



Frans Slangen, voorzitter van KBO-Brabant: 'We zouden het geweldig vinden als u onze gelederen komt versterken.' (pagina 3)



KBO-leden breien voor het hippe modelabel Granny's Finest: 'Samen breien is niet alleen gezellig; we maken ook nog eens echt mooie dingen!' (pagina 9)



Jan Hermes is een van de vijf juristen die de leden van KBO-Brabant bijstaan: 'We richten ons vooral op zaken in het sociale domein.' (pagina 11)

Kom bij **ONS**

KBO-Brabant • Informatiekrant voor 50-plussers



Maria van Orden:

'Samen staan we sterker dan ieder voor zich'

Fotografie: Ivo Hutten

Als bestuurslid van KBO Nederwetten wil Maria van Orden (69) mensen met elkaar verbinden. Door samen te werken in en rondom haar dorp ontstaan ontmoetingen, blijven voorzieningen in stand en tradities behouden. Zeker de 'jongere ouderen' kunnen volgens haar van grote waarde zijn.

'KBO-Brabant voelt voor mij als een goede en gezellige vakbond. Samen staan we sterker dan ieder

voor zich. Bijvoorbeeld om op te komen voor onze pensioenen en in de belangenbehartiging van ouderen bij de overheid. Maar samen staan we ook sterk om elkaar te helpen met de kleinere dingen in het leven, zoals klussen in huis of het invullen van belastingpapieren. Of om leuke en gezellige uitstapjes met elkaar te maken, want die horen er absoluut bij. In mijn eigen dorp zet ik me graag in om de jaarlijkse kerstviering en de kaartclub in stand te houden. Iets groots of iets kleins, het maakt

niet zoveel uit wat je doet. Het gaat om de ontmoeting tussen mensen, dat vind ik belangrijk. Waar mensen samenkomen openen zich deuren, ontstaan nieuwe ideeën en gaan we vereenzaming tegen. Als voormalig lerares aardrijkskunde ken ik bovendien veel mensen; sommigen noemen me nog altijd juf Maria! Dat netwerk kan ik inzetten, ook naar andere organisaties in de regio Nuenen. Hoeveel verenigingen streven niet naar dezelfde doelen? De voetbalclub, de dorpsraad, de

vrouwenvereniging – we willen allemaal een leefbaar dorp waar iedereen kan meedoen. Ook die krachten kunnen we bundelen. Ik denk dat vooral jongere ouderen – de mensen die pas gepensioneerd zijn of zelfs nog werken – daar een rol in kunnen spelen. Om KBO-lid te worden ben je dus niet gauw te jong. Integendeel, je kunt veel betekenen voor anderen, je leefomgeving en voor jezelf. En katholiek zijn is geen voorwaarde. Dat is iets van weleer. KBO-Brabant is er voor iedereen!' ●

KBO-Brabant daagt leden uit met een creatieve Jeroen Bosch-wedstrijd.
Pagina 5

Voorbereiden op de verkiezingen: geen stemadvies, wél een scherpe analyse.
Pagina 7

Kijk snel: alle voordelen van het lidmaatschap van KBO-Brabant op een rij.
Pagina 23

KBO-Brabant
Belangenvereniging van senioren



Laat nu gratis uw prothese reinigen

bij De Gebittenwinkel Bergen op Zoom

Deze aanbieding geldt alleen in de maanden september en oktober 2016 op vertoon van deze advertentie.



ACTIE!
GRATIS UW
PROTHESE
REINIGEN

De Gebittenwinkel is onderdeel van Excent Tandtechniek en werkt samen met tandartsen en implantologen in de regio.



DE GEBITTEN
WINKEL

Boerhaaveplein 9, 4624 VT Bergen op Zoom
Telefoon 0164 - 231 776 • www.gebit.nl

OPTICIEN AAN HUIS

Ervaar het gemak!



Bel het landelijke nummer voor een afspraak bij u aan huis.

T: 085 060 5 060 W: www.opticienaanhuis.com

SWOS

wil de senioren blijvend betrekken bij de lokale samenleving. Dit doen we door het aanbieden van diensten, activiteiten en vrijwilligerswerk.

Diensten: maaltijdendienst, personenalarmering, klussen en tuindienst, PLUSBUS, boodschappendienst, cursus valpreventie
Activiteiten: o.a. zang, dans, ontmoeting, beweging en sport, biljarten, Samen Eten Project, computer/tablet les en nog veel meer.

Heeft u vragen of wilt u meer informatie over de activiteiten en diensten van SWOS.

Kom langs, bel of mail
Coördinator :
Tonnie Joxhorst,
tel. 0167-541137,
info@swo-stb.nl
www.swo-steenbergen.nl



STICHTING WELZIJN OUDEREN STEENBERGEN



Brede Welzijns Instelling Woensdrecht

Mantelzorg ondersteuning	Opbouwwerk
Ouderenwerk	Buurtsport / CuKidS
Maatschappelijk makelaar	Voorzieningsteam
Jongerenwerk	Vluchtelingenwerk

Welzijnscentrum K4 Kromstraat 4 4631 KH Hoogerheide	Tel: 0164 672049 of 0164 674611 Email: Info@bwiwoensdrecht.nl Website: www.bwiwoensdrecht.nl
---	---

Senior-Comfortwinkel

Gespecialiseerd in zitten, slapen en mobiliteit



fitFORM
member of Wellco

Verlangt u ook zo naar een comfortabele zithouding op maat? Kom dan eens vrijblijvend bij ons langs, en wij helpen u hierbij

Senior-Comfortwinkel - Kade 28 - 4703 GG Roosendaal (NB)
Tel: 0165-395 880 - www.senior-comfortwinkel.nl

RondomThuis is een kleinschalige, maatschappelijk onderneming met als doel langer thuis wonen zo makkelijk mogelijk te maken.

Wat kunt u van ons verwachten:

- **Eén aanspreekpunt.** Wij helpen u met al uw vragen en geven u persoonlijk advies, zo vaak als u wenst. Geen doorverwijzingen, maar direct een adviseur uit de regio.
- **Een huisbezoek.** We doen een intake bij u thuis en nemen uw persoonlijke situatie door.
- **Een adviesplan.** Hierin staat ons advies wat u kunt doen om nog langer thuis te kunnen blijven wonen. De diensten worden geleverd door regionale, door ons geselecteerde ondernemers. Maar u heeft de regie in handen!

• **Thuis**
Wij regelen en begeleiden alles voor u. We zoeken zelfs voor u uit of u in

aanmerking komt voor toeslagen, tegemoetkomingen, subsidies enz. En we controleren of alles goed is gegaan.

• **We werken samen met regionale ondernemers**
Denk bij aan een tuinman, schilder, thuiszorg, kapper aan huis, pedicure, ergotherapeut, notaris, huishoudelijke hulp, woningaanpassing, budgetcoach, fysiotherapeut, maaltijdservice, boodschappenservice, mantelzorgmakelaar enz. Ze brengen offertes uit en rekenen scherpe prijzen.

• **Mantelzorgondersteuning.** Wij kunnen ook grotendeels de zorg van mantelzorgers uit handen nemen. We geven advies, we regelen en ondersteunen waar nodig.



• **Actief in de regio.** We zijn actief in de gemeentes Steenberg, Bergen op Zoom, Woensdrecht, Roosendaal, Rucphen, Etten-Leur, Zundert, Moerdijk en Halderberge.

Martijntje van Diesen en Angela Filipse staan voor u klaar.
RondomThuis: uniek in de regio en een woon-zorg minder.
Bel vrijblijvend 06-14244757 of kijk op www.rondomthuis.nl



Mantelzorgsteunpunt Roosendaal



In opdracht van de gemeente:

Voor mensen zorgen voor hun naaste;
voor mantelzorgers

U kunt op onze ondersteuning rekenen



Tel: 088-5574890

Mail: info@mantelzorgroosendaal.nl

Website: www.mantelzorgroosendaal.nl

KOM BIJ ONS!

We komen ze regelmatig tegen. Mensen die geboren zijn halverwege de twintigste eeuw, volop in het leven staan, en helemaal niet het gevoel hebben dat ze als vijftig- of zestigplussers tot de senioren behoren. En al helemaal niet dat ze lid zouden moeten worden van een belangenvereniging van senioren. 'Daar ben ik nog veel te jong voor', zeggen ze dan. En laat dat nu net die mensen zijn waar we naar op zoek zijn.

Niet omdat we per se nog groter willen worden. Met 130.000 leden zijn we al de grootste vereniging die onze provincie rijk is en die positie houden we al jarenlang goed vast. Ook niet omdat we de grootste seniorenvereniging van Nederland willen zijn. We behoren ook in dit opzicht al tot de top 3, maar zelf zijn we niet zo gefocust op de macht van het getal. Voor invloed is meer nodig. Evenmin omdat onze clubkas dringend aanvulling behoeft. We passen goed op onze inkomsten en uitgaven en zijn daardoor ook in financieel opzicht een gezonde vereniging. Wel zouden we u graag als lid van onze vereniging willen verwelkomen omdat we denken dat we elkaar over en weer iets te bieden hebben.

Goed toeven in Brabant
Onze vereniging draait voornamelijk op vrijwilligers. Zo'n tienduizend leden die er plezier in hebben zich op allerlei wijzen in te zetten voor andere vijftigplussers. We onderscheiden belastinginvullers, ouderadviseurs, cliëntondersteuners, juristen, thuisadministrateurs, bestuurders, voorlichters, reportagemakers, redacteurs, webmasters, docenten, woonadviseurs, activiteitencoördinatoren, ziekenbezoekers, klussers, chauffeurs, reisbegeleiders en verhalenophalers. Tegenwoordig zorgen onze vrijwilligers ervoor dat het goed toeven is in Brabant. Natuurlijk wordt er nog steeds gekaart, gekend en gekeuveld bij KBO-Brabant, maar er is zoveel meer bij ons te halen én brengen. In deze krant hebben we een aantal activiteiten uitgelicht: een Brabant-breed golftoernooi, de Jheronimus Bosch-wedstrijd voor onze amateur-kunstenaars, onze verhalenophalers voor het platform Sagaam, biowandelingen die we samen met IVN organiseren, onze breiclubs voor het hippe modemerck Granny's Finest, onze maandelijkse dineetjes voor alleenstaanden met Match4Dinner,

onze betrokkenheid bij het grote muziekfeest Meet & Dance, de lezingen/ervaringenreeks Het Rijke Roomse Leven in samenwerking met Erfgoed Brabant en onze inzet voor ouderen in Afrika. Samen met Cubigo bieden we het meest gebruiksvriendelijke digitale platform voor senioren aan: Ons Platform. Omdat we zelfs de oudste leden online willen verbinden. Dicht bij huis organiseren onze (300) lokale Afdelingen nog veel meer activiteiten en diensten, overal anders, al naar gelang de behoefte van onze leden ter plaatse.

Ontmoeting staat voorop

Ontmoeting ligt bij ons aan de basis van alles, ook als we opkomen voor uw belangen bij goede en betaalbare zorg, behoud van het pensioen(stelsel), het op peil houden van de koopkracht en het stoppen van de stapeling van bezuinigingsmaatregelen gericht op senioren. Waar mogelijk zoeken we de samenwerking met andere organisaties en zo nodig voeren we juridische procedures om uw rechten veilig te stellen. We geloven erin dat krachtige belangenbehartiging daar ontstaat waar mensen elkaar ontmoeten. Laat andere verenigingen maar

centraliseren, eigenzinnig als we zijn doen wij het in Brabant anders: bottom-up. En ten slotte bieden we onze leden voordeel door aantrekkelijke collectieve overeenkomsten te sluiten, want hier werkt de macht van het getal wel door. Met 130.000 leden hebben we wat te bieden als het gaat om korting op uw energie, telefonie en zorgverzekering.

Wees welkom!

Onze leden worden op de hoogte gehouden van de ontwikkelingen in seniorenland via ons ledenmagazine Ons dat maandelijks wordt thuisbezorgd, digitaal via Ons Platform, onze social media en persoonlijk via tal van (voorlichtings)bijeenkomsten. Te jong voor een belangenvereniging van senioren? Niet bij Ons. Voor de prijs hoeft u het niet te laten, die ligt om en nabij de 25 euro. Per jaar wel te verstaan.

We zouden het geweldig vinden als u onze geleerden komt versterken. ●

Frans Slangen, voorzitter
Wilma Schrover, directeur



'Te jong voor een seniorenvereniging? Niet bij ons!'

A. VAN DER LINDEN

CENTRUM VOOR VOETKLACHTEN

BREDA | ETTEN-LEUR | ROOSENDAAL | BERGEN OP ZOOM | GOES | MIDDELBURG | VLISSINGEN

U staat centraal

A. van der Linden Centrum voor Voetklachten is een bedrijf dat orthopedische voethulp-middelen ontwikkelt en produceert. Iedereen die een hulpmiddel nodig heeft kan er onder andere terecht voor orthopedische schoenen, semi-orthopedische schoenen, inlays en aanpassingen aan eigen confectieschoenen. Kortom, alles waarmee u zich beter kunt bewegen. Dit altijd in nauw overleg met u en uw specialist. Samen gaan we op zoek naar de oplossing die het best bij uw specifieke situatie past.

Daarin zit ook de meerwaarde die u van ons mag verwachten. U kunt niet alleen rekenen op een kwalitatief hoogwaardig product, maar ook op de juiste ondersteuning. Advies, begeleiding, betrokkenheid en service zijn bij ons vanzelfsprekend. Vanaf het eerste moment dat u in contact komt met ons bedrijf tot aan de nazorg. Bij A. van der Linden Centrum voor Voetklachten staat u centraal.

- Uw partner in de regio!
- 50 jaar vakmanschap in orthopedische schoentechniek
- Gratis en vrijblijvend voetonderzoek
- Nauwe samenwerking met uw eigen arts
- Second opinion door een vakkundig specialist
- Extra aandacht voor uw individuele wensen
- Tevens leverancier van professionele sport inlays

Spreekuur houdend - op afspraak - in het Bravis Ziekenhuis
Roosendaal en Bergen op Zoom



Voor het maken van een afspraak belt u naar **0165-536 124**

Veilig douchen én blijven baden?



Veilig douchen in bad en heerlijk blijven baden. Het kan met het deursysteem in uw eigen bad van senZup. **Binnen 1 dag** plaatsen we het deurtje in uw huidige bad en dan hoeft u nooit meer over de hoge badrand te stappen. Kijk op onze website www.senzup.nl voor meer info en andere oplossingen voor uw badkamer of toilet.

