

ANBO-PCOB Afdeling Soest/Baarn.

Bank: NL04RABO 0159492718 t.n.v. ANBO-PCOB

Inhoud:

Voorwoord van de voorzitter (Nelleke in't Anker).....	2/3
Mutaties /Commissie Aandacht.....	4/5
Verslag jaarvergadering ANBO-PCOB van 21 maart	6t/m8
Wie neemt de stokjes over??	9
Opmars prostaatkanker duurt voort.....	11
Dagtocht op 12 juni: gaat u ook mee?.....	13
Uitnodiging: Wees wijs, laat je niet interneppen	15
Langer thuis wonen: technologie kan helpen.....	17t/m19
Informatie studiekringen 50+	20/21
Filmvertoning "AMOUR" in Artishoc	23
Activiteitenkalender in mei in van de SWOS in Klaarwater	25
Uitnodiging koffiebijeenkomst in Eemlust in Baarn	25
Soest in beeld (door René van Hal)	26/27
Sluiting dreigt voor veel hospices	29
Voor Scootmobiel verplicht naar de cursus.....	31
Verslag van dagtocht 1 (waterbuffels) door Janke Wassenaar	33
De voorjaarsnota niet gunstig voor gepensioneerden	35
Minder vallen en sneller herstellen	36
Belangrijke telefoonnummers en adressen in Baarn en Soest.....	37/38
Bestuur PCOB Soest/Baarn	39

Redactie G.J. Bouwmeester

KOPIJ INLEVEREN: **vóór woensdag 21 mei 2025**

Op redactieadres: van Straelenlaan 30, 3762 CV Soest

Email adres: gbouwmeester@ziggo.nl

Van de voorzitter (Nelleke in't Anker)

In mei 2025 vieren we 80 jaar de Bevrijding van Nederland in 1945. We gedenken op 4 mei “zij die vielen”, we staan stil bij hen die hiervoor grote offers hebben gebracht. Sinds 1945 leven wij in Nederland in vrede. Een groot voorrecht!



Onze gedachten gaan uit naar de geschiedenis, maar ook om deze te gebruiken als een kompas voor ons handelen. Steeds bewust zijn van onze verantwoordelijkheid, niet alleen in het herdenken van de slachtoffers maar ook te leren van de fouten uit het verleden. Onze inzet aanwenden voor een wereld waarin vrijheid, mensenrechten en waardigheid de hoogste waarden zijn. Onze opdracht is om deze waarden door te geven aan de volgende generaties.

We zien dat op diverse plaatsen in de wereld deze waarden op grote schaal worden geschonden en de democratie wordt aangevallen. Vrijheid is geen toestand die men eenmaal bereikt en dan voor altijd behoudt, maar een project dat voortdurende zorg en vernieuwing behoeft. Elke generatie staat voor de taak vrijheid te behouden, haar te vullen met een nieuwe inhoud en haar waarden te verdedigen tegen bedreigingen.

Onze eigen vrijheid betekent ook dat we moeten opkomen voor de rechten van anderen, in ons eigen land en internationaal.

Daarom deze oproep: Laten we zoveel als mogelijk, met onze aanwezigheid bij de plaatselijke herdenkingen duidelijk maken dat we een gemeenschap zijn, die zich inzet voor democratie, vrijheid en mensenrechten. Daarnaast kunnen we in gesprekken met anderen benadrukken dat er speelruimte is om te kiezen, voor jezelf en de ander, elke dag weer.

Het leven kent vele tegenstellingen, zo kan de maand mei ook de periode van uitbundigheid in de natuur zijn. De zon, die alles anders kan doen lijken. We mogen omringd zijn door nieuw leven, we zien kinderen buiten spelen. En als senioren kan het buiten zijn ons ook

opmonteren, te meer als we geplaagd worden door ziekten en ongemakken. Even de zinnen verzetten.

En de afdeling ANBO-PCOB wil ook daaraan bijdragen door de organisatie van de busreizen, de koffieochtenden in Baarn en Soest. Op de eerste koffieochtend op 26 maart in De Soester Duinen, waar bijna 40 leden genoten van koffie en gebak was het reuze gezellig. Leo Fijen hield een krachtig betoog over Hoop. In de Veertigdagentijd mogen we komen tot de diepste zin van het leven. Valt er iets goeds te maken in de relatie met de ander, jezelf of met de wereld. Elke dag mogen we omkeren, anders gaan leven met een eerlijke vrije ziel. Je krijgt in het leven niet altijd wat je wilt, we hebben allemaal te maken met verlies en verdriet. Een nieuwe betekenis geven aan ons leven: dat kan vaak door de ontmoeting en door gesprekken.

Op 14 mei zal het koffiedrinken in Eemlust in Baarn plaatsvinden.

Ook van 10-12 uur en uiteraard dient u zich op te geven. Ook de leden uit Soest zijn uiteraard welkom.

Op een geheel andere wijze waakzaam zijn en bij te blijven, kan door het deelnemen aan het COSBO-**Symposium op 13 mei**, in het gemeentehuis, met het thema: Cybercriminaliteit. In het laatste nummer van ons blad Ouderenwijzer” hebben we er ook al over gelezen. Het belooft een boeiende en interactieve middag te worden. Het is nodig om u aan te melden want we verwachten een grote opkomst, info elders in dit blad.

Tot slot vraag ik aandacht voor de leden die het moeilijk hebben: fysiek of mentaal. Zullen we proberen er voor elkaar te zijn?

Een klein beetje persoonlijke aandacht kan wonderen verrichten. Prettige weken gewenst.

In het leven is het belangrijk om een vriend te hebben. Die zowel een spiegel als een schaduw is. De spiegel liegt niet en de schaduw verdwijnt nooit.
--

Mutaties mei Soest/Baarn

Overleden:

Op 19 maart Mevr. A.J. Ollebek , Dalplein 2-417, Soest

Nieuwe leden:

Dhr. W. M. Neurdenburg en Mevr. E. M. Neurdenburg-Smullen,
Oranjehof 1, 3761 KA Soest;

De heer A. Oost, Veenbesstraat 626, 3765 BS Soest

Verhuisd:

Per 15 april: Dhr. A.G.J. van Barlo van Insingerstraat naar

Wiardi Beckmanstraat 57 - 3762 HC Soest;

Mevr. P.C.K. Koster van Hamelstraat 87 naar Burg Grothestraat
82/113 - 3761 CN Soest

De heer A.C. Korteweg van Insp. Schreuderlaan 158 naar Tromplaan
95 3742 AB Baarn

Mevrouw M.M. van Bloemendaal-Fonken van Roggeveld 31 naar de
Rembrandtkapel in de Rembrandtlaan kamer 30 in Soest

Commissie aandacht

April doet wat hij wil. Nu dat hebben we gemerkt. De ene dag kan je al buiten zitten op een beschut plekje, de andere dag moet je je jas weer goed dicht doen. Zo ziet u dat het wisselen van de seizoenen niet vanzelf soepel verloopt. Zo is het ook in ons leven Het wisselen van ons levensseizoen valt ook niet altijd mee Zo denken wij aan:

- Mevrouw A. Limburg-van der Hee, Draailier 14/ 3766 ET heeft in het Meander MC een nieuwe knie gekregen en is nu weer thuis en druk met de revalidatie
- Mevrouw L.M. van de Mey-van de Wende, van Lennepaan 32/3768 XK heeft in het UMC in Utrecht een zware operatie ondergaan, die zij ternauwernood heeft overleefd. Daarna was zij voor revalidatie in Nijkerk maar nu is zij weer thuis. De familie is God erg dankbaar dat haar leven is gespaard.
- Mevrouw G. Veraar-Pijpen, van Mecklenburglaan 28 is gevallen en heeft een zware kneuzing aan haar bovenarm en schouder. En door een tweede val kreeg ze een hersenschudding. Ze moet het thuis kalm aan doen.

