daarvoor al als dor hout wordt bestempeld. Inmiddels is het normaal om naar senioren te wijzen. ‘Door senioren gaat het land op slot, zij moeten beschermd worden en daar hebben wij last van. Schande!’ Veel senioren hebben een dikke huid gekregen. Want niet alleen de wooncrisis en lockdowns worden ouderen in de schoenen geschoven.

Het boek ‘Ouderen zijn de schuldige’ kent meer hoofdstukken: Zorgkosten lopen uit de hand, want senioren worden te oud. De kosten bij banken zijn hoog, want een paar ouderen willen nog een bankfiliaal, acceptgiro’s gebruiken en pinnen. En waarom willen oude dames een kletspraatje met de caissière maken?

## **Zijn ouderen overal voor verantwoordelijk?**

Bij de publieke omroep stoppen diverse programma’s, want kijkers zijn te oud. Nog even en ze zijn verantwoordelijk voor de klimaatcrisis (wie heeft al die jaren kunnen vervuilen), de asielproblematiek (zij lieten iedereen binnen), de onbeschoftheid in het debat (zij hebben hun kinderen niet opgevoed), de files (waarom

rijden die ouwelui zo langzaam) en dat Queen weer op één stond in de Top 2000.

Was het maar zo simpel. Je wijst iemand aan die ergens de schuld van heeft, doet daar wat aan en klaar is Kees. Daar doen we een groep senioren veel pijn mee. Inmiddels zijn er 3,4 miljoen. Volgens het CBS is in 2040 een kwart van de bevolking 65-plus. Sterker, het aantal mensen van 80 jaar of ouder zal naar verwachting stijgen van 800.000 nu naar tussen de 1,5 en 2,6 miljoen in 2050.

## **Een reikende hand**

Kortom, wijs je naar iemand, dan wijs je naar jezelf. Ik wil een reikende hand bieden aan alle generaties. Hoe wij nu met elkaar omgaan, bepaalt ook de toekomst. Voor 2022 en daarna wens ik dat Nederland een fijn land is om oud te worden. Waar je geen woonschaamte hoeft te hebben omdat je volgens anderen te groot woont. Dat je geen excuses hoeft te maken omdat je niet meer de snelste bent. Dat juist mensen naar je omzien en je naar waarde weten te schatten, omdat je mens bent, net als iedere Nederlander. Als we zover zijn, krijgt het boek een waardig laatste hoofdstuk. Het nieuwe kabinet heeft hopelijk niet voor niets als motto ‘Omzien naar elkaar’ gekozen.

Wij gaan graag samen met de andere seniorenorganisaties Anbo, Koepel Gepensioneerden, Noom en KBO-Brabant het gesprek met het kabinet aan, zodat dit motto meer wordt dan een papieren tijger.”

BRON EN FOTO'S: INSPECTIE VOOR DE GEZONDHEID, RIVM EN RIJKSOVERHEID

## Koop een *geschikt* mondmasker

Het dragen van een mondkapje is verplicht in alle openbare ruimtes. Nieuw is dat de overheid daarbij een 'medisch' mondmasker adviseert. De vrolijke gekleurde stoffen mondmaskers kun je dus voortaan beter thuislaten. Maar let op: niet ieder blauw wegwerpmondmasker is 'medisch'.

De overheid adviseert 'medische mondmaskers' van minimaal typ2 II en IIR bij mensen met een kwetsbare gezondheid. Het RIVM [legt uit](#) waarom: 'Deze maskers houden de druppels tegen die vrijkomen naar anderen als je ademt, praat of zingt. Ze houden ook druppels tot een bepaalde grootte tegen die je zelf inademt, waardoor je ook als drager beter beschermd bent tegen het virus.' Deze typen mondmaskers heten ook wel 'chirurgische mondmaskers'.

Medische mondmaskers



Chirurgische mondmasker



### Hoe weet je of je het juiste mondmasker koopt?

- Er moet 'medisch mondmasker' op de verpakking staan, met type II (2) of hoger erop.
- Verder kun je kijken naar een vermelding van een CE-markering op het mondmasker of op de verpakking. Dat betekent dat het masker voor medisch gebruik is.
- Bij chirurgische maskers staat het keurmerk: NEN-EN 14683 op de verpakking.
- Ook de FFP2-maskers voldoen aan de eisen. Volgens de Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd sluiten deze beter aan op het gezicht dan de chirurgische maskers en bieden ze daardoor iets [betere bescherming](#). FFP2-maskers kunnen wel extra benauwdheid geven. Bij mensen met benauwdheid worden ze zelfs afgeraden.

Als dat er allemaal niet op staat, heb je waarschijnlijk een niet-medisch mondmasker in handen. Aan deze maskers zijn geen eisen over de kwaliteit en bescherming gesteld.

Medische mondmaskers zijn verkrijgbaar bij een drogist, supermarkt, warenhuis of in een webshop.

#### Rectificatie op de rectificatie in NieuwsFlitZ 163 en 164.

Het zetduiveltje is zeer hardnekkig. De bedragen van de AOW bij gehuwden of samenwonenden moet zijn: € 851,52 en het vakantiegeld € 50,39 per maand.



KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ is een uitgave van KBO-Zeeland

Blijf ons ondertussen ook volgen op:

 [facebook.com/kbo.zeeland.3](https://facebook.com/kbo.zeeland.3)  
en

 [twitter.](#)

Voor al het andere nieuws vanuit KBO-Zeeland kijkt u op onze website [www.kbozeeland.nl](http://www.kbozeeland.nl)

#### Secretariaat

George de Vijlder,  
Steenpit 9, 4561 CT Hulst  
Tel. 0114-690415, e-mail  
[gdevijlder@zeelandnet.nl](mailto:gdevijlder@zeelandnet.nl)

#### Redactie

KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ:  
Jan van den Boom  
Lillianne van der Ha  
Maria van Waterschoot  
E-mailadres  
[kbonieuwsflitz@zeelandnet.nl](mailto:kbonieuwsflitz@zeelandnet.nl)

Indien u als KBO-afdeling iets te melden hebt voor de NieuwsFlitZ of de digitale NieuwsFlitZ niet meer wenst te ontvangen, dan u kunt u dit melden via e-mail:

[kbonieuwsflitz@zeelandnet.nl](mailto:kbonieuwsflitz@zeelandnet.nl)

Kijk voor het laatste nieuws op de website van KBO-PCOB  
[www.kbo-pcob.nl](http://www.kbo-pcob.nl)