- + 100% waterdicht, tevens 5 jaar garantie
- + In één dag geplaatst, zonder ingrijpende verbouwing
- + Voordeliger dan een nieuwe inlopdouche
- + Dit deursysteem past in vrijwel ieder bad



BENIEUWD NAAR DE MOGELIJKHEDEN?

Onze adviseur vertelt u graag meer over de uitgebreide mogelijkheden tijdens een vrijblijvend advies bij u thuis. Of vraag direct de gratis brochure aan.

Gratis brochure of thuisadvies? Bel **0800 - 0468**.



- Driewiel fietsen
- Scootmobielen
- Rollators
- Rolstoelen
- Sta-op stoelen
- Inlopdouches
- Zorgunits
- Comfortbedden
- Rolstoelen

Oosteinde 6, Barendrecht | Tel. 0800 - 0468 | www.senzup.nl Klantentvertellen.nl: **8,5** ★★★★★

Vragen of klachten over uw zorg? Vertel het ons!



Heeft u vragen of klachten over de zorg die u krijgt? Dan kunt u terecht bij onze onafhankelijke cliëntondersteuners van Adviespunt Zorgbelang. Wij geven informatie, advies en ondersteuning als u er zelf niet uitkomt. Wij helpen u graag verder.

Onze medewerkers kennen de zorg in uw regio en zijn goed op de hoogte van uw rechten en plichten. Onze dienstverlening is gratis en we werken onafhankelijk van zorginstellingen, gemeenten en indicatiestellers.

U kunt ons bellen van maandag t/m vrijdag van 09.00 uur tot 17.00 uur.

- Cliëntondersteuning gezondheidszorg 0900 243 70 70**
Bij een vraag of klacht over uw huisarts, specialist, tandarts, apotheker, fysiotherapeut of andere hulpverlener.
- Cliëntondersteuning langdurige zorg (Wlz) 0900 243 81 81**
Wanneer u 24 uur per dag zorg nodig heeft. Voor het regelen en uitvoeren van uw zorg in een instelling of thuis.
- Cliëntondersteuning sociaal domein 013 20 20 054**
Advies over kwesties met uw gemeente, hulpverlener of zorginstelling. Onze onafhankelijke cliëntondersteuner is voor u beschikbaar in Helmond, Asten, Deurne, Gemert, Bakel, Laarbeek en Someren.



www.adviespuntzorgbelang.nl



Gezond en zelfstandig met slimme toepassingen

Zo lang mogelijk gezond en zelfstandig in de eigen leefomgeving, dat willen we allemaal. Maar wat heeft u nodig om daar invulling aan te geven? In het Huis van Morgen staat uw vraag centraal. Samen kijken we welke nieuwe producten en diensten u in de thuissituatie kunnen ondersteunen. Denk daarbij aan toepassingen gericht op uw woonsituatie, gezondheid, voeding, veiligheid, mobiliteit en communicatie. Kom langs of bezoek dit najaar de Zorginnovatiewinkel of de West-Brabantse Gezondheidsbeurs.

12 september
Opening Zorginnovatiewinkel,
Nieuwe Markt 3A, Roosendaal

Kijk voor meer informatie op
www.huis-van-morgen.nl

Huis van Morgen
Oostelijke Havendijk 1, 4704 AD Roosendaal, 0165-74 50 89, info@huis-van-morgen.nl

Samenwerking

Om onze leden gevarieerde en kwalitatief hoogstaande activiteiten te kunnen bieden, zoeken we waar mogelijk de samenwerking op met andere organisaties.



Veelzijdig

Bij KBO-Brabant zijn we actief op breed terrein: leerzaam, informatief, spiritueel, sportief, cultureel en ontspannend.

Ontmoeting

Ontmoeting ligt bij KBO-Brabant aan de basis van alles, ook als we opkomen voor de belangen van onze leden.

KBO-Brabant: voor ieder wat wils!

In de voetsporen van Jheronimus Bosch

Het is u vast niet ontgaan: 2016 is uitgeroepen tot het Jheronimus Bosch-jaar. Bij KBO-Brabant hebben we – samen met de Provincie Noord-Brabant, Het Noordbrabants Museum en VisitBrabant – onze leden uitgedaagd met een creatieve wedstrijd: 'Jheronimus Bosch – visioenen dicht bij huis'.

Provinciehuis. Op die datum opent ook de expositie van de twintig genomineerde werken, die vervolgens een maand lang te bewonderen zijn in het Provinciehuis. ●

'Ik heb mezelf uitgedaagd'

Frans Brederode (70, lid van KBO-Afdeling HEVO Rosmalen), dingt mee naar de hoofdprijs van de Jheronimus Bosch-wedstrijd. 'Ik ben geen Bosch-kenner; beeldhouwen is meer mijn ding. Maar voor deze wedstrijd heb ik mezelf uitgedaagd. Ik heb een schilderij gemaakt op een eikenhouten paneel. Bosch maakte veel gebruik van symboliek, dus ik ook, maar dan vertaald naar deze tijd. De thematiek van goed versus kwaad – die ook bij Bosch hoort – houdt me al langer bezig. Die strijd speelt zich in ieder mens af. Net als Bosch ben ik een vat vol contrasten. Ik ben zowel een pessimist als een echte levensgenieter.'

Maak in de geest van Bosch een kunstwerk waarin een stadsgezicht, gebouw of figuur uit eigen dorp of stad centraal staat – zo luidt de opdracht van de wedstrijd. In mei vond de aftrapbijeenkomst plaats in het Noordbrabants Museum te 's-Hertogenbosch. De lezing van een Bosch-expert en de inspirerende stadswandeling leverden de 150 aanwezige KBO-leden genoeg ideeën op. Inmiddels zijn alle inzendingen binnen, en we kunnen nu al zeggen: het niveau is erg hoog, dus het wordt een spannende strijd! Op 22 september worden de drie winnaars bekendgemaakt, tijdens een feestelijke bijeenkomst in het



Fotografie: Angeline Swinkels



Fotografie: Angeline Swinkels

Brabants erfgoed

De Brabantse historie en cultuur dragen we hoog in ons vaandel. Erfgoed laat zien waar we vandaan komen en wie we zijn. Het stippelt bovendien onze weg uit naar de toekomst.

Omdat we bij KBO-Brabant willen bijdragen aan het behouden en doorgeven van ons veelzijdige Brabantse verhaal, werken we regelmatig samen met expertisecentrum Erfgoed Brabant. Zo organiseren we samen cursussen en studiedagen. Een voorbeeld hiervan is de inspiratiereeks Het Rijke Roomse Leven. In vier bijeenkomsten staat de Brabantse rooms-katholieke geschiedenis van rondom de Tweede Wereldoorlog centraal – de tijd waarin bijna overal in Brabant 'RK'

voor stond: van de lagere school tot de werkliedenvereniging, van de voetbalclub tot de politieke partij. Deelnemers krijgen niet alleen een historisch overzicht van Brabants katholieke verleden, maar worden ook geïnspireerd om hun eigen verhalen te vertellen aan de hand van meegebrachte persoonlijke voorwerpen.

Erfgoed laat zien waar we vandaan komen en wie we zijn

Voor wie geïnteresseerd is in Brabants Erfgoed: houd www.kbo-brabant.nl en www.erfgoedbrabant.nl in de gaten voor het nieuwste aanbod van cursussen, activiteiten en evenementen. ●

Bijeenkomst Laudato Si' met bisschop De Korte

Op dinsdag 22 november 2016 organiseert KBO-Brabant een dialoogbijeenkomst over de pauselijke encycliciek Laudato Si'. We nodigen zowel leden als niet-leden van harte uit hierbij aanwezig te zijn! In Laudato Si' staan de schepping en onze verantwoordelijkheid als mensheid om daar goed mee om te gaan, centraal. Hoofdspreker is monseigneur Gerard de Korte, die in mei jongstleden is aangetreden als bisschop van 's-Hertogenbosch. Nadere informatie over de bijeenkomst wordt bekendgemaakt in het novembernummer van het ledenmagazine Ons. ●

Wilt u zich aanmelden?

Ga naar www.kbo-brabant.nl. Aanmelden kan tot 8 november, maar het aantal plaatsen is beperkt. Wacht dus niet tot het laatst. Aanmelden kan ook telefonisch via (073) 644 40 66.

- **datum:** dinsdagmiddag 22 november 2016 van 13.30 tot 16.30 uur.
- **locatie:** Jan van Besouwhuis, Thomas van Diessenstraat 1, Goirle
- **toegang:** gratis (na aanmelding)

FASSBENDER Touringcars

Prinsjesdag
Vertrekdata: dinsdag 20 september
Prijs pp: **€38,-**

National Taptoe
Vertrekdata: dinsdag 1 oktober
Prijs pp. vanaf **€17,50**

"50 PlusBeurs Vier 't leven!"
Vertrekdata: dinsdag 20 en zaterdag 24 september
Prijs pp: **€20,-**

Margriet Winter Festival
Vertrekdata: zaterdag 19 en zondag 20 november
Prijs pp: **€34,-** inclusief

KreaDoe
Vertrekdata: donderdag 3 november
Prijs pp: **€32,-**

KERST-MARKTEN:
Prijs pp: **€22,-**

Düsseldorf
Vertrekdata: zaterdag 19, woensdag 23 en zaterdag 26 november

Essen
Vertrekdata: zaterdag 26 november / zaterdag 17 december

Keulen
Vertrekdata: zaterdag 30 november, zaterdag 3 en 10 december

Oberhausen
Vertrekdata: zaterdag 19 november en zaterdag 3 december

Lichtjes-Tour FASSBENDER Touringcars
Vertrekdata: in de periode van eind november en december 2016
FASSBENDER Touringcars neemt u mee op een speciale lichtjes tour door de gemeente Landerd. Prijs pp: **€12,50**

Voor meer informatie of boeking ga naar onze website http://www.fassbendertouringcars.nl/evenementen/of_bel_0486-782902




Wij zijn er voor u.
Voor, tijdens en na de uitvaart.

Wilt u bier en bitterballen op uw uitvaart of toch liever koffie met een plak cake? Geeft u de voorkeur aan rouwbloemen of een donatie aan uw favoriete goede doel? En met welke kleur auto zou u vervoerd willen worden? Er is steeds meer mogelijk rondom een afscheid, vaak meer dan u denkt.

Monuta Terol en Zorge vertellen u graag meer over de mogelijkheden rondom een uitvaart. Wij kennen de gebruiken en tradities van de streek De Brabantse Wal als geen ander. Neem gerust contact met ons op om vrijblijvend uw uitvaartwensen met ons te bespreken. Hiervoor komen wij graag bij u langs.

Monuta Terol
Uitvaartverzorging in Bergen op Zoom, Halsteren en omgeving.
Antwerpsestraatweg 14, Bergen op Zoom
www.monutaterol.nl
T: (0164) 247 606

Monuta Zorge
Uitvaartverzorging in Hoogerheide, Woensdrecht, Ossendrecht, Huijbergen, Putte, Calfven, Wouwse Plantage en Wouw.
Putseweg 147, Hoogerheide
www.monutazorge.nl
T: (0164) 616 077

Monuta

De steun bij iedere uitvaart.

Ook als u niet of elders verzekerd bent.

Steunpunt Mantelzorg Steenbergen

‘Helpt u helpen’

U kunt terecht voor:

- Lotgenotencontact
- Mantelzorg café
- Vrijwillige thuishulp
- Respijtzorg
- Cursussen en workshops
- Informatie en advies.

Coördinator: Joyce Joosen,
tel. 0167-541137,
mantelzorg@swo-stb.nl
www.swo-steenbergen.nl



Steunpunt Mantelzorg

STEENBERGEN

DE WIJKZUSTER

Uw aanspreekpunt voor welzijn, zorg en wonen



Wat doet de wijkzuster?
De wijkzuster is hét aanspreekpunt op het gebied van welzijn, zorg en wonen in de wijk. Kunt u wel wat ondersteuning gebruiken? Denkt u dat een familielid misschien extra zorg nodig heeft? Of maakt u zich zorgen over iemand? In deze situaties helpt de wijkzuster u graag verder. Als onafhankelijke spil in de wijk kent de wijkzuster uw woonomgeving, de lokale welzijnsvoorzieningen en de zorgaanbieders.

Coöperatie wijkzuster
De wijkzuster werkt vanuit de coöperatie wijkzuster. De coöperatie is een samenwerkingsverband dat op initiatief van de Kruisvereniging Noord-Brabant is ontstaan en bestaat uit de coöperatiepartners: Thuiszorg DAT, Stichting Elisabeth, Surplus en TWB Thuiszorg met Aandacht. Dankzij haar onafhankelijke rol kunt u kiezen uit zorg van één van de coöperatiepartners of andere zorg- en welzijnsorganisaties.









Wilt u meer weten?
Of wilt u een gratis afspraak maken, neem dan contact op. Wij zijn bereikbaar tijdens kantooruren.

DE WIJKZUSTER

telefoon: 0165 - 546 613 (Roosendaal)
0167 - 528 569 (Steenbergen)
0164 - 260 617 (Bergen op Zoom / Woensdrecht)

email: info@wijkzustergroep.nl

website: www.dekruisvereniging.nl

Uw belang voorop

Bij KBO-Brabant maken we ons onder meer hard voor goede en betaalbare zorg en het behoud van ons pensioenstelsel.



Kijk eens op onze website

Op onze site www.kbo-brabant.nl vindt u een keur aan informatie die relevant is voor senioren.

Vrijwilligers

Onze vereniging draait op zo'n tienduizend vrijwilligers die zich op allerlei manieren met plezier inzetten voor andere vijftigplussers.

KBO-Brabant tegen pensioenkorting

Pensioenfondsen waarschuwen voor mogelijke pensioenkortingen in 2017 vanwege een dekkingsgraad die te laag zou zijn. Maar veel deskundigen zijn van mening dat die kortingen niet nodig zijn. KBO-Brabant deelt die mening en staat daarom een aantal verloskundigen bij die hun pensioenfonds dagvaarden.