- Mevrouw A.G.de Jonge-Velthuis, Colenso 71/ 3761 GJ viel in de keuken en brak op 3 plaatsen haar arm. Na de operatie is zij 6 weken in Hilversum verpleegd. Op 22 april is zij gelukkig weer thuisgekomen en heeft nog veel therapie nodig.
- De heer P.M. van de Leer, Willaerstraat 32/ 3877 CR kreeg na onderzoeken een slecht bericht en er volgen nog meer onderzoeken. Hij krijgt een lange zware weg te gaan, maar hij weet dat de Heer bij hem is. Wij bidden voor hem om zegen en nieuwe kracht.

Wij denken aan hen, die momenteel behandelingen ondergaan of wachten op uitslagen van onderzoeken. Of zij, die al langere tijd door ziekte aan huis gebonden zijn. Weet u iemand, die wat extra aandacht nodig heeft laat het mij dan weten. De hartelijke groeten van Nel Duits tel. 035-6016181 of dirknelduits@hotmail.nl

Leden commissie aandacht

Nel Duits (coördinator)	035-6016181	dirknelduits@hotmail.nl
Andrea v Mourik	035-6025411	vanmourikdeknijff@xs4all.nl
Mieke van Barneveld	06-53405480	barneveldg@gmail.com
Marry Kamphuis	06-51061229	marry.kamphuis@icloud.com
W. Oosterbroek-Zoeten	035-5412143	woosterbroek@solcon.nl
Piet Heij	06-10854955	Piet.a.heij@solcon.nl

Gebod:

God van vrede en vrijheid; maak ons vrij van het geloof in het recht van de sterksten, en het gelijk van de rijksten.

Maak ons vrij om U te dienen, elkaar op te bouwen en onvermoeibaar te zoeken naar wegen van vrede en recht en zorg voor Uw schepping

Maak ons vrij om ruimte te maken voor de verdrukten en verjaagden die hier hun toevluchtsoord zoeken ,zodat er tekenen zijn van Uw Rijk op het slagveld van deze wereld. Door Jezus Christus onze Heer.

Verslag van de jaarvergadering van de ANBO-PCOB Soest/Baarn op vrijdag 21 maart 2025 in De Klarinet.

Aanwezig van het bestuur: Nelleke in 't Anker, Jan van den IJssel, Bas van den Boom, Frans Hoogeweg, Janke Wassenaar, Wilma Verboom; verslag Els Hoekstra; en 60 leden. M.k.afwezig.: Frans Panhuijzen

1. Opening en vaststelling van de agenda; Nelleke opent de vergadering met gebed.
2. We herdenken de overledenen (20 personen) van het afgelopen jaar met een minuut stilte.
3. Verslag vergadering 15 maart 2024
4. Jaarverslag 2024 PCOB Soest Baarn: Het Kompas verscheen 10 keer. Vanwege de leeftijd van bestuursleden (3 tachtigjarigen) is er een zekere kwetsbaarheid. Er kwamen 33 nieuwe leden bij, 25 hebben het lidmaatschap opgezegd (ziekte/ouderdom) en 9 personen zijn verhuisd. We zouden graag wat jonge leden verwelkomen. In 2024 waren er bijeenkomsten in Honsbergen, deze werden matig bezocht. Daarom worden er in 2025 koffieochtenden georganiseerd in de Soester Duinen en in Eemlust in Baarn. Wat betreft de fusie met de ANBO is het nog steeds zoeken naar een passende relatie/vorm met het hoofdkantoor van de ANBO-PCOB. De zelfstandigheid van de plaatselijke afdelingen krijgt een andere structuur ten opzichte van het landelijk bureau in Woerden.
Het magazine: "Ouder en Wijzer" wordt vanaf januari 2024 (8 keer per jaar) per post naar de leden gestuurd. Het symposium in Soesterberg was een groot succes. Er is nog steeds een maandelijks overleg met het COSBO en de SWOS. Er waren verschillende landelijke bijeenkomsten "Krachtig ouder worden", o.a. in De Speeldoos in Baarn.
5. Financiële verantwoording 2024: er was een hogere afdracht van de contributies voor het hoofdkantoor. Ook de uitgave van het Kompas viel duurder uit vanwege ziekte van de drukker.
We hadden inkomsten van subsidies, busreizen en adverteerders. In 2024 is er meer geld uitgegeven aan de vrijwilligers (high tea). Het hoofdbestuur gaf het advies aan de plaatselijke afdelingen om hun geld (reserves) op te maken. Het hoofdkantoor streeft naar harmonisatie van de contributies. De heer Koedijk komt met het advies om de

reserves in een “Steunstichting” onder te brengen, zodat het op een moment niet verdwijnt in de landelijke kas.

6. Verslag kascommissie en benoeming nieuwe commissie. Eefje Bakker en Gerjan Bouwmeester hebben de kasboeken van 2024 gecontroleerd en in orde bevonden. De penningmeester wordt decharge verleend. Commissie voor 2025: Eefje Bakker en Pieter Vermeulen.
7. Vaststelling contributie 2026, hierover wordt in september bericht.
8. Dagtochten en activiteiten 2025: Gerjan Bouwmeester geeft uitleg over de verschillende dagtochten in 2025, de aanmeldingen verlopen goed, een paar tochten zijn al volgeboekt.
9. Rondvraag en sluiting. Een verzoek om de balans het volgend jaar in een groter lettertype aan te bieden. Het bestuur krijgt een compliment over de verrichte werkzaamheden, het samenvoegen van PCOB Baarn en Soest en de ontwikkelingen ten aanzien van het landelijk bureau.

Na de pauze is het woord aan de heer Jacques Duijn, molenaar van de Windhond. Hij vertelt zeer enthousiast, gecombineerd met mooie beelden, over de geschiedenis van de molen in Soest en de bijbehorende werkzaamheden.

Hierna wordt de bijeenkomst afgesloten met een luxe warm/koud buffet.





Hoe verder? Bestuursleden gezocht

In het vorige nummer van Het Kompas deed de voorzitter een dringende oproep om het voortbestaan van onze afdeling ANBO-PCOB Soest Baarn veilig te stellen. Zoals u kon lezen, is er een sterke behoefte aan bekwame bestuurders. Ons bestuur bestaat nu nog uit 8 personen. Gezien de leeftijden en de kwetsbare gezondheid van 6 bestuursleden, zijn we op zoek naar nieuwe bestuursleden.

We zoeken een voorzitter, een secretaris, een penningmeester en activiteitencoördinatoren. Tot nu toe hebben twee leden zich gemeld en gevraagd om inlichtingen. Het bestuur zou in afgeslankte vorm, als een klein team van 4 leden verder kunnen. Zo'n klein bestuur zal ook taken moeten afstoten. Tot nu vergadert het bestuur maandelijks. Dat is dan niet meer nodig. De activiteiten worden dan minder.

Contactmiddagen -met volle zalen- behoren al tot het verleden. We zijn teruggevallen op koffieochtenden. Dat zou de taak van een afgeslankt bestuur kunnen zijn.

Dagtochten en Het Kompas

Ook hebben we zorgen over het organiseren van dagtochten.

Als niemand deze taak op termijn overneemt, gaan die ook stoppen!

Veel energie kost het maken van ons eigen blad Het Kompas.

Daar komt veel bij kijken: teksten kiezen, het werven van advertenties, samenstelling en opmaak, contact met de drukkerij en het verspreiden.

Wie gaat dit doen? Al met al maakt het bestuur zich zorgen.