Al jaren worden de meeste pensioenen niet meer geïndexeerd en recent waarschuwden de eerste pensioenfondsen voor mogelijke pensioenkortingen in 2017. Ze zeggen dat ze niet anders kunnen omdat de dekkingsgraad te laag is. De dekkingsgraad is de verhouding tussen het vermogen dat de pensioenfondsen bezitten en het totaal aan pensioenverplichtingen. Pensioenfondsen moeten zich hierbij houden aan financiële richtlijnen die in de Pensioenwet zijn vastgelegd. Deze richtlijnen worden ook wel Financieel toetsingskader (Ftk) genoemd. De rente is een belangrijke factor bij het waarden van de bezittingen en verplichtingen van het pensioenfonds. Deze rente is momenteel zeer laag, waardoor de dekkingsgraad onder de 100 procent komt. De wetgever verplicht pensioenfondsen met deze lage rente te rekenen en De Nederlandse Bank ziet erop toe dat dit ook gebeurt. Dit betekent dat de waarde van de verplichtingen hoger is dan de waarde van de bezittingen. Pensioenfondsen moeten daarom nu een grotere financiële buffer aanleggen en hun kosten omlaag brengen, met korting van de pensioenen als gevolg.

Pensioenfondsen hebben een enorm vermogen opgebouwd van meer dan 1.300 miljard euro

deelnemers mogen verwachten dat ze recht hebben op het – contractueel toegezegde – pensioen. Door hun verplichtingen niet na te komen, maakten pensioenfondsen inbreuk op het recht van eigendom, zoals dat in het handvest van de Europese Unie staat beschreven. Hoogleraar Internationaal en Europees Recht, prof. dr. mr. Hans van Meerten, denkt dat het in principe mogelijk is de rechtmatigheid van kortingen aan te vechten via het handvest. Bij KBO-Brabant gaan we zo'n juridisch traject aan, met ondersteuning van advocaat mr. dr. Jan-Koen Sluïjs te Den Haag. We ondersteunen financieel en inhoudelijk enkele gepensioneerde verloskundigen bij hun zaak tegen het Pensioenfonds voor Verloskundigen. Zij dagvaarden dit pensioenfonds, omdat het fonds concreet kortingen heeft aangekondigd. De rechter zal worden verzocht het pensioenfonds te gebieden de kortingen niet door te voeren, omdat het fonds daarmee in strijd met Europese wetgeving handelt. Mocht de rechter de verloskundigen gelijk geven, dan is een schadeclaim (met terugwerkende kracht) voor alle gepensioneerden die in het verleden gekort zijn de volgende stap. ●

Goed voorbereid stemmen!

Politieke partijen maken zich op voor de landelijke verkiezingen die uiterlijk 15 maart 2017 zullen worden gehouden; hun programma's voor onze toekomst liggen klaar. KBO-Brabant kijkt terug en concludeert dat ouderen er zelden zo bekaaid van af zijn gekomen als onder het huidige kabinet. Nederland verdient een ander beleid. KBO-Brabant roept senioren op dat straks duidelijk te maken: via de stembus.

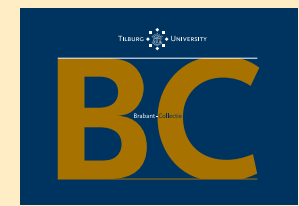
Sinds de financieel-economische crisis hebben gepensioneerden een flinke veer moeten laten. Het verschil in koopkrachtontwikkeling tussen werkenden en gepensioneerden is de afgelopen vijftien jaar opgelopen tot 30 procent, in het nadeel van de gepensioneerden. Op alle fronten moesten ouderen het ontgelden. De (gestapelde) effecten van nieuwe wetten en bezuinigingsmaatregelen hebben geleid tot een onacceptabele achteruitgang van hun besteedbaar inkomen en het einde daarvan is bepaald niet in zicht. De grootste moeite heeft KBO-Brabant echter met de draconische afbraak van een sociaal stelsel dat we met elkaar hebben opgebouwd in de tweede helft van de twintigste eeuw. Wat er inmiddels voor in de plaats is gekomen, is een samenleving waarin marktwerking domineert, waarin het recht van de sterkste geldt en waarin voorzieningen steeds minder gebaseerd zijn op solidariteit. Diverse inkomensvoorzieningen zijn versoberd of afgeschaft. De meeste pensioenen worden al jaren niet meer geïndexeerd en er zijn zelfs directe kortingen

Samenstelling Tweede Kamer 2016	Score
Volkspartij voor Vrijheid en Democratie (VVD)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Partij van de Arbeid (PvdA)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Socialistische Partij (SP)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Christen Democratisch Appel (CDA)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Partij Voor de Vrijheid (PVV)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Democraten 66 (D66)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
ChristenUnie (CU)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
GroenLinks (GL)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Staatkundig Gereformeerde Partij (SGP)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Partij voor de Dieren (PvdD)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Groep Kuzu/Öztürk (GrKÖ)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Groep Bontes/van Klaveren (GrBvK)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
50PLUS (50PLUS)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Houwers (Houwers)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Klein (Klein)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍
Van Vliet (Van Vliet)	👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍👍

Beleef de Brabant-Collectie

Bent u geïnteresseerd in de geschiedenis van Noord-Brabant? Dan is de Brabant-Collectie dé uitgelezen plaats voor u. Bekijk op locatie of via onze website deze unieke en diverse verzameling over heden en verleden.

- Boeken • Tijdschriften • Kranten • Handschriften • Oude drukken
- Kaarten • Foto's • Films • Prenten • Prentbriefkaarten • Tekeningen



Brabant-Collectie

Warandelaan 2
Tilburg University,
Gebouw L
5037 AB Tilburg
+31(0)13 - 466 2865
brabant@uvt.nl
www.brabantcollectie.nl



The J. A. S. Smith, De Velt & Looze, 's-Havert



Blijf op de hoogte van het laatste nieuws via ons blog en neem een abonnement op onze gratis nieuwsbrief.

Dé thuiszorg waarbij u zich thuis voelt!



PrivaZorg
West-Brabant/Tholen

Professionele zorg met bekende gezichten en vertrouwde handen

Wij leveren zorg met kleine teams!

- Persoonlijke verzorging
- Begeleiding
- Verpleging
- Nachtzorg
- Palliatief (terminale) zorg
- Zorg na letselschade
- Huishoudelijke verzorging

PrivaZorg West-Brabant Tholen
Oude Moerstraatsebaan 37
4614 RN Bergen op Zoom
tel. 0164 - 25 75 27
info@privazorgwbt.nl
www.privazorgwbt.nl

PrivaZorg
altijd op zoek
naar ZZP-ers

PrivaZorg is een landelijke thuiszorginstelling. Vanuit regionale zelfstandige steunpunten worden zorgvraag en zorgaanbod op elkaar afgestemd. Ons landelijk netwerk van steunpunten wordt vanuit een Centraal Kantoor te Amersfoort ondersteund.

GEREED
IN 1 DAG

Een veilige en comfortabele douche Bad eruit, douche erin



Introductiekaarting
€ 400,-
t/m 31 oktober



Verrijn Stuurweg 47
4482 GE Goes
Tel. (0113) 82 03 06
www.vangilstsanitair.nl

- ✓ Gratis advies aan huis van een van onze experts
- ✓ Lage instap en diverse andere veiligheidsvoorzieningen
- ✓ Gehoed op maat, Hollandse kwaliteit en scherpere prijzen
- ✓ Erkende installateurs die netjes en schoon werken
- ✓ Direct contact? Bel 0113-820306

Ik ontvang graag een brochure met meer informatie
Naam:
Adres:
E-mail:
Stuur in gevulde envelop zonder postzegel naar:
Van Gilst Sanitair, Antwoordnummer 302 4482GE Goes

Dicht bij de leden

Het lidmaatschap begint dicht bij huis, namelijk in een van onze lokale Afdelingen, die op hun beurt deel uitmaken van KBO-Brabant.

Bespaar mee

We willen onze leden helpen besparen en hebben daarom bijvoorbeeld scherpe collectieve contracten op het gebied van telefonie, zorgverzekering en energie.



Grote achterban

Met zo'n 130.000 leden zijn we een serieuze gesprekspartner voor overheden en andere instanties.

Wandelen voor een goede gezondheid Door de wol geverfd

Bewegen is goed voor de gezondheid, zeker voor mensen met een chronische ziekte zoals diabetes of COPD. Speciaal voor hen organiseert IVN samen met KBO-Brabant zogenoemde biowalks: wandelingen begeleid door een natuurgids en een zorgprofessional. Deze zomer wandelden we in natuurgebied De Maashorst.

Aan de rand van De Maashorst, bij het gelijknamige natuurcentrum in Nistelrode, staan IVN-natuurgids Christ Dirks en diëtiste Ardie van der Steen te wachten. Zo'n twintig deelnemers sluiten zich bij hen aan voor een fijne wandeling door de natuur. Ze hebben zich aangemeld voor een serie van vier. Christ leidt de groep door het mooie natuurgebied en Ardie praat al wandelend met de deelnemers, onder meer over hun gezondheid. Ze vertelt: 'Wandelen is goed voor ieder mens, en zeker voor mensen met bijvoorbeeld suikerziekte. Beweging heeft een positieve invloed op de bloedsuikerspiegel en kan medicijngebruik verminderen. Het positieve effect van een stevige wandeling is direct zichtbaar aan de bloedwaarden.'

Gezond en gezellig

Deelnemer Martien van den Berg heeft diabetes type 2, dat veel voorkomt bij mensen met overgewicht. 'Tja, een welvaartsbuijkje, hè', zegt hij. 'Vroeger leefde je er lekker op los en at je te vet, te veel en te veel koolhydraten.' Zijn wandelmaatje deze middag - Nol van Hest - herkent dat. Net als Martien heeft hij een rond buikje en diabetes. Voor Martien en Nol is wandelen inmiddels een ingesleten routine én een liefhebberij. Ze wandelen vandaag niet alleen mee omdat het gezond is, ze komen ook voor de gezelligheid. En dat geldt voor alle aanwezigen. Er wordt gezellig gepraat en af en toe staan



we even stil als Christ iets moois ziet in de natuur waarover hij graag zijn kennis deelt.

Vertrouwen

Halverwege is er een rustpauze om wat te eten en drinken. Ardie vertelt: 'De biowalks zijn bedoeld om mensen te laten ervaren wat een goede wandeling met ze doet en hoe hun lichaam reageert. Er loopt altijd een zorgverlener mee om adviezen te geven en vragen te beantwoorden. Het mooiste is als de deelnemers weer leren vertrouwen op hun lichaam, en er ook vaker zelf op uit trekken. In beweging komen, daar gaat het om.' Terug in natuurcentrum De Maashorst is er tijd voor een verfrissend drankje. Ardie spreekt nog even na met de wandelaars en heeft zelfs nog een kleine quiz voorbereid. Vijf vragen over de nieuwe Schijf van 5. Tips van een diëtiste zijn altijd welkom. En niet overbodig, zo blijkt uit de verschillende antwoorden. Zo eindigt een actieve en gezellige biowalk met een deskundig advies: 250 gram groente per dag, eens per week een vette vis, liever groene dan zwarte thee, minder rood vlees en heel matig met suiker. ●

Biowandelen met KBO-Brabant

Biowalking wordt in alle vier de gemeenten van De Maashorst aangeboden: Oss, Bernheze, Landerd en Uden. In oktober start IVN samen met KBO-Brabant een nieuwe serie van vier wandelingen (eens per maand). Deelname aan een serie wandelingen kost €12,50, inclusief een kop koffie of thee. De wandelingen zijn bedoeld voor mensen met diabetes type 2, COPD en hart- en vaatproblemen. Als deelnemer mag u een introductie meenemen, ook als die geen ziektebeeld heeft. Elke wandeling wordt begeleid door een IVN-natuurgids en een zorgprofessional, bijvoorbeeld een praktijkondersteuner, fysiotherapeut, diëtist of apotheker. Meer informatie over de data van de wandelingen en het aanmelden vindt u terug op: www.biowalking.nl/maashorst

Insteken, omslaan, doorhalen en af laten glijden. Een bekend riedeltje voor de vele Nederlandse dames die zo ongeveer met de breipennen in de hand zijn geboren. Het modelabel Granny's Finest maakt dankbaar gebruik van hun vaardigheden in ruil voor een hoop gezelligheid en leuke dagjes uit. We nemen een kijkje bij een Brabants clubje van breiende granny's in Eindhoven.

'Ik brei dag en nacht', zegt Tineke van Vugt. 'En breien voor Granny's Finest is gewoon leuk, vanwege de gezelligheid en de mooie kledingstukken.' Nellie Ekstein vertelt vol trots dat ze al overgrootmoeder is. 'Dan mag ik me wel super-granny noemen, toch?' Ze heeft een meetlint om haar nek, een grote bol wol ligt op schoot. Al pratend werkt ze aan een sjaal. Hier is een ambachtswoman aan het werk. En zo zitten er nog tien breiende 'oma's' aan de lange tafel in Gezondheidscentrum Kastelenplein. Wie zijn ogen even dicht doet, hoort vooral het gepraat van de dames en het getik van de breipennen.

Afstudeerproject

Initiatiefnemer Jip Pulles is voor de gelegenheid aangeschoven. Qua leeftijd had hij de kleinzoon kunnen zijn van de aanwezige breisters. Samen met studiegenoot Niek van Hengel bedacht Jip Granny's Finest als afstudeerproject voor hun opleiding Small Business in Rotterdam. Inmiddels hebben ze in het hele land breiclubs opgericht met in totaal 525 granny's. Jip vertelt: 'Het idee ontstond doordat Niek destijds heel stoer deed met een grote, gebreide sjaal van zijn oma. Tot groot genoegen van zijn oma, die zijn enthousiasme natuurlijk waardeerde. Ik realiseerde me dat er tegelijk jonge modeontwerpers zijn die een springplank nodig hebben om hun naam te vestigen. Eén en één is twee, dacht ik.' Zo werd Granny's Finest opgericht. Een modemerken en een sociale onderneming in één, waarvan de handgemaakte mutsen, wanten, sjaals en andere kledingstukken worden verkocht bij onder meer de Bijenkorf, Wehkamp en kleinere designwinkels. 'In ons concept komen de kwaliteiten van jong en oud samen', vertelt Jip. 'Jonge modedesigners kennen de trends en ontwerpen de kleding. De granny's zetten het ambacht van het aloude handwerken in. Uiteindelijk plakken wij een label op de producten en verkopen ze wereldwijd. Een deel van de omzet komt weer terug bij de oma's, want die nemen we een paar keer per jaar mee op stap. Daarmee spelen we

in op de terugtrekkende zorg en een belangrijk thema als eenzaamheid onder ouderen.'