De toekomst

Ook als we ons blijven inzetten, zal het bestuur steeds kleiner worden

En één voor één verlaten bestuursleden de groep. We krijgen dan een

stapeling van taken tot het allerlaatste bestuurslid alles moet doen. Als dat de toekomst is, lijkt het ons beter om nu al taken af te bouwen en te stoppen. Kortom, we zoeken mensen die voor de komende jaren de

schouders eronder willen zetten. En zo niet.....? Vult u zelf maar in!

Dus doen we een oproep aan de jongere senioren zich te melden.

Want alleen dan is er toekomst voor de afdeling van de ANBO-PCOB Soest Baarn.

Het Bestuur

PANNENKOEKEN BOERDERIJ

De Wildenburg
BAARN

MÉER DAN
ALLEEN
PANNEN-
KOEKEN



Openingstijden

Maandag	12.00 - 20.00 uur
Dinsdag	12.00 - 20.00 uur
Woensdag	12.00 - 20.00 uur
Donderdag	12.00 - 20.00 uur
Vrijdag	12.00 - 20.00 uur
Zaterdag	12.00 - 20.00 uur
Zondag	12.00 - 20.00 uur

Reserveren

In het weekend en tijdens vakanties
is het raadzaam te reserveren.

Wildenburglaan 9, 3744 MK Baarn
035 - 542 92 25
info@dewildenburg.nl
www.dewildenburg.nl



Opmars prostaatkanker duurt voort

Bijna 70.000 mannen kregen vorig jaar de diagnose kanker. Bij ruim één op de vijf – 15.212 mannen – ging het om prostaatkanker. Die ziekte is al jaren in opmars, aldus NRC: in het jaar 2000 kregen net iets meer dan zeventuizend mannen de diagnose. De groei hangt samen met de vergrijzing: meer dan 90 procent van de mannen is ouder dan zestig zodra ze prostaatkanker krijgen.

Overlevingskansen

Overlevingskansen hangen volgens NRC sterk af van het stadium van de kanker. Bij 29 procent van de mannen blijkt de kanker al te zijn uitgezaaid. Genezing is dan onmogelijk: de behandeling bestaat uit hormoontherapie – bedoeld om de groei van de kanker te remmen – al dan niet in combinatie met chemo, en na vijf jaar is 42 procent van de mannen overleden.

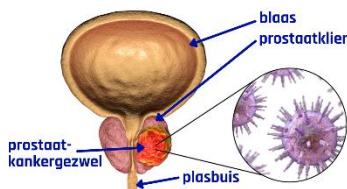
Bevolkingsonderzoek

Er is geen algemeen bevolkingsonderzoek voor prostaatkanker, zoals die bij onder andere borstkanker bestaat. De Prostaatkankerstichting pleit voor veel meer vroegtijdige screening, allereerst via het testen van het bloed op de zogenoemde psa-waarde: een hoge waarde van dit eiwit kan duiden op prostaatkanker. De stichting denkt aan 'proeftuinen' in drie regio's onder zo'n 25.000 tot 30.000 mannen tussen de 50 en 75.

Voorlichting

De stichting pleit ook voor meer kennis en voorlichting over de ziekte, zeker onder mannen boven de vijftig. "Mannen moeten weten hoe en waar ze zich kunnen laten testen, bijvoorbeeld bij de huisarts of met een gevalideerde zelftest."

Ook kan kennis het misverstand wegnemen dat prostaatkanker 'wel meevalt', zegt de stichting: "Uitgezaaide prostaatkanker kan leiden tot ernstige pijn, vooral in de botten. En hormoontherapie leidt tot ingrijpende bijwerkingen, onder meer op seksueel vlak." Genezing via verwijdering van de prostaat brengt een risico op incontinentie met zich mee, al is dat risico aanzienlijk afgenomen door voortschrijdende techniek.



**GOOISE TAFEL
EEMLANDSE TAFEL**
maaltijdservice

Elke dag vers, lekker, makkelijk en gezond



Koelvers
vanaf € 8,99
per maaltijd

500 g
per maaltijd
waarvan minimaal
200 g groenten

Warm
vanaf € 10,00
per maaltijd

Ontdek onze maaltijdservice

- Wisselend weekmenu, aangepast aan het seizoen
- Smakelijke, gezonde en verse maaltijden
- Boordevol verse groenten
- Diverse diëten zoals natriumarm, gluten-/ lactosevrij, gemalen, diabetici, halal en vegetarisch mogelijk
- Geen overbodige toevoegingen maar verse en eerlijke ingrediënten
- Ruime keuze uit soepen, desserts en fruit
- Maaltijdbezorging alle werkdagen
- Aan huis bezorgd door vaste bezorger



GOOISE & EEMLANDSE TAFEL maaltijdservice | www.gooisetafel.nl | info@gooisetafel.nl | Telefoon 035 20 31 277

Dagtocht op donderdag 12 juni: Surprise bij Joppe (Prijs € 62,-)

Soms stap je een restaurant binnen en voel je je gelijk in een warm bad. Een gastvrije ontvangst, een sfeervolle inrichting en liefde voor de klant kenmerkt de echte horeca. Dit gevoel kregen wij bij ons bezoek aan het Bosrestaurant Joppe in het dorpje Joppe, vlakbij Lochem. Zoals de naam al zegt, is het restaurant gelegen in een prachtige bosrijke omgeving. Een bewoner uit de omgeving stapt in onze touringcar en zal ons begeleiden voor een fraaie rondrit langs de highlights van dit mooie gebied en zal leuke wetenswaardigheden vertellen over de bewoners.

Tussen de middag staat een surprise lunch op u te wachten: diverse gerechten van de chef op een bord geserveerd met een soepje, minibroodjes, een snackje met koffie, thee of jus d'orange. Voor we vertrekken is er nog een leuke surprise: een advocaatproeverij met Eric die u een leuke uitleg zal geven over de verschillende soorten advocaat uit de ambachtelijke slijterij.

Een heerlijk ontspannen dagje uit!

Verzorgd met:

- Koffie en gebak
- Rondrit met streekgids
- Surpriselunch
- Advocaatproeverij



Er zijn nog een paar plaatsen in de bus. Geef u snel op want vol=vol bij Til Bouwmeester (tel 06-52539796) of via de mail: gbouwmeester@ziggo.nl

'Wij staan altijd voor u klaar met de voor ú beste hooroplossing!'

Onze audiciens zijn gediplomeerd en StAr-geregistreerd. Bij Makker Soest bieden we dan ook een professionele hoortest en advies. Ontdekken we bij u een verminderd gehoor, dan kijken we samen met u naar de voor ú beste hooroplossing. U kunt rekenen op oprechte hoorzorg in de winkel en op afstand.



SOEST HÓÓRT BIJ MAKKER!

Waarom komen klanten bij ons?

- 1 Bij ons draait het om wat ú wilt.
- 2 We adviseren u het juiste hoortoestel en kunnen álle merken hoortoestellen leveren.
- 3 Wij zijn absolute kenners van onzichtbare hooroplossingen.
- 4 We hebben contracten met álle zorgverzekeraars.
- 5 Wij geloven in persoonlijke en verregaande service. Onze zorg is oprecht!
- 6 U bent altijd welkom voor een gratis second opinion.

Maak nu een afspraak voor gratis hoortest en vrijblijvend advies!



Makker
hoortoestellen

TORENSTRAAT 4, SOEST
035 - 602 2417, SOEST@MAKKER.NL
WWW.MAKKER.NL

“Wees wijs “laat je niet interneppen”

We worden steeds meer met allerlei vormen van criminaliteit geconfronteerd. Omdat de wereld en de communicatie vaker via digitale wijze tot stand komt, is ook dit terrein het slachtoffer van criminelen, met name dan de cybercriminelen. Senioren en kwetsbare mensen zijn met de nodige regelmaat de dupe van deze praktijken. Om deze groep mensen weerbaarder en alerter te maken organiseren de COSBO (Centraal Overlegorgaan Samenwerkende Bonden van Ouderen) en de SWOS (Stichting Welzijn Ouderen Soest) een symposium/bijeenkomst in de raadzaal van het gemeentehuis te Soest, met als thema: “Wees wijs, laat je niet interneppen”.

Tijdens deze bijeenkomst krijgen de bezoekers informatie over en tegen deze soort van misdaad.

Via interactieve presentaties word je uitgedaagd om te zeggen wat je in een bepaalde situatie zou besluiten.



Dientengevolge wordt er uitgelegd wat de gevolgen kunnen zijn en hoe je een onjuiste beslissing zou kunnen voorkomen.

Je bent van harte welkom op **dinsdag 13 mei** in de raadzaal van het gemeentehuis te Soest.

Inloop is vanaf 13.30 u., ontvangst met koffie/thee. Aanvang is om 14.00 u. Halverwege is er een korte pauze. De middag duurt tot ca. 16.00 u. Toegang is gratis. In verband met de verwachte toeloop, vragen wij om aan te melden, zodat je zeker een plaats in de zaal heeft. **VOL=VOL.**

Aanmelden kun je doen bij de SWOS: telefoon 035-6023681 of email info@swos.nl onder vermelding van symposium.

Dus: wil je je wapenen tegen cybercriminaliteit: bezoek deze middag!!!



VAN ELLEN

SLAAPSPECIALIST



ALLES OP HET GEBIED VAN SLAPEN

Ledikanten (senior) • Boxsprings

Matrassen • Beddengoed

PULLMAN

HECKERT & LANE

VELDA

Eastborn

Vandyck

avek

Mline

Silvana

van Weestraat 25 | 3761 CB Soest | 31 (0)35 6317351 | info@slaapspecialistvanellen.nl

Thuistechnologie: handige oplossingen om langer zelfstandig te wonen

Steeds meer ouderen willen graag zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Gelukkig zijn er allerlei slimme hulpmiddelen en technologieën die daarbij kunnen helpen. Dit noemen we thuistechnologie. Op de [website van 'ervaarhuis' iZi](#) staan filmpjes waarin wordt uitgelegd wat er allemaal mogelijk is.

Wat is thuistechnologie?

Thuistechnologie zijn apparaten en hulpmiddelen die het dagelijks leven makkelijker, veiliger en comfortabeler maken. Denk bijvoorbeeld aan:

- Een automatische pillendoos die op tijd een seintje geeft om medicijnen in te nemen.
- Een digitaal sleutelkastje zodat familie en hulpverleners uw woning in kunnen wanneer dat nodig is.
- Beeldbellen via een eenvoudige tablet om contact te houden met familie en zorgverleners.
- Slimme sensoren of personenalarmering die familie of hulpverleners waarschuwen als er iets misgaat, zoals een val.
- Verlichting die automatisch aangaat als u 's nachts uit bed stapt.
- Daarnaast zijn er ook praktische hulpmiddelen zoals een grijpstok om iets van de grond te pakken, een potjesopener of dekbedhoezen met rits.

Wat heeft u nodig?

We zijn benieuwd welke technologie of hulpmiddelen voor u het meest interessant zijn. Help ons door onderstaande poll in te vullen, zo krijgen we in beter beeld van de vragen die leven onder de senioren (en hun kinderen en/of mantelzorgers) in Soest.

Welke thuistechnologie zou u graag willen gebruiken?

- Hulpmiddelen die zorgen voor meer veiligheid in huis

KING ARTHUR GROEP



King Arthur Groep biedt begeleiding aan mensen met dementie én hun naaste in **Soest** en **Soesterberg**.

Groepsbegeleiding

In onze ontmoeting- en activiteitscentra creëren wij een omgeving waarin mensen met (beginnende) geheugenproblemen en dementie kunnen blijven functioneren. Waarin ze iets mogen vergeten. Waarin ze zo lang mogelijk aan het verenigingsleven kunnen deelnemen. En zo lang mogelijk thuis kunnen blijven wonen.

Activiteiten zijn passend bij ieders persoonlijke interesses en levensstijl. Kunst, cultuur en creatief. Maar ook biljarten en klaverjassen, schaken en jeu de boules. Er is een wandelclub en men kan er met de duofiets op uit. Daarnaast initiëren we activiteiten waardoor nog actief deelgenomen kan worden aan activiteiten in de maatschappij. Kortom: Een omgeving waarin iedereen normaal omgaat met dementie en waarbij iedereen ook op zijn of haar manier iets voor een ander kan betekenen.



DemenTalent

Hulpmiddelen voor nop! Tweedehands hulpmiddelen die worden nagekeken en schoongemaakt om vervolgens gratis van eigenaar te verwisselen.

Individueel begeleiding

Niet iedereen is een groepsmens. Sommige mensen hebben meer baat bij ondersteuning in de thuissituatie: structuur aanbrengen in de dag, persoonlijke verzorging, eten en drinken, begeleiding bij doktersbezoek, maar ook ontspanning en inspanning, zoals het begeleiden naar een museum, sportschool of bij een wandeling.



Mantelzorgondersteuning

Wij organiseren familie- en vrienden gesprekken waarin handvatten worden gegeven en taken verdeeld.

Contact? King Arthur Groep, Molenstraat 8A, 3765 TG Soest, telefoon: 06-37449397 (Petra Visser) of per e-mail: ocsoest@kingarthurgroep.nl

- Hulpmiddelen die helpen bij meer draagstructuur
- Hulpmiddelen waardoor ik makkelijker contact kan leggen met familie of zorgverleners
- Automatische verlichting of andere huisautomatisering zoals elektrische deur of raamopener
- Praktische hulpmiddelen zodat ik zo lang mogelijk de dingen zelf kan blijven doen
- Anders, namelijk...

Ziet u uzelf thuishetchnologie gebruiken?

- Ja/ nee
- Licht toe:

Britt van Roozendaal (Ouderenadviseur)

Stichting Welzijn Ouderen Soest

Molenstraat 8c

3764 TG Soest

T: 035 – 2200187

E: britt.vanroozendaal@swos.nl

W: www.swos.nl

Werkdagen: di | wo | vr

SWOS

Uw reacties via uw ouderenadviseur of naar de SWOS (liefst schriftelijk).



**Onderhoud - Renovatie
Verbouw - Aanbouw
Kwaliteit is mijn devies!**

Aannemer Arjen Sneepe b.v.
Willem de Zwijgerlaan 53
3761 CP Soest
Tel.: 06 50 512 889
info@arjensneep.nl
www.aannemerarjensneep.nl

Informatie studiekringen 50+

Ontdek de Studiekringen 50+: Een Inspirerende Manier om Kennis te Delen en te Leren

Een studiekring is een speciale vorm van samenkomen voor 50-plussers die interesse hebben in het delen van kennis, het uitwisselen van ideeën en het ontdekken van nieuwe inzichten. Deze vaste groepen, bestaande uit 10 tot 15 deelnemers, komen meestal om de veertien dagen bij elkaar voor een bijeenkomst die zo'n twee uur duurt. Maar wat maakt een studiekring nu precies zo interessant?

Hoe werkt een Studiekring?

Elke bijeenkomst in een studiekring begint met een 'rondje actualiteiten', waarbij elk lid vertelt wat hem of haar de afgelopen tijd heeft beziggehouden. Dit kunnen zowel nieuwsitems als persoonlijke ervaringen zijn. Het gesprek is open en informeel, waardoor iedereen zich vrij voelt om zijn of haar verhaal te delen.