Verwende granny's

'Een prachtig idee', vindt Mieke Buiting. Sinds de oprichting van de Eindhovense breiclub is ze elke dinsdagmiddag van de partij. 'Ik sla nooit over, het is zo gezellig. Wat we maken is met recht kwaliteit te noemen. We krijgen 100 procent natuurlijke garens en wol. De meesten van ons zouden dat zelf niet zo snel kopen, omdat het duur is. Het verschil voel je duidelijk. Ik kan nu niet eens meer met acryl overweg,



we zijn gewoon verwende granny's geworden!' De producten die in de winkel liggen, zijn uniek. Niet alleen omdat er steekje voor steekje met liefde aan is gewerkt, ook omdat er een persoonlijke boodschap van oma bij zit. Dit vestje is zo mooi en klein, het kan alleen voor de liefste zijn, staat er op een kaartje dat Tineke van Vugt heeft gemaakt. Het kaartje is tegelijk een verzoek aan de koper om een bericht terug te sturen aan de granny. Tineke heeft al eens reactie gehad. 'In het bedankaartje stond, dat ze er direct een tweede van had gehaald. Hartstikke leuk!' ●

Brabantse Granny's

Bij KBO-Brabant hebben we onze eigen Granny's Finest breiclubs opgericht. Onder de beziende leiding van vrijwillige coördinatoren zijn er breiclubs in diverse KBO-Afdelingen. **Wilt u aan de slag als breiende Granny of wilt u een club oprichten en coördineren? Meld het dan via vnangrinsven@kbo-brabant.nl of bel naar (073) 644 40 66.** Meer informatie vindt u ook op www.grannysfinest.com.

De zorg verandert, Piet verandert mee



ons
Brabantse Wal

Lees het verhaal van Piet op www.onsbrabantsewal.nl

Ondersteuning bij zelfstandig leven

Stel, het lukt niet meer om zelf je huishouden te doen. Of je hebt op een andere manier ondersteuning nodig om zelfstandig te wonen en prettig te leven. Dan kun je terecht bij het Wmo-loket van de gemeente Roosendaal.

Het Wmo-loket is er voor iedereen die hulp kan gebruiken door ziekte, een beperking of ouderdom. Wij zoeken samen met jou naar de ondersteuning die het beste bij je past. Wij wijzen je de weg, helpen en ondersteunen waar nodig. Je kunt bij ons terecht voor:

- > Hulp bij het huishouden
- > Begeleiding
- > Scootmobielen
- > Speciaal taxivervoer
- > Mantelzorgondersteuning
- > Rolstoelen
- > Dagbesteding
- > Woningaanpassingen

Ondersteuning is vaak gratis

Je betaalt geen eigen bijdrage voor begeleiding en dagbesteding, in ieder geval tot 1 januari. En: vanaf 1 januari 2017 betaal je voortaan geen eigen bijdrage meer voor hulp bij het huishouden.

Wmo-loket (nieuw adres!)

Dunantstraat 80, Roosendaal
(gebouw Werkplein Hart van West-Brabant)

Openingstijden: ma t/m do 9.00 - 17.00 uur, vrij 9.00 - 12.30 uur



www.roosendaal.nl

Gemeente
Roosendaal

Rechten van ouderen

Waar nodig voeren we bij KBO-Brabant juridische procedures om seniorenrechten veilig te stellen.



Lees Ons

Als lid ontvangt u elf keer per jaar ons ledenmagazine Ons, boordevol informatie en inspiratie toegespitst op senioren.

Voordelig

Het lidmaatschap kost rond de 25 euro per jaar en daar krijgt u heel veel voor terug. Voor de prijs heeft u het dus niet te laten.

WEGWIJS IN DE WMO

Krijgt u nog huishoudelijke hulp? Of hoe maakt u uw huis rolstoelvriendelijk? Met de invoering van de nieuwe Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo 2015) is er veel veranderd. Daarom staan de vrijwillige cliëntondersteuners van KBO-Brabant klaar om u te helpen.

Henk van de Brug (62) is cliëntondersteuner in de gemeente Woensdrecht. 'Ik houd van mensen en wil graag dat het goed met ze gaat. Daarom heb ik via KBO-Brabant de opleiding



Fotografie: Timo Reijger

tot cliëntondersteuner gevolgd. Ik help tientallen inwoners bij de Wmo, en het aantal blijft oplopen. De eerste stap is een uitgebreid gesprek met de cliënt zelf. Waar heeft u recht op? En waar ligt uw eigen kracht? Dat schept al veel duidelijkheid. Ook bereken ik eigen bijdrages. Als zo'n bedrag te hoog uitpakt, is het veel slimmer om zelf - bijvoorbeeld - een tweedehands scootmobiel te kopen. Dat zeg ik dan ook eerlijk. Een strijd voeren we hier amper. Gemeente, zorginstaties, cliënten en ik: we denken allemaal in oplossingen. Natuurlijk zie ik ook verbeterpunten. Soms is het onduidelijk wat er onder de Wmo, de Zorgverzekeringswet en de Wet langdurige zorg (Wlz) valt. Maar over het algemeen hebben we hier weinig te klagen.'

Marina Warnaar (74) werd door Henk van de Brug bijgestaan tijdens het Wmo-traject.

'Tja, gezellig samen oud worden zit er bij ons niet in. Sinds 2009 heeft mijn man een zeldzame, zeer progressieve vorm van Parkinson. Eigenlijk verandert hij in een ander mens. Ja, dat is ongelooflijk heftig. Ik heb hem zo lang mogelijk thuis verzorgd, maar hij woont nu toch



in een woonzorgcentrum. Ik bezoek hem dagelijks en in de weekends komt hij één dag naar huis. We genieten erg van die momenten. De ondersteuning van Henk is fijn. Hij denkt mee en schuift aan bij gesprekken met de gemeente en zorgverleners. Hij blijft rustig, luistert nauwkeurig en stelt precies de juiste vragen. Fijn, want in mijn eentje vliegt er allerlei informatie langs me heen. Ik ben niet het type dat snel hulp vraagt, maar het is zo'n fijn idee dat ik altijd bij Henk kan aankloppen.'

Vrijwillige cliëntondersteuners

Wie zorg, dagbesteding of hulpmiddelen nodig heeft, moet daarvoor sinds 1 januari 2015 bij de gemeente zijn. Maar niemand hoeft dit traject alleen in te gaan. KBO-Brabant heeft samen met andere Brabantse seniorenverenigingen zo'n 150 vrijwillige cliëntondersteuners die senioren helpen bij hun Wmo-aanvraag. De cliëntondersteuners bespreken het Wmo-proces met hun cliënt, zoeken uit waar hij of zij recht op heeft, voeren gesprekken met bijvoorbeeld de gemeente en helpen bij juridische vraagstukken.

Wilt u meer informatie over onze vrijwillige cliëntondersteuners? Informeer dan bij de KBO-Afdeling wijf u in de buurt. Wilt u zelf cliëntondersteuner worden? Neem dan contact op met projectleider Marieke Pette via mpette@kbo-brabant.nl of bel (073) 644 40 66.

KBO-Brabant's eigen juridische helpdesk

We zijn er bij KBO-Brabant maar wat trots op: vijf juristen bieden onze leden op vrijwillige basis juridische ondersteuning. Zij richten zich voornamelijk op zaken rondom pensioen- en uitkeringsproblemen, arbeidsgeschillen en alles wat samenhangt met de transitie van de zorg.

Jan Hermes

'Ik werk sinds 1974 met heel veel plezier als advocaat. Gedurende mijn carrière adviseerde ik veel welzijnsinstellingen, waar ik in aanraking kwam met alles wat met zorg te maken heeft. Bij mijn vader van 96 jaar oud zie ik hoe het reilt en zeilt binnen tehuizen. Daar word je helaas lang niet altijd vrolijk van. Dit leidde ertoe dat ik dacht: ik wil ook na mijn pensioen betrokken blijven bij senioren.'



Marius de Jong

'Na een jarenlange carrière binnen de advocatuur besloten mijn bevriende collega-advocaten en ik nog wat te willen betekenen en ons in te zetten voor andere ouderen. Door veranderende regelgeving zijn er momenteel veel mensen die een steuntje in de rug kunnen gebruiken. Bij KBO-Brabant proberen we mensen op een laagdrempelige en kosteloze manier te helpen van een zo zorgeloos mogelijke oude dag te genieten.'



Bert van 't Laar

'De afgelopen 47 jaar werkte ik op verschillende plekken bij en voor de overheid. Voordat ik vorig jaar met pensioen ging, werkte ik als



bestuursrechter in Rotterdam en Dordrecht, en daarvoor was ik achttien jaar lang burgemeester van de gemeente Nederlek. In de rechtbank bespeurde ik dat bepaalde groepen mensen moeite hebben om hun recht te krijgen, vooral in het sociale domein. Het leek mij belangrijk om me voor senioren in te zetten. Voor hen is het krijgen van betaalde advocatuur vaak lastig en bovendien zijn er maar weinig advocaten gespecialiseerd in ouderenrecht.'

Herman Poeth

'Jan, Cees, Marius en ik leerden elkaar kennen bij de Rechtswinkel in Tilburg. Later werkten we samen binnen hetzelfde collectief. In 1992 stapte ik over naar de rechterlijke macht en twee jaar later werd ik



kantonrechter in Tilburg. Dit tot medio vorig jaar, toen ik mijn pensioenleeftijd bereikte. Omdat ik niet wil stil zitten, besloot ik KBO-Brabant op vrijwillige basis te ondersteunen.'

Cees Swagemakers

'Dit jaar werk ik 40 jaar als advocaat. Bij welk kantoor ik ook werkte, ik hield me voor een belangrijk deel bezig met de sociale praktijk. Mijn bevriende oud-collega's en ik zijn nog fit genoeg om wat te kunnen betekenen. Onze kennis kunnen we goed inzetten voor de leden van KBO-Brabant. Net als vroeger zijn we actief voor mensen die het minder makkelijk hebben.'



Wilt u meer weten?

Neem contact op met beleidsmedewerker Marieke Pette via mpette@kbo-brabant.nl of bel (073) 644 40 66.

Ruime keuze aan betaalbare vakantiehuizen

Een greep uit onze Kerst- en Nieuwjaarsreizen



Kerst busexcursie vakantie Hotel Heiderhof / Westerwald
5 dg. voor slechts € 395,- p.p.

4 dg. All Inclusive Kerst auteursis Hotel Witteveen / Drenthe € 207,-

4 dg. Duitse Kerstmarktcruises MS Switzerland II **** € 395,-

7 dg. Kerstcruise over de Rijn MS Amadeus Silver **** € 798,-

3 dg. All Inclusive Oud & Nieuw Auteursis De Bonte Wever € 239,-

All Inclusive Hotels Autovakanties va. € 175,- p.p.



All Inclusive Hotel Altastenberg Winterberg / Sauerland € 250,-
5 dg. nu al vanaf € 175,- p.p.



All Inclusive Hotel Elderschans Aardenburg / Zeeland € 299,-
4 dg. nu al vanaf € 179,- p.p.

en nog 30 gastvrije All Inclusive Hotels op de mooiste plekken in Nederland en Duitsland



Ook voor alle KBO groepen 5 daagse All-Inclusive groeps bus excursiereis al vanaf € 299,00 p.p.

Voor alle vakantiehuizen laatste aanbiedingen en gratis folders - Reserveren: Bel of Mail

Dé audicien aan huis in heel Nederland

WWW.OOGVOOROREN.NL

- ✓ Alle merken & typen hoortoestellen
- ✓ Gratis proefperiode
- ✓ Onafhankelijk advies en transparant
- ✓ Laagste prijsgarantie
- ✓ Korting op uw eigen bijdrage
- ✓ Ook 8 fysieke hoorklinieken (o.a in Eindhoven & Tilburg)
- ✓ Hoortoestelbatterijen slechts € 1,49



Tel : 085-486 3743 / E-mail: info@oogvoororen.nl

Actieve vereniging

Er is zoveel bij ons te halen en te brengen! We hebben onze eigen belastinginvullers, cliëntondersteuners, bestuurders, webmasters, docenten, enzovoort...



Lokaal

Met 300 Afdelingen zijn we altijd dicht bij onze leden. De Afdelingen maken zich sterk voor uw belangen richting gemeenten en andere overheidsinstanties.

Lid worden?

Wilt u lid worden van KBO-Brabant? Blader dan snel door naar pagina 23 van deze krant, vul de bon in en stuur die naar KBO-Brabant, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch.

Concentreren, kijken, de juiste houding aannemen

bij het KBO Midden-Brabant Golfkampioenschap

In augustus namen 85 KBO'ers uit onze hele provincie deel aan het KBO Midden-Brabant Golfkampioenschap. We liepen een aantal holes mee over het landelijke en rustieke landgoed De Utrecht in Esbeek.

'Ik moet de swing nog even te pakken krijgen', zegt Emmy Veeger uit Zeeland. 'Zojuist lag ik al bij de tweede klap in het water.' Het balletje bedoelt ze natuurlijk. Zelf is Emmy nog aardig droog, al hebben we vandaag wel een paraplu nodig. Nauwkeurig prikt ze haar tee in het natte gras om daar de golfbal op te leggen. Concentreren, kijken, de juiste houding aannemen. Het is een vast gegeven voor elke golfer bij het afslaan van een bal. Een sierlijke swing volgt, tientallen meters verderop valt een wit stipje uit de lucht.

Gezellig samen

'Mooie slag, hoor!' Het compliment komt van Simon Prins uit Molenschot en Nelly Noordman uit Sterksel. Net als Emmy zijn ze ervaren golfers met een handicap van onder de achttien. Daarmee behoren ze tot de betere golfers in het toernooi en worden ze geacht in minder slagen een ronde te lopen dan de deelnemers met een hogere handicap. 'Techniek is belangrijk en dat vergt veel oefening', zegt Nelly, terwijl we met een goedgevulde trolley richting de



drie afgeslagen ballen bij de green lopen. 'Golfen is heel fijn om te doen. Je bent gezellig samen, je beweegt een uurtje of vier als je achttien holes loopt en je speelt een leuk spel. Vooral tegen jezelf. Je kunt het bovendien heel lang blijven doen. Ook als het lopen wat lastiger wordt. Dan pak je gewoon een golfkar voor de langere afstanden.'