Na het 'rondje actualiteiten' brengt een deelnemer een onderwerp in de groep. Dit kan over van alles gaan: actuele gebeurtenissen zoals de situatie in Oekraïne, politieke onderwerpen zoals de Amerikaanse verkiezingen, of juist luchtigere zaken zoals een dictee in het dialect. Het belangrijkste is dat het onderwerp het gesprek op gang brengt en ruimte biedt voor discussie. Het is niet nodig om diepgaande kennis van het onderwerp te hebben; het gaat erom dat je interesse hebt en openstaat voor verschillende invalshoeken. Iedereen is welkom, ongeacht zijn of haar achtergrond of kennisniveau.

Voor Wie is een Studiekring?

Een studiekring is geschikt voor iedereen vanaf 50 jaar die nieuwsgierig is en samen met anderen nieuwe dingen wil ontdekken. Of je nu veel weet over bepaalde onderwerpen of juist niet, de studiekring biedt een plek voor iedereen die bereid is zich te verdiepen in nieuwe thema's en daarover met anderen in gesprek te gaan. Ook ouderen met een fysieke beperking zijn van harte welkom. Er worden geen eisen gesteld aan je opleidingsniveau, en de sfeer is altijd respectvol en toegankelijk voor iedereen. We hechten veel waarde aan

een veilige omgeving waar we rekening houden met elkaars behoeften en mogelijkheden.

Het doel van Studiekringen

Het belangrijkste doel van een studiekring is om op de hoogte te blijven van maatschappelijke ontwikkelingen, maar ook om persoonlijke ideeën en meningen met anderen te delen. Het creëren van een open en respectvolle ruimte voor discussie helpt bij het verbreden van je kijk op de wereld. Bovendien kan een studiekring uitgroeien tot een hechte groep, die naast kennisdeling ook vriendschappen en langdurige relaties creëert.

Dus, ben jij 50 jaar of ouder en wil je nieuwe kennis opdoen, interessante gesprekken voeren en gelijkgestemde leeftijdsgenoten ontmoeten? Sluit je aan bij een studiekring en ontdek hoe leuk, leerzaam en verbindend het kan zijn!

Informatiemiddag Studiekringen 50+

Wil je meer weten over de Studiekringen 50+? Kom dan naar de informatiemiddag op **dinsdag 20 mei van 14.00 - 16.00 uur** in **Soest Overhees**. De bijeenkomst vindt plaats op de locatie **Klarinet**. Het is een fijne manier om meer te weten te komen over hoe de studiekringen werken, wat ze te bieden hebben, en om vragen te stellen.

Graag aanmelden bij het secretariaat: 035 - 602 36 81

We hopen je te zien op dinsdagmiddag 20 mei!





**Bij HP Verhuizingen
in Soest kunt u
terecht voor:**

Verhuizen particulieren

**Kantoor en
bedrijfsverhuizingen**

Eigen inboedelopslag

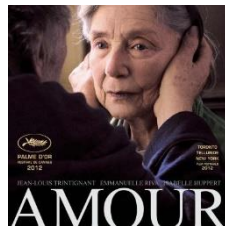
Pianovervoer

**Soesterbergsestraat 49-01 3768 EB SOEST •
035-603 29 07 www.hpverhuizingen.nl •
hpverhuizingen@ziggo.nl**

Filmvertoning “Amour”

(Om aandacht te vragen voor Ouderenmishandeling)

Op 15 juni is de Internationale Dag tegen Ouderenmishandeling. In het kader daarvan wil de SWOS aandacht wijden aan dit thema door een gratis film aan te bieden bij Artishock.



De film “Amour”

De film “Amour” gaat over de onvoorwaardelijke liefde tussen echtpaar Anne en Georges, zij zijn al 60 jaar samen. Als Anne een beroerte krijgt, laat ze Georges haar beloven dat hij haar nooit zal laten opnemen in een ziekenhuis. Vol liefde en toewijding zorgt hij voor haar. Maar hij kan niet voorkomen dat ze verder van hem wegglijdt en raakt zelf ook steeds meer in een isolement. Hoezeer de zorg er ook liefdevol aan toe gaat, rijst ook de vraag of het nog binnen de grenzen van goede zorg is en het toelaatbare?

“Amour” is bekroond met onder andere de Oscar en BAFTA voor beste niet-Engelstalige film, de Gouden Palm in Cannes en vijf Césars. Wellicht heb je de film jaren geleden al eens gezien (de film is uitgebracht in 2012)? Misschien vond je het een hartverwarmende en romantische film? Dan nodigen we je van harte uit om de film nog eens te bekijken. Misschien kijk je nu, jaren later, deels anders naar deze ontroerende film?

Nagesprek

Na de film gaan we in gesprek met elkaar aan de hand van een aantal stellingen en bespreken we kort de verschillende vormen van ouderenmishandeling. In de foyer liggen informatiefolders voor je klaar en kun je met vragen terecht bij mantelzorgconsulent Esperanza Reinalda of ouderenadviseur Britt van Roozendaal.

Datum: Zondag 1 juni

Tijd: 10.30 uur (inloop vanaf 10.00 uur)

Kom je ook? Aanmelden kan via het secretariaat van de SWOS 035-602 36 81.

Koffie en lekkers staat voor je klaar!

DE SOESTER DUINEN

natuurlijk genieten

**Koffie - Lunch - Borrel - Diner
7 dagen open**

Van harte welkom!



www.soesterduinen.nl
035 - 603 6010

Soesterbergsestraat 188, 3768 MD Soest

LEKKER EROP UIT!

Verhuur van touringcars voor ieder vervoer

- Luxe touringcars voor 17 tot 63 personen
- Aangepaste touringcars met rolstoellift



**Specialist in het organiseren
van grote en kleine reizen**

- Verzorgde groepsreizen in binnen- en buitenland
- Uitstapjes voor senioren
- Dagtochten

EemlandReizen
onderdeel van koninklijke beuk

Nieuwe Havenweg 73 | 1216 BN HILVERSUM
Telefoon (035) 623 42 47 | www.eemlandreizen.nl
e-mail: info@eemlandreizen.nl

SWOS Ontmoetingscentrum Klaarwater

Wiardi Beckmanstraat 475B, 3762GN Soest,

Tabel Extra Activiteiten: 2025 Mei

Vrijdag	2 mei	10.00 – 11.00 spreekuur beweegmakelaars
Maandag	5 mei	11.00 uur Bevrijdingsbrunch; aanmelden
Dinsdag	6 mei	11.00 - 12.00 uur Inloop digitaal spreekuur
Woensdag	7 mei	09.30 – 12.30 uur Hoffmansmode verkoop
Donderdag	15 mei	11.00 – 12.30 uur Inloopspreekuur Ouderenadviseur SWOS
Woensdag	21 mei	12.30 uur Lunch; alleen via aanmelding
Donderdag	22 mei	13.30 uur Bingo (Let op vierde donderdag!!)
Donderdag	29 mei	GESLOTEN Hemelvaartsdag

Koffiedrinken bij Eemlust

Ook dit jaar wordt iedereen uitgenodigd om elkaar te ontmoeten op het terras van restaurant Eemlust. Koffie en appeltaart staan klaar. Op **woensdag 14 mei vanaf 10.00 uur** wordt u daar verwacht. Wel even aanmelden bij Bas van den Boom (06-51140825). Zoals elk jaar het geval is, trakteert de PCOB. Denkt u eraan tijdig de seniorenbus te reserveren?



Soest in beeld (door René van Hal)

In deze rubriek belichten we telkens een pand, kunstwerk of persoon uit Soest met een bijzondere historie. Dit keer:

Kunst in de boerenstreek

De Boerenstreek is de laatste grote woonwijk die rondom de eeuwwisseling in Soest is gerealiseerd. Er wonen ruim 2.300 personen in deze wijk, die ligt tussen de wijk Overhees en de Dorresteinweg. Vanuit de planontwikkeling is beoogd er een ecologische wijk te ontwikkelen waarbij aansluiting is gezocht met het oorspronkelijke veengebied en de agrarische bestemming rondom de Dorresteinweg. Dat is ook tot uitdrukking gekomen in de ruimtelijke ordening van de wijk (zoals wegenstructuur) als de architectonische uitvoering van de nieuwbouwwoningen. De straten in deze wijk verwijzen naar boerengerei en andere oude paardenattributen.

Wat verder aan deze wijk opvalt is dat in deze wijk geen voorzieningen als winkels, buurthuis, school aanwezig is. Daarvoor moet men gebruik maken van de nabijgelegen wijk als Overhees, Klarwater.

Kunstobjecten in de Boerenstreek

Wat de wijk verder bijzonder maakt is de keuze om aan één kunstenaar de opdracht te verstrekken de wijk van Kunst te voorzien. Dit is Nout Visser (1944-2018) geworden. Het is een samenspel geworden van bakens die op de Hofstedering zijn geplaatst, een drietal bruggen en een kunstwerk getiteld “Spantenbeeld”.

De bakens bestaan uit vier series met 3 bakens in totaal 12 granieten of basalten blokken met daarop een kleine sculptuur van metaal. Elke serie heeft zijn eigen thema, t.w. Scheepvaart, Bomen, Torens en Wolken.

Bruggen horen normaal niet thuis in een overzicht van beeldende kunst. Alleen deze bruggen zijn ontworpen door een beeldhouwer en hebben ieder afzonderlijk een bijzondere uitstaling en zijn in een felle blauwe kleur uitgevoerd en vallen op in de aparte structuur die deze wijk heeft.

Bijzonder is ook het Spantenbeeld dat aan de Hofstedering is geplaatst in de nabijheid van het park met enkele speelattributen. Met de 3 bruggen die zijn aangelegd moet dit volgens de kunstenaar één geheel vormen. Zeker over dit kunstwerk is veel discussie geweest. Een eerder gepresenteerd ontwerp werd niet passend gevonden in deze nieuwe wijk. Bij de kunst zijn de bewoners van de wijk actief betrokken geweest.

Nu de wijk zo'n 10 jaar bestaat kan ieder de uitstaling van de kunstwerken zelf bepalen.

Bronnen:

- Informatie uit de Soester Courant via Archief Eemland.
- Rapport Kunst in de Openbare Ruimte, Kunst ter versterking van de omgeving



Brug naar Dorsvlegel



Spantenbeeld



Smorenburg

uitvaartverzorging

Afscheid naar wens sinds 1938



Uitvaartcentrum De Engenhof

- Elke wens is bespreekbaar
- Nauwe betrokkenheid
- Ook als u verzekerd bent
- Complete ontzorging

Wij zijn dag en nacht persoonlijk bereikbaar
voor advies en hulp:

Soest • 035 - 601 30 86

Soesterberg • 0346 - 351 223

www.smorenburguitvaart.nl

Sluiting dreigt voor veel hospices

Tientallen hospices, zogenoemde bijna-thuishuizen, dreigen volgens de Telegraaf volgend jaar hun deuren te moeten sluiten. Dat is het gevolg van de veel lagere dagtarieven die ze sinds dit jaar krijgen van zorgverzekeraars voor de inzet van verpleegkundigen. Waar ze eerder veelal 24 uur per dag een verpleegkundige in huis hadden, zal die inzet in de toekomst flink afnemen.

“Dit betekent dat de huizen veel meer taken bij vrijwilligers zullen moeten neerleggen”, stelt Carla Aalderink, directeur van VPTZ Nederland, de koepelorganisatie van zo’n 200 lokale vrijwilligersorganisaties in de terminale zorg. Maar lang niet alle vrijwilligers zitten volgens haar te wachten op al die extra taken en verantwoordelijkheid.



Niet voor opgeleid

“Als je in dienst bent van een werkgever kan die wellicht zeggen dat je er andere taken bij krijgt”, zegt ze. “Maar bij vrijwilligers werkt dat zo niet.” Ze vertelt dat deze hiermee worden gedwongen in een situatie waar ze niet voor hebben gekozen en waar ze bovendien niet voor zijn opgeleid. “We moeten met z’n allen juist dankbaar zijn dat ze zich vrijwillig inzetten voor een ander.”

Vrijwilligers stoppen

Veel vrijwilligers hebben haar de laatste maanden al laten weten dat ze dan overwegen ermee te stoppen. Ze zetten zich heel graag in voor mensen in hun laatste levensfase, vertellen ze haar. Dat doen ze door bijvoorbeeld met ze te praten, ze te troosten, ze voor te lezen of ze te helpen met douchen. Maar ook nog medeverantwoordelijk worden voor de medische zorg kan niet.

Kleinere hospices

Het zijn vooral de kleinere hospices die worden geraakt door de lagere tarieven, vertelt Aalderink in de Telegraaf. Huizen met ten minste zes bedden kunnen waarschijnlijk structureel een verpleegkundige blijven inzetten. Maar dat geldt niet voor die tot vier bedden. Zij kunnen voortaan veel minder vaak of alleen op afroepbasis nog een beroep doen op een professional.



KUNSTGEBIT SOEST

T A N D P R O T H E T I S C H E P R A K T I J K

PRAKTIJK VOOR VERSCHILLENDE SOORTEN GEBITSPROTHESSEN

U BENT BIJ ONS IN DE PRAKTIJK VAN HARTE WELKOM VOOR:

- Reparaties aan uw gebitsprothese (zeer snel gerepareerd)
- Opvullen van uw gebitsprothese
- Vernieuwen van uw gebitsprothese
- GRATIS prothesecheck
- Aanmeten gebitsprothese op implantaten (klikgebit)
- Opvullen gebitsprothese op implantaten
- Gedeeltelijke gebitsprothese of een frame

Wij hebben contracten met vrijwel alle zorgverzekeraars. De meeste behandelingen worden vanuit de basisverzekering grotendeels vergoed door uw zorgverzekeraar met een aanvullende verzekering kan dit oplopen tot 100%.

Erkend gediplomeerd Tandprotheticus ISO gecertificeerd



Tandprothetische Praktijk Kunstgebit Soest

Burg. Grothestraat 11A
3761 CJ Soest
035-8884202
info@kunstgebitsoest.nl



Organisatie van
Nederlandse
Tandprotheticus



WWW.KUNSTGEBITSOEST.NL

Voor scootmobiel verplicht naar cursus

Het aantal mensen dat omkomt door een ongeluk met een scootmobiel is in vier jaar tijd bijna verdubbeld. Inmiddels komt gemiddeld iedere week een bestuurder van zo'n voertuig om het leven in het Nederlandse verkeer.



Veilig Verkeer Nederland (VVN) vermoedt dat het aantal scootmobielen in Nederland is toegenomen en dat daar een deel van de verklaring zit. Precieze cijfers zijn er niet; de voertuigen kunnen worden gekocht of aangeboden door gemeenten. Wel zijn er schattingen. Zo zou het aantal in 2013 tussen de 150.000 en 250.000 hebben gelegen en noemde tv-programma Test-Case vorig jaar het getal van 400.000 scootmobielen.

Steeds drukkere fietspaden

Die mengen zich op het verkeer op steeds drukkere fietspaden, zegt ouderenvereniging ANBO-PCOB in de Telegraaf.. “Zeker in steden wordt het drukker, en snelheidsverschillen worden almaar groter. Daarvan zijn kwetsbare verkeersdeelnemers de dupe. Misschien moeten we nadenken over het scheiden van sneller en trager verkeer.”

Anders dan een fiets

Anderzijds duidt een deel van de ongelukken ook op een mindere rijvaardigheid. Het is bekend dat ouderen minder snel reageren, en een scootmobiel vergt andere vaardigheden dan een fiets, zegt VVN in de Telegraaf. “Remmen en gas geven gaat bijvoorbeeld anders: om te stoppen moet je een hendel loslaten. En linksaf slaan is heel lastig voor bestuurders, dat is een bekende ongeluksoorzaak.”