Toegankelijke sport

Het kampioenschap is georganiseerd door Aernout Dorpmans, lid van KBO Berkel-Enschot en zelf een doorgewinterde golfer. Toen Golfbaan Midden-Brabant tien jaar bestond, besloot hij samen met eigenaar Joep Verheijen het KBO-golftoernooi op te zetten. Afgelopen augustus dus al voor de zesde keer. 'Golf is een toegankelijke sport geworden', zegt de oud-gymnast. 'Het brengt mensen in beweging. Op achttien holes loop je zo vijf kilometer, dat is een mooie wandeling.' Hij legt uit hoe het toernooi van vandaag in elkaar steekt: 'De 85 deelnemers lopen in zogenoemde flights van drie of vier personen. Elke flight is ingedeeld op handicap, zodat de deelnemers gewaagde en vooral evenredige tegenstanders zijn voor elkaar. Er zijn dit jaar tien deelnemers met een handicap van achttien of lager. De beste van hen wint de KBO Golf Trophy. Maar ook in de andere categorieën zijn er prijzen te verdienen. En er is een prijs voor de langste afslag (the longest) en voor degene die de bal vanaf de afslag het dichtst bij de hole krijgt (the neary).'

Grote handicap

Niet alle aanwezigen doen vandaag mee aan het kampioenschap. Voor mensen die nog nooit golf hebben, is er gelegenheid deel te nemen aan een clinic. Een groepje van tien KBO'ers heeft zich hiervoor aangemeld. 'Van mijn tennisgroep golf de helft, ik wil het nu ook eens leren', zegt Emmy Harbers uit Hilvarenbeek. Plaatsgenoot Nella Dirks denkt er net zo over. 'Maar wij hebben één grote handicap: we kunnen niet golfen', lacht ze.



'Ja, keurig...', zegt Aernout als iemand een balletje in het putje mikt. 'Een bal over lange afstand afslaan is nog tot daar aan toe, een bal op maat pitchen is het moeilijkst.' Het afslaan op de driving range is het spectaculairst. Henk Smitsers wordt er bloedfanatiek van. De ene na de andere bal uit zijn emmertje zwiept hij het veld in. Hier draait alles om techniek en de juiste houding.

meter weg. Daar hoeft ik nog niet aan te denken.' Ook Ad Vugts uit Hilvarenbeek is in zijn element. Deze prachtige golfbaan is zijn thuisbasis. 'Een makkie', zegt hij met een knipoog. 'De kunst is om optimistisch te blijven, ook als je net mist. Anders praat je jezelf de put in. En dat moet natuurlijk niet, het balletje moet de put in!' ●



ZORGELOOS WONEN

Betaalbaar

Het appartement kunt u helemaal naar uw eigen smaak inrichten. U krijgt een aantrekkelijke woonkamer met een kleine keuken. Daarnaast heeft het appartement een badkamer met toilet, wastafel en douche. In de totaalprijs zijn huur-, energie- en servicekosten inbegrepen en een Gezellig Wonen pakket met o.a. dagelijks een warme maaltijd, elke week een bewegingsactiviteit, schoonmaak van uw appartement en een voorziening voor alarmering.

Wonen in De Blomhof

Sint Janstraat 2 | Standdaarbuiten

Prijs per maand voor één persoon

2-kamerappartement; oppervlakte: 40 m²

Huur-, energie- en servicekosten: € 770,40
Gezellig Wonen pakket: € 450,00
Totaalprijs: € 1220,40



Wonen in De Brink

Melis Stokelaan 5 | Roosendaal

Prijs per maand voor één persoon

1-kamerappartement; oppervlakte: 25 m²

Huur-, energie- en servicekosten: € 402,58
Gezellig Wonen pakket: € 450,00
Totaalprijs: € 852,58



Prijs per maand voor twee personen

2-kamerappartement; oppervlakte: 50 m²

Huur-, energie- en servicekosten: € 620,03
Gezellig Wonen pakket: € 680,00
Totaalprijs: € 1300,03

MEER INFORMATIE
T 088 - 55 748 88
E info@zorgelooswonen.nl
I www.zorgelooswonen.nl

Met Gezellig Wonen bent u verzekerd van een comfortabel verblijf in de beschermde omgeving van een centrum voor Wonen & Zorg. Onder het genot van een kopje koffie of thee kunt u deelnemen aan één van de vele activiteiten die worden georganiseerd en u kunt dagelijks de warme maaltijd gebruiken in het restaurant.

Uw appartement wordt wekelijks schoongemaakt en het alarm op uw appartement zorgt ervoor dat er in geval van nood snel iemand bij u is. Het personeel is 24 uur per dag aanwezig. Dat biedt u én uw omgeving een veilig gevoel. Gezelligheid, zelfstandigheid, veiligheid en goede zorg dichtbij. Daar gaat het om!

Onze medewerkers van het Klantbureau zijn goed geïnformeerd over de actuele stand van zaken in de zorg. Zij begeleiden u graag bij uw zorgvraag, zodat u niet verdwaalt in het doolhof van regels en instanties.

5 DAAGSE AUTOREIS
VANAF
€159,⁹⁵ P.P.



Sauerland ALL-INCLUSIVE!

ALPIN HOTEL SUPERIEUR
LOCATIE: Schmalleberg / Winterberg

Het hotel ligt in het plaatsje Graftschaf, midden in een bosrijk gebied gelegen in de driehoek, Schmalleberg, Winterberg en Bilstein en ademt een landelijke sfeer. Dit zeer bekende vakantie gebied biedt u talloze mogelijkheden voor een zeer afwisselende vakantie. Alpin Hotel is een sfeervol, multifunctioneel hotel met alles onder één dak en beschikt over 116 goed uitgeruste kamers, allen met douche/bad, toilet, TV (met Nederlandse zenders) en een zitje. Alle kamers zijn per lift bereikbaar. Tevens beschikt dit hotel over een verwarmd binnenzwembad en sauna, volop ontspanning dus!

5-daagse topvakantie ALL-INCLUSIVE

- + Ontvangst met warme lunch of koffie en gebak
- + 4x overnachting met uitgebreid "Enjoy" ontbijtbuffet
- + 4x warme lunch of lunchpakket
- + 4x een uitstekend driegangen keuzemenu
- + **Dagelijks alle drankjes van 17:00 t/m 24:00 GRATIS**
- + **NIEUW:** koffi corner, koffie en thee gehele dag **GRATIS**
- + **GRATIS** dagtocht per luxe touringcar door het Sauerland
- + **GRATIS** Sauerlandkaart voor gratis openbaar vervoer
- + Kortingen voor diverse attracties
- + 's Avonds regelmatig vertier en entertainment, o.a.:
Magic Woboshow, live muziek, wandeling en quizavond
- + **GRATIS** gebruik van binnenzwembad en sauna van het hotel
- + E-bike verhuur station
- + **GRATIS** diverse auto-, fiets- en wandelroutes met lunchpakket

Enjoyhotels, vindt u aan de Moezel en Eifel en in het Sauerland!



AANKOMSTDATA EN PRIJZEN

10, 17, 24 oktober.....	€ 249,95
31 oktober	€ 199,95
7, 14, 21 november.....	€ 199,95
4, 12, 18 december.....	€ 199,95
2 januari.....	€ 159,95
8, 12, 16, 20, 28 januari.....	€ 199,95

Nederlands gesproken

Kijk voor meer informatie op enjoyhotels.nl of bel 0049 2953 9626 580

Voor alle Enjoyhotels geldt geen aanbetaling, geen boekings-, en reserveringskosten, geen 1-persoonskamer toeslag.

Alle fouten voorbehouden en exclusief eventuele toeristenbijdrage.

Clïëntondersteuning

Onze vrijwillige clïëntondersteuners zijn grondig opgeleid om onze leden te kunnen ondersteunen bij Wmo-vraagstukken.



Ouderen in Afrika

Bij KBO-Brabant ondersteunen we de stichting Oud in Afrika. Ons project realiseert staaroperaties bij ouderen in Ethiopie. Kijk op pagina 21 voor meer informatie.

Ons Platform

We vinden het belangrijk dat alle senioren wegwijs raken op internet. Daarom hebben we ons eigen digitale bureaublad ontwikkeld voor onze leden: Ons Platform.



Fotografie: Ivo Hutten

Gezellig samen dineren

Aan het eind van een zonnige dag in 's-Hertogenbosch schuiven vier dames en twee heren aan voor een gezellig diner. Vol verwachting en een beetje gespannen. Ze kennen elkaar niet, maar hebben één ding gemeen: ze zijn alleenstaand en zouden graag wat meer gezelschap willen in hun leven.

De 72-jarige Ria laat zich in Restaurant Croy een mooi glas wijn inschenken. 'Het is spannend met wie je aan tafel komt te zitten, maar ik ben gelukkig niet op m'n mondje gevallen.' En inderdaad: al gauw raakt ze in gesprek met haar buurman aan tafel, Henk. Ze zijn het erover eens: je weet nooit wat voor leuke contacten je overhoudt aan een diner met gelijkgestemden. Ria: 'Het is fijn om samen dingen te ondernemen. Ik ben nu twee jaar alleen en dat bevalt me niet.'

Heerlijk stijldansen

Het ijs is al snel gebroken. De zes tafelgenoten zijn bijeen gebracht door Match4Dinner, een organisatie die gezellige diners organiseert voor kleine groepen vrijgezellen. Ze werken samen met KBO-Brabant om ook oudere alleenstaanden tijdens een maaltijd met elkaar in contact te brengen op basis van vooraf opge-

'Ik ben energiek en wil nog lang niet achter de geraniums zitten'

geven informatie over henzelf. Een gezellige avond uit, dat is het idee. Vriendschappen of misschien relaties kunnen een mooie bijkomstigheid zijn. De 65-jarige Mies vertelt: 'Een relatie is voor mij niet het doel. Ik zou het leuk vinden als ik iemand vind die af en toe met me uit wil. Er is voor mij niets leuker dan een avond

heerlijk stijldansen. Maar zonder danspartner wordt het niks. Ik ben energiek en wil nog lang niet achter de geraniums zitten. Daarom doe ik mee aan dit diner: je weet nooit wie je tegenkomt en of het klikt.'

Geluk zit in kleine dingen

Er wordt lekker gekletst en onder-tussen geniet iedereen van het eten. Henk (72) houdt van dit soort gelegenheden: 'Ik vind het al snel gezellig. Een potje kaarten of een borreltje. Geluk zit in kleine dingen. Maar niet in je eentje, want daar is weinig aan. Het mooiste van samenzijn is dat je er voor elkaar bent. Daarom zoek ik een maatje.' Als Mies haar dessert naar binnen lepelt, zegt ze: 'Dit is zeker voor herhaling vatbaar. Het was een leuke kennismaking, ongedwongen en gezellig.' Samen lekker eten smaakt altijd naar meer! ●

Eet u mee?

In samenwerking met KBO-Brabant organiseert Match4Dinner op diverse locaties in de provincie gezellige etentjes in gezelschap van minstens zes personen met een prettige man-vrouwverhouding.

Interesse?

Stuur een mail naar info@match4dinner.nl of geef uw telefoonnummer door via KBO-Brabant, (073) 644 40 66. Regelmatig worden er speciale KBO-etentjes georganiseerd. Zo ook op zondagmiddag 23 oktober, donderdagavond 24 november en Tweede Kerstdag 26 december.

Veilig online

Brabantse senioren wegwijs maken op internet – dat is het doel van de nieuwe cursus Veilig online van KBO-Brabant. Centraal staat het werken met Ons Platform, een laagdrempelig digitaal bureaublad, speciaal ontwikkeld voor ouderen. In het gemeenschapshuis in Odiliapeel vond onlangs de eerste cursus plaats.

'Hoe moet 'ie eigenlijk aan?' De meeste leden van KBO Odiliapeel zijn nog wat onwennig met een tablet in de handen. Maar daar zal snel verandering in komen. In een driedelige cursus gaan ze een ontdekkingsreis maken op internet. KBO-Brabantvoorzitter Frans Slangen is afgereisd naar Odiliapeel om de aftrap te geven van de cursus Veilig online. 'Het is voor ons geen optie om een grote groep mensen als verloren te beschouwen voor deze digitaliserende samenleving. Internet is immers een belangrijk middel waarmee je langer thuis kunt blijven wonen.' Naast de informatieve en sociale functie die de digitale wereld biedt, wil KBO-Brabant via Ons Platform in de nabije toekomst verbindingen creëren met de gezondheidszorg.

Abracadabra

Fons Braks, voorzitter van KBO Odiliapeel, is zeer enthousiast over Ons Platform én over de cursus Veilig online. Hij legt uit: 'We kiezen er bewust voor om eerst de oudste leeftijdscategorie over de drempel te helpen. Door juist de "oude senioren" online wegwijs te maken, willen we laten zien hoe gebruiksvriendelijk en laagdrempelig Ons Platform is. 'De jongste cursist van vandaag is 75 lentes jong, de oudste heeft 94 jaar op de teller staan.'

Cursusleidster Natalie van Grinsven begint met de eerste uitdaging: het aanzetten van de tablets. Het is even



zoeken naar de juiste knop, maar al snel lichten alle schermen op. 'Help, mijn tablet springt direct weer op zwart!', roept Tonnie van Bommel verbaasd. Natalie legt uit dat dit zo is ingesteld om de batterij van het apparaat te sparen. Voor Tonnie is de techniek nog allemaal 'abracadabra'. Haar kinderen vinden het dan ook de hoogste tijd worden dat ze online uit de voeten kan. 'Kun je dat nou nog niet, ma?', zeggen ze telkens. Ik vind deze cursus een uitkomst voor een internetgroentje zoals ik.'

Vrienden maken

Natalie bespreekt een aantal 'cubes'. Dit zijn toepassingen in de vorm van een icoontje, waarmee je het digitale bureaublad aan je eigen behoeften kunt aanpassen. Ze legt uit: 'Als u het icoontje "Mijn Buurt" aanklikt, vindt u lokale nieuwsberichten uit het Brabants Dagblad, maar bijvoorbeeld ook inwonersnieuws uit de gemeente. En buurtbewoners die zich hebben aangemeld voor Ons Platform kunt u toevoegen als vriend. Zo kunt u onderling berichtjes uitwisselen.' Ook de radiofunctie blijkt een populaire toepassing onder de deelnemers. Jo Tielmans weet inmiddels hoe het werkt. 'Met één druk op de knop kun je alle zenders online luisteren. Het geluid kan je eenvoudig harder en zachter zetten door op het plusje of minnetje te drukken', legt ze uit. Aan het eind van de ochtend zijn de deelnemers al aardig wijzer geworden. Ze kijken uit naar volgende week, dan zullen ze kennismaken met een aantal andere toepassingen. In de tussentijd kunnen ze thuis oefenen, want de tablet mag tijdelijk, samen met een beknoppte handleiding van Ons Platform, mee naar huis. ●

Ons Platform

Ons Platform is een digitaal bureaublad dat is afgestemd op de behoeften van senioren. Het vergemakkelijkt het gebruik van internet op zowel computer als tablet. Het bevat allerlei functies op het gebied van nieuws, zorg, ontmoeting en ontspanning. Door de intuïtieve opzet en het gebruiksgemak is Ons Platform toegankelijk voor iedereen, zelfs voor mensen zonder ervaring op internet en mét de grootste drempelvrees. **Ons Platform wordt gratis beschikbaar gesteld voor KBO-leden en dat geldt ook voor de (leen)tablets tijdens de cursus. Kijk voor meer informatie over een cursus bij u in de buurt op www.kbo-brabant.nl.**

In de regio West-Brabant is de afgelopen jaren veel energie gestoken in het verbeteren van het openbaar vervoer (OV). Zo zijn bushaltes aangepast en rijden er comfortabele bussen die óók goed bruikbaar zijn voor minder mobiele reizigers met bijvoorbeeld een rollator, een rolstoel of kinderwagen. Daarnaast zijn er in heel West-Brabant enthousiaste vrijwilligers opgeleid die alles weten over het OV en u graag (weer) op weg helpen; de zogenaamde mobiliteitsconsulenten.