Leer omgaan met zo'n voertuig

VVN biedt cursussen aan om mensen op weg te helpen. Die worden aangeboden via gemeenten. Daar zit echter een wereld van verschil; de ene gemeente stelt een cursus bijvoorbeeld verplicht als een scootmobiel wordt toegekend vanuit de WMO, terwijl de ander juist niets aanbiedt. Ook de scootmobielgebruiker die zelf een voertuig aanschafft, slaat niet zelden de cursus over. “Je zou het altijd moeten doen. Je hebt hem vanwege een fysieke of geestelijke beperking, leer dan omgaan met zo'n voertuig.” ANBO-PCOB vindt volgens de Telegraaf verplichte cursussen te ver gaan, maar raadt het wel van harte aan. “Zeker vanuit gemeenten. Ga de weg op, al is het maar een dagdeel.”



Uitvaartverzorging
A van Pijpen

Dag en nacht persoonlijk bereikbaar

035 5414433



Uitvaartcentrum 'De Ark',
Reigerstraat 17, Baarn
Postbus 245, 3740 AE Baarn
www.avanpijpen.nl - info@avanpijpen.nl

Stijlvol gedenken
— uitvaartwinkel —

in uitvaartcentrum 'De Ark', Baarn
open: di. t/m vrij. 10.00 - 16.00 uur

Goed, beter, buffel, 17 april 2025.

Met vertrouwde en nieuwe gezichten begonnen we aan een nieuwe serie dagtochten in 2025. Na 2 jaar Rick was nu Ed onze chauffeur. Als eerste reden we naar Lexmond waar we bij Huis Het



Bosch koffie en een lekker gebakjes nuttigden. Daarna reden we richting Nistelrode, deels via de snelweg naar ook over smalle wegen o.a. door Kruisstraat en Geffen. Onderweg konden we ook genieten van bloeiende fruitbomen en het gele koolzaad in de bermen. In Nistelrode zijn in de winkelstraat vrijwel alleen winkels van Van Tilburg, aparte winkels voor kinder-, heren- en dameskleding. Maar ook voor lingerie en sportkleding. Bij restaurant de Hoefslag was een Brabantse koffietafel met een kroket. Er stond voldoende op tafel en indien nodig werd van alles bijgevuld. Na een korte rit kwamen we bij de buffelfarm in Heeswijk-Dinther. Na de koffie nam boerin Lian het woord en vertelde heel leuk over het ontstaan van deze farm. In 2010 namen haar man Jan en zij het melkveebedrijf van zijn ouders over. Er werd een nieuwe stal voor de koeien gebouwd maar al snel werden veel kalfjes levenloos geboren. Dit kwam door Neospora, een parasiet die in hondenpoep voorkomt. Het bedrijf ligt aan een mooi weggetje wat door mening hondenbaasje gebruikt wordt voor het uitlaten van de hond. De honden doen de behoefte in het weiland en zo komt de parasiet in het gras wat de koeien eten. Jan was op een gegeven moment bij iemand die waterbuffels had en kwam enthousiast thuis. In 2021 zijn ook Jan en Lian overgegaan van de koeien naar de buffels. Buffelmelk is gezonder dan koemelk, cholesterolgehalte is lager en proteïnen- en calciumgehalte is hoger. Nog een leuk weetje: buffels knorren als varkens, zijn nieuwgierig als een geit en koppig als een ezel. Na dit verhaal gingen we langs de stallen met kalfjes en oudere dieren. Nadat alles bekeken was kregen we nog een plak cake en konden we in de winkel nog vlees, yoghurt, kaas of vla van buffelmelk kopen. Tegen 4 uur reden we weg en rond Den Bosch was het een hele poos filerijden.

Wat eigenlijk zeldzaam is: deze dag hebben we de zon niet gezien en bij de buffels aardig wat regen. (Maar rond half 9 heb ik nog genoten van een prachtig oranje gekleurde lucht).

Janke Wassenaar



STATUS FAMILIEZAKEN

Mr. Willeke Vernède-van den Brandt

Burg. Grothestraat 65 3761 CL Soest

Tel: 035-5430714 / 06-10218017

willeke@statusfamiliezaken.nl

www.statusestateplanning.nl

Hulleman optiek

V O O R O O G Z O R G

**Kom langs voor deskundig advies
en onze uitgebreide
collectie monturen en zonnebrillen**

Burg. Grothestraat 10 • 3761 CM Soestdijk
info@hullemanoptiek.nl • (035) 601 38 59
hullemanoptiek.nl



Juwelier van Doorm

Brinkstraat 16 Baarn Tel: 035-5413107

Maurice Lacroix

Raymond Weil

Aerowatch

Seiko

Orient

Prisma

Danish Design

Tommy Hilfiger

De Voorjaarsnota: Geen koopkrachtverbetering voor gepensioneerden



Uit de voorjaarsnota die vrijdag 18 april is gepubliceerd, blijkt dat de koopkracht van de meeste senioren niet of nauwelijks zal verbeteren.

- De huurtoeslag wordt eenmalig verhoogd en patiënten moeten een deel van de geneesmiddelen van het basispakket voortaan zelf betalen. De huurders van een sociale woning gaan gedurende twee jaar niet meer huur betalen. In 2026 wordt bovendien éénmalig de huurtoeslag verhoogd, de zogenoemde 'boodschappenbonus'. Dit doet per saldo iets aan de koopkracht, maar alleen voor deze groep. Van een echte boodschappenbonus is dan ook geen sprake, omdat het gros van de mensen geen voordeel heeft van deze maatregel.
- Alle huishoudens krijgen volgend jaar een korting op de energierekening dankzij een tijdelijke verlaging van de energiebelasting. Deze korting geldt tot en met 2028. De korting komt neer op €20 per jaar. Niet veel, maar wel iets.
- De zorgkosten worden door VWS-minister Fleur Agema verhoogd. Patiënten moeten voortaan een deel van de geneesmiddelen van het basispakket zelf betalen. Het gaat daarbij om medicatie die ook bij de drogist te koop is. Het plan om het eigen risico per behandeling te beperken tot €150 gaat niet volgend jaar, maar pas het jaar daarna in.
- De aanpassingen van de fiscale heffingskortingen en schijfgrenzen zullen in 2026 de inflatie voor de helft niet gaan bijhouden.
- Daarnaast wordt het heffingsvrije vermogen in box 3 flink verlaagd. Nu betaal je vanaf € 57.684 aan spaargeld belasting, maar dat wordt € 51.396. Door deze maatregelen zullen veel mensen meer (loon)belasting gaan betalen.

Minder vallen en sneller herstellen

Per jaar vallen 1,2 miljoen 65-plussers minimaal één keer, aldus de Volkskrant. 112 duizend van hen komen op de spoedeisende hulp terecht (elke vijf minuten eentje), meer dan de helft van hen heeft iets gebroken – het vaakst (ruim twintigduizend keer) een heup. Bijna zeventuizend mensen **overlijden jaarlijks** als gevolg van hun val.

Het bizarre is, zegt **Detlef van der Velde** (chirurg in de traumageriatrie van het St. Antonius Ziekenhuis in Utrecht) in de Volkskrant, dat we bijzonder weinig weten over wat nu de beste zorg is voor gevallen ouderen. Over wie je wel en wie je niet moeten opereren, voor wie revalidatie nog een optie is, wat patiënten eigenlijk zelf willen. Van der Velde heeft Stichting TON opgericht: Traumageriatrisch Onderzoek Nederland. Een fonds, vergelijkbaar met KWF of de Stichting ALS, dat geld wil ophalen voor onderzoek naar ouderen met een gebroken bot.