ZOEKT U HULP BIJ VOORDELIG REIZEN MET HET OPENBAAR VERVOER?

Wat zijn mobiliteitsconsulenten?

Mobiliteitsconsulenten helpen u op weg door vragen te beantwoorden over het gebruik van het OV en de OV-chipkaart. Ook kunnen mobiliteitsconsulenten écht met u op pad gaan om in de praktijk uit te leggen hoe bijvoorbeeld de (buurt)bus werkt.

U kunt contact opnemen met een mobiliteitsconsulent als u:

- Vragen heeft over reizen met het openbaar vervoer en andere (lokale) vervoersmogelijkheden, zoals de (elektrische) fiets en vrijwillige vervoersdiensten.
- Vragen heeft over het aanvragen en/of gebruik van de OV-chipkaart.
- Behoeft een persoonlijk reisadvies op basis van uw reisbehoefte en mogelijkheden.
- Reizen met het openbaar vervoer in de praktijk wilt uitproberen en het prettig vindt als er iemand met u mee reist om te laten zien hoe het OV werkt.

Contact opnemen met een mobiliteitsconsulent bij u in de buurt?

Mobiliteitsconsulenten zijn verbonden aan lokale vrijwilligersorganisaties. Om in contact te komen met een mobiliteitsconsulent bij u in de buurt, kunt u contact opnemen met een van onderstaande organisaties:

Gemeente	Via organisatie	Tel. nummer	Mailadres
Bergen op Zoom	WijZijn Bergen op Zoom	0164-299491	klussendienst@wijzijntraversegroep.nl
Roosendaal	WijZijn Roosendaal	06-38772526/140165	wonenplus@wijzijntraversegroep.nl
Woensdrecht	Brede Welzijnsinstelling	0164-672049	info@bwiwoensdrecht.nl
Steenbergen	SWO Steenbergen	0167-763702	

Mobiliteitsconsulenten gezocht!

Lijkt het u leuk om zelf aan de slag te gaan als mobiliteitsconsulent? Dat kan natuurlijk ook! Om mobiliteitsconsulent te worden hoeft u zeker geen ervaren OV-kenner te zijn, maar moet het wel leuk vinden om te leren en gemotiveerd zijn om anderen te helpen. U probeert zich daarbij te verplaatsen in de vraag en informatiebehoefte van de ander.

Lijkt het u leuk om aan de slag te gaan als mobiliteitsconsulent? Stuur dan een e-mail naar bureaudeeltaxi@west-brabant.eu.



Niet bewegen funest voor spierkracht

Spierkrachtraining helpt meneer Miedema weer vooruit

Een week op bed liggen door een longontsteking of een buikgriep heeft grote gevolgen voor de spierkracht van alle spieren in het lichaam. Niet het eerste waar je aan denkt bij een longontsteking. De spierkracht kan hierbij fors afnemen tot gemiddeld 15% na een week. Voor Wendy Traets, fysiotherapeut bij Groenhuysen, is het een bekend fenomeen. "Zeker voor 70-plussers kan het nadelige gevolgen hebben, zoals verminderde zelfstandigheid, afhankelijkheid en verhoogde kans op vallen en zelfs op overlijden, wanneer hier niets aan gedaan wordt."

Leeftijd speelt een rol

"Ook wanneer je niet ziek bent, neemt je spierkracht af naarmate je ouder wordt. De medische term voor leeftijdsgebonden afname in spiermassa en spierfunctie is 'Sarcopenie'. Uit onderzoek blijkt dat al vanaf je dertigste de spierkracht afneemt. Het begint langzaam maar vooral boven de leeftijd van zeventig jaar gaat het hard. Dan neemt de spierkracht af met zo'n 3,5% per jaar. Factoren die het verergeren zijn weinig bewegen, het eten van te weinig eiwitten, ziekte en bedlegerigheid. Spierkrachtraining en het eten van voldoende eiwitten spelen bij de behandeling een belangrijke rol."

"Ik wil in beweging blijven"

Meneer Miedema (92 jaar) ondervond aan de lijve dat zijn algemene gezondheid achteruitging, maar liet het er niet bij zitten. "Ik kreeg een jaar geleden steeds meer moeite met opstaan uit een lage stoel en kon eigenlijk niet meer lopen zonder ergens aan vast te pakken. Ik wil wel in beweging kunnen blijven om mijn zelfstandigheid te houden en om mijn sociale contacten te onderhouden. Ik heb graag grip op de zaken. Mijn huisarts verwees me door naar fysiotherapeut Wendy Traets van Groenhuysen. Ik kom nu wekelijks bij haar

in de behandelpraktijk van De Bloemschevaert."

"Na een paar maanden merkte ik ineens dat de training vruchten begon af te werpen. Ik realiseerde me dat ik zonder al te veel moeite weer uit een lage stoel kon opstaan. Om me wat makkelijker te kunnen verplaatsen heeft Wendy gekken naar de mogelijkheden van een rollator. Een laag model bleek voor mij minder geschikt, omdat ik dan erg vooroverbuig als ik loop. Ik heb nu een hoger model."

"Door de leuke spelvorm heb je niet het idee dat je traint"

"Ik train vooral mijn spieren, maar doe ook balansoefeningen. Ze hebben Silverfitness met een heus mollenspel voor een goede balans. Door de leuke spelvorm, waarbij computerspellen worden gecombineerd met fitness, heb je niet het idee dat je traint. Ook fiets ik heel wat af in de behandelpraktijk met beelden die op een scherm worden getoond. Ik kan dan kiezen uit vele plaatsen en prachtige berglandschappen. Laatste fietste ik door Scheveningen, in de buurt waar ik vroeger heb gewoond. Prachtig toch? Ik ben blij dat ik de stap heb genomen om mijn spieren te gaan trainen en daardoor minder afhankelijk van anderen ben."

"Samen komen we tot mooie resultaten"

Wendy Traets is fysiotherapeut bij Groenhuysen, gespecialiseerd in de zorg voor de ouder wordende mens, ook als het gaat om complexe gezondheidsproblemen. "Afhankelijk van de hulpvraag en mogelijkheden van de cliënt is de behandeling gericht op afname van de klachten en het behouden of verbeteren van de zelfstandigheid. Vaak bestaat de training uit meerdere onderdelen om tot het gewenste effect te komen. Toen ik een jaar geleden met meneer Miedema kennismaakte liep hij niet stabiel en had hij moeite met opstaan uit een stoel. Dit werd grotendeels veroorzaakt door verminderde spierkracht. Niet zo vreemd als je bedenkt dat hij 92 jaar is. Tijdens de trainingen worden zowel de armspieren als de beenspieren flink op de proef gesteld. Door spierkrachtraining in combinatie met balanstherapie loopt hij nu zekerder en kan hij op zijn eigen tempo zelfstandig uit de voeten. De behandeling is er nu op gericht om dit minimaal op pijl te houden en waar mogelijk nog te verbeteren. Ik vind het mooi om te zien dat meneer Miedema zo gemotiveerd is. Daardoor kunnen we samen tot mooie resultaten komen!"



Voor Behandeling & Begeleiding kunt u bij Groenhuysen terecht!

Behandeling thuis is ook mogelijk.
Diëtist | Logopedie | Fysiotherapie | Ergotherapie

U kunt contact opnemen met de Afsprakenlijn van Groenhuysen via:
T 088 - 55 743 08
E behandeling@groenhuysen.nl
I www.groenhuysen.nl/behandeling

Te jong?

Denkt u: ik ben te jong voor een seniorenvereniging? Niet bij KBO-Brabant. Er zijn mogelijkheden te over om uw bijdrage te bieden én om gebruik te maken van ons aanbod.



Ledenpas

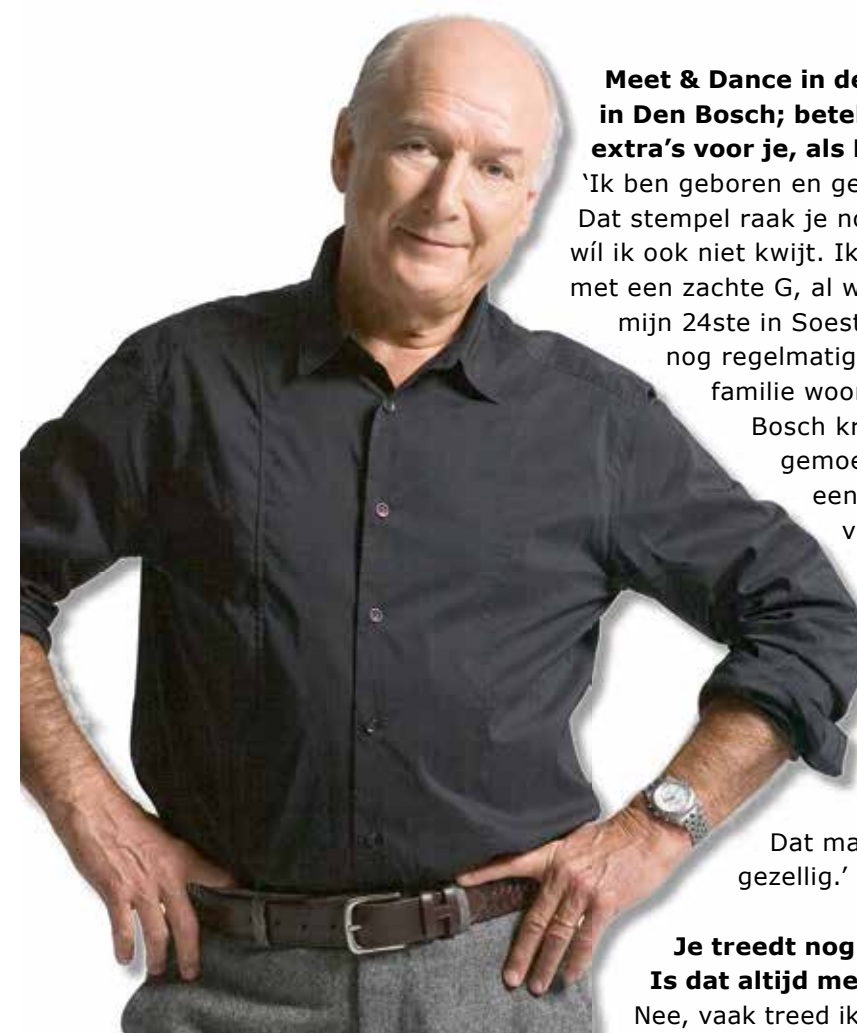
Onze leden krijgen de KBO-Ledenpas, waarmee ze kortingen ontvangen bij allerlei bedrijven - lokaal, regionaal en landelijk.

Schrijvers en vertellers

Vertelt u graag verhalen? Of bent u een talentvol en fervent schrijver? Meld u dan aan bij Sagaam. Voor meer informatie kunt u kijken op pagina 21.

'Ik kan dit blijven doen tot ik 90 ben'

Peter Koelewijn (75) is een van de artiesten die op 6 november optreedt op het grote dansevenement Meet & Dance in de Brabanthallen in Den Bosch. Deze zomer toerde hij door Nederland en België met zijn Rockets, die ook van de partij zullen zijn op 6 november. 'Optreden geeft zo'n kick! Als je voor een enthousiast publiek staat, geeft dat extra adrenaline, daar blijf je van overeind.'



Meet & Dance in de Brabanthallen in Den Bosch; betekent dat iets extra's voor je, als Brabander?

'Ik ben geboren en getogen in Brabant. Dat stempel raak je nooit kwijt en dat wil ik ook niet kwijt. Ik praat nog steeds met een zachte G, al woon ik al sinds mijn 24ste in Soest. Ik kom ook nog regelmatig in Brabant, mijn familie woont daar. In Den Bosch krijgt die Brabantse gemoedelijkheid nog een extra dimensie, vind ik. En het is ook nog eens een heel mooie stad. Mijn band, The Rockets, bestaat ook uit allemaal Bosschenaren. Dat maakt het heel gezellig.'

Je treedt nog regelmatig op. Is dat altijd met de band?

Nee, vaak treed ik solo op of met een lokale band of tape. De tournee met The Rockets is wel weer anders.

Normaal duren mijn optredens een minuut of veertig, die met The Rockets twee keer een uur - dat is nogal wat. Het grootste deel van het repertoire kan ik niet op een krukje zingen, daar moet wel enige actie in gepleegd worden. En het is soms ver rijden. Gisteravond 255 kilometer heen en weer terug.'

Je bent nu 75, hoe hou je zo'n optreden vol?

'Ik doe er niets extra's voor. Ik heb een goede conditie, daar moet ik Onze Lieve Heer voor danken. En ik heb het mijn hele leven gedaan, je went eraan. Als ik nu voor het eerst de Nijmeegse Vierdaagse zou lopen, zou ik na tien kilometer uitgeput op de stoep zitten met duizend blaren op mijn voeten. Maar het staan op de bühne, optreden, dat geeft zo'n kick! Als je voor een enthousiast publiek staat, geeft dat extra adrenaline, daar blijf je van overeind. En de lol met de jongens hè, dat helpt ook.'

Je bent het optreden dus nog niet zat?

'Nee, zeker niet. Het is heel erg leuk om mensen te vermaken. Vooral als je ziet dat ze het oké vinden wat je doet. Kijk, ik hou ermee op als ik het fysiek niet meer kan of als de mensen het niet meer leuk vinden. Dan is het natuurlijk snel afgelopen. Maar als mensen blijven komen, dan kan ik dit blijven doen tot ik negentig ben.'

'Meet & Dance heeft een zeer gemêleerd programma, van Kraayenhof tot Koelewijn en alles wat daar tussenin zit. Dat lijkt me verschrikkelijk leuk!'

Is het bij jouw optredens normaal dat mensen dansen, zoals straks de bedoeling is bij Meet & Dance?

'Dat verschilt. Gisteren zaten ze voor het grootste gedeelte, maar ik weet niet hoe het morgen zal gaan. Het kan best zijn dat het dan andersom is. Ik heb natuurlijk ook wel een aantal legendarische nummers. Als we *Kom van dat dak af* spelen, dan gaat de hele tent uit z'n bol. En we hebben er nog een paar: *Je wordt ouder papa*, *Angeline m'n blonde seksmachine*, *Mij oh mij* en *Who the f*ck is Alice*. Er zijn nogal wat nummers die veel mensen goed kennen.'

Wat mogen we verwachten van jullie optreden bij Meet & Dance?

'Daar treden we één uur op. En we moeten gaan uitspitten wat dansbare nummers zijn. Het zwaartepunt komt op de rock-'n-roll te liggen. Dan kom je toch gauw aan *Kom van dat dak af*, *Je wordt ouder papa* en *Blue suede shoes*. En *Speel die dans*, want dat wil Arnold Verhoeven graag, de organisator van Meet & Dance. En ik ken Arnold: als hij iets in zijn hoofd heeft, dan moet het ook gebeuren. Hij heeft gezorgd voor een zeer gemêleerd programma, van Kraayenhof tot Koelewijn en alles wat daar tussenin zit. Dat lijkt me verschrikkelijk leuk!'

Het evenement is vooral gericht op vijftigplussers?

'Nou, dansen is van alle leeftijden. En Arnolds stelling is dat mensen eens af moeten van datingsites en dat soort dingen. Want de beste datingsite die er is, is een dansavond waar mensen elkaar ontmoeten. Het dansen is afgenomen en dat wil hij nieuw leven inblazen. Ook voor de jeugd. Bij ons optreden gisteren was ongeveer de helft vijftigplus en de rest was tussen de vijftien en vijftig. En die staan net zo hard te swingen!'

Meet & Dance

Komt u ook naar het grootste dansfeest ooit op zondag 6 november, van 15.00 tot 22.00 uur in de Brabanthallen te 's-Hertogenbosch?

Op zondag 6 november vindt in de Brabanthallen in Den Bosch het grootste dansfeest ooit plaats! Meet & Dance is een muziekevenement met dansshows en de meest uiteenlopende orkesten, artiesten en dj's. Onder meer de Dutch Swing College

Band, ABBA Gold Europe, Peter Koelewijn, Conny Vink en het Carel Kraayenhof Ensemble zijn van de partij. KBO-Brabant is nauw betrokken bij Meet & Dance, omdat dansen een ontspannende en gezonde bezigheid is en ontmoeten in onze genen zit. Bij voldoende aanmeldingen vanuit KBO-Brabant wordt er bovendien speciaal voor ons een extra (besloten) hal ingericht waar we onder ons even kunnen uitblazen of verder dansen. Hoe meer zielen, hoe meer vreugd!

De prijs voor een ticket aan de kassa op 6 november bedraagt € 27,50, online betaalt u € 20,-, exclusief € 1,99 administratiekosten per persoon. Tickets kunnen online worden besteld op onze speciale website: www.kbo.meetanddance.nl.



KRAAK.

OVER ALLES WAT
BRABANT BEZIG HOUDT

KIJK ELKE
ZONDAG
VANAF 12.00 UUR

ARJO KRAAK

OMROEPBRABANT.NL/KRAAK

B OMROEP
BRABANT
HET GEVOEL VAN HIER

www.vdnavastgoed.nl



Zonder zorgen, direct uw woning verkopen

Ontzorgen en zekerheid bieden, dat is wat Marcel van der Net van VDN Vastgoed doet. "Mensen die snel hun huis willen verkopen, om diverse persoonlijke redenen, weten de weg naar VDN Vastgoed te vinden. Om de overwaarde alvast te verzilveren is het nu ook mogelijk om de woning na verkoop terug te huren" zegt van der Net.



Nu ook:
Verkoop-
terug-huur
mogelijkheid

WIJ KOPEN ZELF !

Hoe ziet het totaalaanbod van VDN Vastgoed er uit?

De verkoper ontvangt:

- Een vrijblijvende taxatie;
- Direct een reëel bod;
- Een mogelijke aanbetaling;
- Zelf de keuze voor de passeerdatum;
- Geen notaris- of makelaarskosten;
- De mogelijkheid de eigen woning terug te huren.

Neem voor een vrijblijvende afspraak contact op met Marcel van der Net :
T: 0161-493 268 M: 06-51 75 46 86 E: info@vdnavastgoed.nl

Sauerland

Landhotel Am Park

ALLES
INCLUSIEF

Alles-Inclusief genieten in het mooie Sauerland (D)

4-daags Alles-Inclusief Arrangement
3 overnachtingen /op basis van eigen vervoer



- Gratis bootreis (vanaf 1 maart tot 1 november)
- Gratis Sauerland Card
- 3x overnachting
- 3x een heerlijk ontbijtbuffet
- 3x een lekker 3-gangen diner
- Dagelijks een gratis lunchpakket
- 1 avond gezellige live-muziek
- Nieuwe leuke wandel- en autoroutes
- Gratis toegang tot het tropische zwembad in Bad-Fredeburg
- Gratis leuke boottocht

Inclusief drankjes tussen 18:00 en 24:00 uur

(Bieren, wijnen, frisdranken, vruchtensappen, koffie en thee, jenever, apfelkorn en vieux)

VOOR DIT ARRANGEMENT GELDEN DE VOLGENDE AANREISDATA:

159,00 PP	111,11 PP	129,00 PP	129,00 PP
1 oktober	1 november	3 december	2 januari
10 oktober	12 november	6 december	6 januari
13 oktober	15 november	9 december	9 januari
16 oktober	21 november	12 december	13 januari
22 oktober	27 november	15 december	16 januari
25 oktober	30 november	18 december	20 januari
31 oktober		21 december	23 januari
			27 januari
			30 januari
	nov (zakgeldmaand):		



SLECHTS
€ 159,00
per persoon

Kijk op onze website voor onze andere leuke arrangementen!

Sauerland

Landhotel Am Park, In der Schmiedinghausen 36, 57392 Bad-Fredeburg

Reserveren: 0049-2974-96250 Nederlands gesproken

www.hotelampark.nl

GARANTIE
100%
LAAGSTE
PRIJS!
GARANTIE

Samen sterk

Verbondenheid staat voorop bij KBO-Brabant. We helpen elkaar waar we kunnen én we trekken samen op om op te komen voor seniorenbelangen.



Aantrekkelijk

Met 130.000 leden zijn we een interessante doelgroep voor aanbieders. Onze leden krijgen bijvoorbeeld korting op hun zorgverzekering, energie en telefoonabonnementen.

In wijk en dorp

Onze 300 lokale Afdelingen dragen bij aan een plezierig leefklimaat in de wijk en het dorp. Samen zorgen onze vrijwilligers ervoor dat het goed toeven is in Brabant.

Pensioenstelsel

Bij KBO-Brabant zetten we ons in voor het behoud van ons pensioenstelsel. Pensioenfondsen die ten onrechte hebben gekort, pakken we juridisch aan.



Brabants erfgoed

Erfgoed laat zien waar we vandaan komen en wie we zijn - dat is onze overtuiging. Daarom organiseren we samen met Erfgoed Brabant regelmatig cursussen en studiedagen.

Sportief

Ouderen achter de geraniums? Niet bij KBO-Brabant. We bieden allerlei sportieve activiteiten: van fiets- en wandeltochten tot een heus golfkampioenschap.

KBO-reis naar Oostende

Kunst, gezelligheid en lekker eten!

Begin juni. Een flinke groep KBO'ers is op vakantie in Oostende. Niet zomaar een vakantie; ze hebben zich opgegeven voor de KBO-themareis 'Uit de kunst' en komen voor een midweek schilderen, gezelligheid en lekker eten. Ondanks het ronduit slechte weer is de sfeer uitstekend: 'Het is hier heerlijk, en de contacten zijn zo gezellig!'



Het is donderdag 2 juni, de vierde en voorlaatste dag van de KBO-kunstreis naar Oostende. Bij binnenkomst in hotel De Kinkhoorn zien we meteen een aantal KBO'ers in de Wintertuin zitten, een ruime serre met prachtig uitzicht op zee. Ze zijn omringd door schildersezels, penselen, tubes verf, schilderdoeken, stapels papier... Geconcentreerd zijn ze aan het schilderen: ze zetten de laatste puntjes op de i, want vanavond vindt de expositie plaats van het werk dat ze de afgelopen dagen gemaakt hebben.

Onstuimige zee

Een van de mensen in de Wintertuin is Marijke Wilhelm (70). Als schilderdocent begeleidt ze de reizigers bij hun kunstwerken, en dat doet ze met veel plezier: 'Mensen worden zo blij van wat ze schilderen - gevorderden en beginners. Het leuke van de reis is ook dat er leuke uit de hele provincie meegaan. Dat biedt de gelegenheid om nieuwe mensen te ontmoeten en dat maakt het erg bijzonder.' Terwijl Marijke haar

behoorlijk onstuimig. We zien witte schuimkoppen tegen een grijze lucht. Er staat een straffe wind en het regent flink. Niet helemaal wat de deelnemers verwacht hadden, zo begin juni. Maar ze laten het weer geen roet in het eten gooien en blijven er niet voor binnen. Zo hebben ze deze week een bezoek gebracht aan Mu.Zee, het museum voor Belgische kunst van 1830 tot nu. En onder leiding van een gids hebben ze een wandeling gemaakt door het oude Oostendse

Puddinkjes, gebakjes, ijs...

Tegen 18.00 uur verzamelen de KBO'ers zich in de grote eetzaal voor het diner. Ze hebben een eigen 'box' - een ruimte die speciaal voor hen gereserveerd is. Wim van Beers (67) staat bij het buffet: 'Het eten hier is "op z'n Bels": royaal, lekker en met veel wijn.' Hij wijst naar de tap (!) waaruit iedereen zelf zijn eigen glaasje wijn kan inschenken. 'Zoveel als je wilt! En het toetjebuffet... dat is ongekend.' Inderdaad: we zien een keur aan puddinkjes, gebakjes, ijs en andere zoetigheden. Net als Marijke is ook Wim mee als workshopbegeleider. 'Ik vind dat zo mooi om te doen, hè, mensen verder helpen met hun tekening of schilderij. Vooral het begin van een werk vraagt veel aandacht. Omdat we de groep tekonaars hebben opgesplitst, heb ik daar volop gelegenheid voor.' Dat Wim een inspirerende docent is, blijkt wel uit de reactie van Thea Gadella (83): 'Ik schilder al heel lang, maar ik heb toch nieuwe dingen geleerd. Ik zit bij Wim in de groep en hij geeft zulke goede aanwijzingen... ik neem 'm mee naar huis!' Aan tafel ontmoeten we Chris en Toos Kneefel (beiden 66), leden van KBO Bladel. Zij zijn een van de echtparen die mee op reis zijn. Toos

vertelt enthousiast: 'Het leuke is dat we allebei kunnen doen waar we zin in hebben. Chris doet mee aan de schilderworkshops, ik niet. Er zijn zo veel andere activiteiten - ik amuseer me prima!' Ook Heidi Friermuth (79), lid van KBO Eindhoven St. Trudo, doet andere dingen dan schilderen: 'Ik heb van alles ondernomen: aquajoggen, gymmen, zwemmen, eten... Het is hier heerlijk! En de contacten zijn zo gezellig. Gisteren zijn we met acht dames met de tram naar Knokke gegaan, daar hebben we koffie gedronken, winkels gekeken. Dat was gezellig!'

Veel plezier

Na het eten verzamelt het gezelschap zich in de Wintertuin voor de opening van de expositie. De kelners delen jus d'orange en kir royal uit. Wilma Schrover, directeur van KBO-Brabant, is deze dag ook aanwezig en aan haar valt de eer te beurt om het lintje door te knippen. Of nou ja... het stuk toiletpapier door te scheuren! Na een korte toespraak van reisleidster Fonsa Gosma en docent Wim van Beers wordt er geproost op een geslaagde vakantie en kunnen we de werken bewonderen. Er staan ware pareltjes tussen! Dat vond ook een

'Het leuke is dat we allemaal kunnen doen waar we zin in hebben'

'Gisteren zijn we met acht dames met de tram naar Knokke gegaan, dat was gezellig'

medewerkster van het hotel. Zij viel voor een landschap, gemaakt door Elly Stoop (67), lid van KBO Lieshout, en wilde het graag kopen. Elly: 'Ik dacht dat ze een grapje maakte, maar ze meende het serieus. Ik zei: "Je mag het hebben, neem het maar mee naar huis!"' Op de achtergrond klinkt vrolijke accordeonmuziek. Een blik door de klapeuren naar de bar leert dat er een accordeonist op het podium zit en dat er al vol gedanst wordt. De KBO'ers nemen plaats aan een lange tafel in de gezellige bar. Godelieve Suijkerbuijk (64), lid van KBO Roosendaal, toont zich een ware gangmaker en krijgt heel wat reisgenoten aan het dansen. Ze vertelt: 'Bij KBO Roosendaal doe ik mee aan zumba en ballroomdans. Ik dans altijd, ook als ik thuis aan het poetsen ben. Dansen, muziek... ik hou ervan!'

Cappuccino met slagroom

Tegen half twaalf is het optreden van de accordeonist afgelopen en verlaten ook de laatste KBO'ers de bar. We treffen elkaar de volgende ochtend weer bij het ontbijt. Heerlijke broodjes met zoet en hartig beleg, fruit, yoghurt, muesli, zelfs roerei met spek - de keuze is wederom groot. Na het ontbijt en nog een lekkere cappuccino (met slagroom!) in de bar, is het tijd om weer naar huis te gaan. De comfortabele touringcar rijdt om stipt 11.00 uur voor. Onderweg zal hij stoppen in Breda, waarna hij een aantal Brabantse gemeenten aandoet om iedereen zo dicht mogelijk bij huis af te zetten. In de regen rijdt een bus vol tevreden mensen richting Brabant. Iedereen is het er over eens: volgend jaar weer! Maar dan met mooi weer! ●

Uit de kunst!