Op het openingssymposium kwamen eerder deze maand experts uit een aantal zorgbranches bij elkaar om de laatste wetenschappelijke inzichten én de kennishiaten met elkaar te delen. De Volkskrant belicht vijf inzichten: 1. Maak het uzelf niet te makkelijk, 2. Ook al bent u 80-plus, aan de gewichten! 3. Ook gamen helpt tegen het vallen, 4. Niet iedere gevallen oudere moet je behandelen, 5. We weten ook nog zoveel niet.

Twee conclusies

‘Het domste wat je kunt doen als 65-jarige is in zo’n levensloopbestendige woning gaan wonen, zonder drempels en met een lift’, zegt emeritus-hoogleraar Rudi Westendorp (65). ‘Dan weet je zeker dat je op je 75ste naar de fysio moet, die je dan gaat leren hoe je over drempels moet stappen.’ Over vallen en valpreventie zijn wel duizenden artikelen geschreven, zegt Westendorp, en daaruit zijn twee belangrijke conclusies te destilleren. Eén: een valpartij is net zo onvermijdelijk als de dood. **Twee:** het enige dat uitstel biedt is om van de bank af te komen en te blijven bewegen, op welke manier dan ook. ‘Doe vooral iets wat je leuk vindt, of nog beter: wat in je routine zit, anders houd je het niet vol.’ Volgens Westendorp valt het verouderingsproces van mensen op hoge leeftijd blijkt nauwelijks te voorspellen.’

Belangrijke adressen en telefoonnummers Baarn

-Stichting PIT Baarn Oranjestraat 8a ☎ 035-5280460

-PIT/Ouderenadviseur/ mantelzorgondersteuning Eemnesserweg 17 ☎
035-3037888 Inloop op maandag 10.00-12.00 uur dinsdag 19.30-20.30
uur woensdag 14.00-16.00 uur vrijdag 10.00-12.00 uur

-Senioren bus ☎ 035- 5421129

-De Leuning ☎ 035-5422020



-Belastingondersteuning:
info via De Leuning, info ☎06-51140825

-MEE Utrecht, Gooi en Vecht: ☎ 035-3030165 Inloopspreekuur:
dinsdagmorgen vanaf 10.00 uur bibliotheek Baarn

-Loket Wonen, Zorg en Welzijn
Bereikbaar dagelijks van 8.00 tot 12.00 uur ☎ 035-5481611

-Hulpdienst, bereikbaar van maandag en vrijdag ☎ 035-3037888
9.00 tot 11.00 uur of inspreken voicemail of hulpdienst@welzijnbaarn.nl

-Advies en Ondersteuning (voorheen Wegwijs), Eemnesserweg 17 ☎
035-5418600 Spreekuur: ma.mi en do.av. Volgens afspraak;
inloop: di. en do. 10.00-12.00 uur

-Rijbewijskeuringen v.a. 75 jaar dr. H.G. Sandelowski Hasselaarlaan
58a, Eemnes Kosten € 40,00;hsandelowski@hotmail.com
☎ 06 24203535

Het lidmaatschap van de ANBO-PCOB lokale afdeling Soest/Baarn kost voor alleenstaanden € 32,- en voor echtparen € 51,50

Belangrijke telefoonnummers Soest

Alarm 112

Centraal Meldpunt Vrijwilligersshulp (CMP).....035-603 11 19

Commissie Aandacht PCOB.....035-601 61 81

Icare Algemeen telefoonnummer0900 – 88 33

Keuringsartsen voor rijbewijs:

1.H.G.Sandelowsky, zalencentrum De Rank, Soesterbergsestraat 18

€ 40,- Alleen op woensdag (s.v.p. voor 11:00 uur bellen).06-24 20 35 35

2.R.J. Kaarsgaren, Wijkcentrum De Koppeling,

De Clomp 19-04,3704 KS Zeist € 35,-

Bellen di, do, vr 11.00 tot 14.0006 28 70 10 55

3.Dr. V.d. Berg, Utrecht

Bellen tussen 10.00 en 16.00030 289 27 55

4.Dr. Di Maio, Hoefbladhof 20, 3991 GH Houten

Bellen.....030 294 69 97

Klusjesdienst.....035-602 36 81

Kruiswerk (20 cent per minuut)0900 – 8344

Maaltijdvoorziening035-588 53 88

Molenschot.....035-609 96 66

Ontmoetingscentrum De Klarinet.....035-602 31 39

Ontmoetingscentrum Klaarwater035-601 06 07

Personenalarmering (nr. SWOS)035-602 36 81

Regiotaxi (1 uur van tevoren bellen)088 - 625 1870

Samen tegen eenzaamheid.....035-602 36 81

Senioren bus.....035-601 91 90

Seniorenvoorlichting035-602 79 97

SWOS (algemeen).....035-602 36 81

TSN voor Persoonlijke verzorging via de centrale0900 8615

Vragen m.b.t. Zorg- Werk en Inkomen.....035-6093411

WMO – meldpunt 035-6093411

Bestuur ANBO-PCOB-afdeling Soest/Baarn

Voorzitter	P.M. In 't Anker	06-10462732	nelleke_Intanker@yahoo.com
Secretaris	vacature		
Penningmeester	J.P v.d. IJssel	06-12607082	jpvdijssel@gmail.com
Website	F. Hoogeweg	06-25318358	frhoogeweg@telfortglasvezel.nl
Leden:	W Verboom	06-42217271	wbarbaroth@gmail.com
	J Wassenaar	06-45673702	Jankewas57@gmail.com
	F. Hoogeweg	06-25318358	frhoogeweg@telfortglasvezel.nl
	F. Panhuijzen	06-13832722	infofransp@gmail.com
Penningmeester (plv)	B. van den Boom	06-51140825	bvdboom@ziggo.nl
Ledenadministratie	J Wassenaar	06-45673702	Jankewas57@gmail.com
Comm. Aandacht	N. Duits-van Ekeren	035-601 61 81	dirknelduits@hotmail.nl
Activiteitencommissie	F. Hoogeweg	06-25318358	frhoogeweg@telfortglasvezel.nl
Reiscommissie	G.J. Bouwmeester	06-13772608	gbouwmeester@ziggo.nl
	T.B. Bouwmeester	06-52539796	gbouwmeester@ziggo.nl
COSBO	B. Krijger	035-6016959	bertkrijger@outlook.com
lid	P.M. In 't Anker	06-10462732	Nelleke_Intanker@yahoo.com
Redactiecommissie	G.J. Bouwmeester	06-13772608	gbouwmeester@ziggo.nl
Verspreiding	J.S. Tepper	035-601 70 20	jstepper@hetnet.nl
	A. v Beek	035-6021638	riesvanbeek50@gmail.com
In Baarn	B. van den Boom	06-51140825	bvdboom@ziggo.nl
Belastingadviseur	P. Vermeulen	035-601 80 46	pavermeulen@casema.nl
	A.E. van Heel	035-601 65 13	ae.van.heel@xs4all.nl
	P.de Jong	06-36114142	p.de.jong2@tip.nl
	B. van den Boom	06-51140825	bvdboom@ziggo.nl

Denk aan onze adverteerders, zij kunnen niet gemist worden

Wonnink Zonweringen (onderdeel van de VCR groep)

Bezoekersadres: Siliciumweg 34, 3812 SX Amersfoort



DE NIEUWE OUDE ENGHE

Heerlijk zitten hé, zo oud en vertrouwd!

A cartoon illustration of a building facade with a gabled roof. The building has several windows with orange awnings. People are sitting at outdoor tables in front of the building. A speech bubble from one of the people says: "Oud?! Ik vind het juist nieuw en sfeervol! Je zit hier waanzinnig, toch?!"

www.wonnink.nl

Hoe je het wendt of keert: sfeervol is het zeker!

ZIPPY