De themareis Uit de kunst van 30 mei tot en met 3 juni 2016 werd georganiseerd door KBO-Brabant en Vayamundo. De deelnemers verbleven in hotel De Kinkhoorn, pal aan de boulevard van Oostende. De week stond in het teken van schilder- en tekenworkshops, en daarnaast was er volop gelegenheid voor eigen activiteiten. De reizigers hadden plezier uit het excursieprogramma van KBO-Brabant en het animatieprogramma van Vayamundo. Fonsa Gosma van KBO-Brabant had de reisleiding in handen. Ze zorgde ervoor dat alles gestroomlijnd verliep en was continu aanwezig voor vragen, opmerkingen én gezelschap!

Oog om Oog

Bij KBO-Brabant hebben we ons 'eigen' goede doel. Samen met de stichting Oud in Afrika hebben we medio 2014 een fonds opgericht voor het realiseren van staaroperaties bij ouderen in Ethiopie. Het project heet Oog om Oog. De oogziekte staar maakt ouderen afhankelijk van anderen. Ze kunnen niet of onvoldoende voor zichzelf zorgen. Soms moet een kleinkind 'dienst doen' als begeleider, waardoor het niet naar school kan.

We geven ook om ouderen in Afrika

Maar vaak wonen de kinderen te ver weg om hun ouders of grootouders te kunnen helpen. Bij een staaroperatie snijdt het mes dus aan twee kanten: de oudere kan weer zien en zelfstandig leven, en het kleinkind kan weer naar school. Een operatie aan een oog kost in Ethiopië slechts 35 euro, maar dat is voor veel ouderen daar niet op te brengen. De donaties voor Oog om Oog gaan naar het 'outreach'-programma van een oogkliniek in het

stadje Nekemte. Een klein mobiel team trekt er regelmatig op uit om ter plekke operaties uit te voeren bij patiënten in de meest afgelegen delen van het land. ● **Als u ons collectebusje ziet en u heeft een muntje te missen... onze dank is bij voorbaat groot! U kunt ook rechtstreeks een donatie overmaken naar Stichting Oud in Afrika onder vermelding van 'Oog om Oog' op bankrekeningnummer NL05 RABO 0116 7161 85.**



'Ik ben oprecht geïnteresseerd in mensen'



Gerda van Haaren-van den Boogaart (71, lid van KBO Berlicum) heeft zich aangemeld als verhalenophaler. 'In mijn werkzame leven was ik docente Nederlands op diverse middelbare scholen. Ik ben oprecht geïnteresseerd in mensen en hoor vaak dingen waarvan ik later denk: jammer dat dit niet gedeeld kan worden met anderen. Daarom vind ik het fijn om mensen te helpen bij het vastleggen van hun verhalen. Er zijn zoveel mooie, leuke en ontroerende verhalen die de moeite van het bewaren waard zijn.'

Gezocht: verhalenvertellers en verhalenophalers

'Ontdek je geschiedenis' - dat is de slogan van Sagaam, een internetplatform dat bijzondere verhalen van vroeger en nu wil bewaren voor de toekomst. KBO-Brabant en Sagaam hebben de handen ineen geslagen door samen te zoeken naar verhalenvertellers en ervaren schrijvers die de verhalen op kunnen halen.

We spreken en denken in woorden, en we zijn met elkaar verbonden door verhalen. Dat is het uitgangspunt van Sagaam. Dit online platform biedt de mogelijkheid een eigen verhaal op te slaan, zodat anderen het nu en in de toekomst kunnen lezen. De bekende auteurs Nelleke Noordervliet en Adriaan van Dis hebben zich

als ambassadeur aan het initiatief verbonden. 'Je moet verhalen vastleggen, want voordat je het weet ben je alweer in een volgend tijdperk beland', stelde Nelleke Noordervliet in een interview in ons ledenmagazine Ons. ●

Aanmelden voor Sagaam

Omdat we ook bij KBO-Brabant doordrongen zijn van het belang van verhalen, zijn we samen met Sagaam op zoek naar verhalenvertellers én 'verhalenophalers'. Houdt u van mooie verhalen, hebt u een vlotte pen en wilt u verhalenophaler worden? Of wilt u een mooi, bijzonder of ontroerend verhaal - klein of groot - dat u graag met anderen wilt delen, laten schrijven door een ervaren schrijver? Neem dan contact op met info@kbo-brabant.nl onder vermelding van 'Sagaam' of bel ons kantoor (073) 64 44 066. ●



PLUSBUS

Aangepast vervoer van deur tot deur.

De PLUSBUS rijdt op werkdagen van 9.00 tot 17.00 uur.

U kunt telefonisch reserveren tussen 9.00 - 11.00 uur.

U reserveert minimaal 1 dagdeel vóór gebruik.

Voor reservering van de PLUSBUS belt u 0167-541138

Algemeen:

Heeft u vragen of wilt u meer informatie over de activiteiten en diensten van SWOS en Steunpunt Mantelzorg Steenbergen.



Kom langs, bel of mail
Fabrieksdijk 6
4651 BR Steenbergen

Telefoon: 0167-541137
info@swo-stb.nl
www.swo-steenbergen.nl

Uw deuren, keukens of trap:

De slimme oplossing: weer nieuw in meestal 1 dag!



- ✓ Zonder uitbreken, vuil of lawaai
- ✓ Deuren nooit meer verven
- ✓ Voor alle deuren en ruimtes geschikt
- ✓ Keuze uit meer dan 1000 modellen
- ✓ Nieuwe treden van hout, laminaat of vinyl
- ✓ Uitbreken van de trap niet nodig
- ✓ Meer veiligheid dankzij antislip-neus
- ✓ Naar wens met verlichting
- ✓ Nieuwe, moderne fronten op maat
- ✓ U spaart veel geld
- ✓ Uitbreiding naar uw wensen
- ✓ Modellen: klassiek, design, landelijk

Kwaliteit sinds
meer dan
40 jaar

PORTAS-vakbedrijf
BJW Moergestel
De Sonman 10
5066 GJ MOERGESTEL

PORTAS®
De renovatiespecialist Nr. 1 in Europa

013-504 49 32 • www.bjw.portas.nl

Senior-Comfortwinkel

Gespecialiseerd in zitten, slapen en mobiliteit



Verlangt u ook zo naar een comfortabele zithouding op maat? Kom dan eens vrijblijvend bij ons langs, en wij helpen u hierbij

Senior-Comfortwinkel - Kade 28 - 4703 GG Roosendaal (NB)
Tel: 0165-395 880 - www.senior-comfortwinkel.nl



Nu bestellen of
meer weten?
Bel TWB:
088 - 560 2104

Zeer
voordelig
proeven!

slechts
€ 3,99
per maaltijd

Bestel nu een
proefpakket!
5 heerlijke maaltijden
voor € 19,95
en maak kans op een
magnetron
t.w.v. € 195,-



Uw actiecode:
05 - 1016 1136

Proefpakket

- Slavink in jus met spinazie en aardappelpuree
- Nasi goreng met kipsaté
- Macaronischotel
- Runderlapje in jus met bloemkool en aardappelpuree
- Grootmoeders kippannetje kippenpoot met groenten en gebakken aardappelen

Kom bij **ONS**

Ontmoet u graag andere mensen? Zet u uw talenten graag in voor de belangenbehartiging van ouderen? Bent u op zoek naar leerzame, sportieve, culturele of ontspannende activiteiten in de buurt? Dan bent u bij seniorenvereniging KBO-Brabant aan het juiste adres!

Met 300 lokale Afdelingen is KBO-Brabant altijd bij u in de buurt. De Afdelingen maken zich sterk voor uw belangen richting gemeenten en andere overheidsinstanties. Daarnaast kunt u gebruikmaken van de dienstverlening van onze vrijwillige cliëntondersteuners, ouderenadviseurs, belastinginvalhulpverleners en thuisadministrateurs. Of misschien heeft u wel interesse om zelf toe te treden tot ons enthousiaste team van vrijwilligers?

Plezierig leefklimaat

Een KBO-lidmaatschap begint dicht bij huis, in een van onze lokale Afdelingen, die op hun beurt onderdeel uitmaken van KBO-Brabant.

Samen zetten we ons in voor actieve deelname van ouderen in de samenleving, voor de bevordering van onderlinge sociale contacten en zelfredzaamheid. We dragen bij aan een plezierig leefklimaat in de wijk, het dorp, de stad en de provincie.

Serieuze gesprekspartner

Met 130.000 leden is KBO-Brabant de grootste vereniging in Noord-Brabant en een van de drie grootste seniorenverenigingen in Nederland. We zijn een serieuze gesprekspartner voor overheden en andere instanties en waar mogelijk werken we samen met andere organisaties en (senioren) verenigingen. We zijn ook een interessante doelgroep voor aanbieders van diensten en producten, waardoor we onze leden aantrekkelijke kortingen kunnen bieden op hun energie, telefonie, zorgverzekering, en ook bij de lokale middenstand. Bovendien ontvangt u elf keer per jaar Ons, ons eigen ledenmagazine dat u op de hoogte houdt van ontwikkelingen die voor senioren van belang zijn. ●

Wat hoort er bij het lidmaatschap van KBO-Brabant?

- Deelname aan activiteiten op het gebied van cultuur, ontspanning, sport, zingeving en educatie.
- Uitdagende en inspirerende mogelijkheden om vrijwilligerswerk te verrichten.
- Behartiging van uw belangen op landelijk, provinciaal en lokaal niveau, in het bijzonder op het gebied van inkomen, zorg, mobiliteit, welzijn en wonen.
- Ondersteuning bij Wmo-vraagstukken door onze cliëntondersteuners.
- Juridische ondersteuning in het sociaal domein via onze helpdesk van (vrijwillige) oud-rechters en -advocaten.
- Elf keer per jaar het ledenmagazine Ons.
- Toegang tot Ons Platform, het online platform dat is afgestemd op de behoeften van senioren.
- Toegang tot relevante informatie via

- de (besloten) website van KBO-Brabant: www.kbo-brabant.nl.
- Toegang tot onze datingsite Groet & Ontmoet voor het vinden van een levens-, stap-, reis- of klusmaatje.
- Onze Ledenpas, waarmee u korting krijgt bij (lokale) bedrijven.
- Collectiviteitskorting op bijvoorbeeld zorgverzekeringen, telefonie en energie.



Kosten lidmaatschap

We willen de lidmaatschapskosten van onze vereniging zo laag mogelijk houden. Voor circa 25 euro per jaar bent u lid van zowel KBO-Brabant als van uw lokale KBO-Afdeling. De contributie van KBO-Brabant is voor alle leden in de provincie gelijk, die van de Afdeling wordt door de leden zelf lokaal bepaald en kan dus iets naar boven of naar beneden afwijken. Vandaar dat we zeggen 'circa 25 euro per jaar' voor het combinatielidmaatschap. Als u nu lid wordt, betaalt u voor de rest van het jaar 2016 slechts 10 euro contributie. ●

Bespaar met KBO-Brabant op telefonie- en stroomkosten

Bij KBO-Brabant willen we onze leden helpen te besparen. We hebben bijvoorbeeld scherpe collectieve contracten op het gebied van telefonie en energie.

Waarom zou u kiezen voor Ons Energiecollectief?

- ✓ Blijvend verzekerd van energie tegen inkooprijzen.
- ✓ Persoonlijk advies van uw vertrouwde KBO-klantenservice.
- ✓ Wij regelen uw overstap, geen gedoe!

Kies voor Ons Energiecollectief

Wilt u besparen op uw vaste lasten? Dan is overstappen naar Ons Energiecollectief – een initiatief van KBO-Brabant en Energiebesteding BV – een goed begin. Gemiddeld kan een KBO-lid € 340,- per jaar besparen op energiekosten. Wilt u weten wat u kunt besparen? Stuur een mail naar klantenservice@onsledenvoordeel.nl of bel (085) 486 33 63. U kunt uw jaarafrekening ook per post sturen naar: KBO-Brabant Ons Energiecollectief Postbus 1469 4700 BL Roosendaal Vermeld uw telefoonnummer of e-mailadres op de jaarafrekening, zodat wij u kunnen informeren.

Goedkoop bellen

Speciaal voor leden van KBO-Brabant biedt T-Mobile hoge kortingen en vele extra's. Zo heeft u al voor € 6,95 per maand 250 MB en 50 belminuten. Kijk voor meer informatie op www.onsledenvoordeel.nl/ons-telefonie.

De KBO-voordelen op een rij

- ✓ Geen aansluitkosten à € 29,95.
- ✓ Gratis Altijd Extra Veilig Online virusbescherming à € 35,76.
- ✓ € 15,- korting op een smart-phone-training.
- ✓ 20% korting op T-Mobile-accessoires.

Contact / Colofon

Voor meer informatie kunt u terecht bij de lokale KBO-Afdeling in uw omgeving. Een overzicht van alle Afdelingen in Brabant vindt u op www.kbo-brabant.nl. Daarnaast kunt u terecht bij KBO-Brabant.

KBO-Brabant

Postbus 3240
5203 DE 's-Hertogenbosch
(073) 644 40 66
info@kbo-brabant.nl
www.kbo-brabant.nl

Uitgever

Romeo Delta Multimedia BV
Postbus 101, 7130 AC Lichtenvoorde
(0544) 35 22 35
www.romeodelta.nl

Inhoudelijke verzorging

mooi mag., Velp, www.mooimag.com

Oplage

± 28.000 stuks per editie
Totale oplage: 425.000, 15 edities

Verstribding

Gesegmenteerd Huis-aan-Huis

Wilt u lid worden?

U kunt zich aanmelden door deze bon in te vullen of door telefonisch contact op te nemen met KBO-Brabant.

Ja, ik wil graag lid worden. Neem contact met mij op:

Naam:

Adres:

Postcode en woonplaats:

E-mailadres:

Telefoonnummer:

Datum:

Naast het lidmaatschap ben ik ook geïnteresseerd in vrijwilligerswerk.



COMPLETE BRIL OP UW STERKTE INCLUSIEF GRATIS OOGMETING

Eyelope Brillen heeft een samenwerking met diverse verkooppunten bij u in de buurt. Dit betekent voor u dat u hier een complete Eyelope-bril kunt kopen op uw eigen sterkte. Tevens is het mogelijk om een gratis oogmeting te laten doen zonder afspraak.

Hoe werkt Eyelope?

Een winkelmedewerker, die van ons een optiekopleiding heeft gekregen, adviseert u bij de aanschaf van een bril. Na uw keuze kan de sterkte van uw ogen te worden bepaald. Hiervoor kan de medewerker een gratis oogmeting bij u verzorgen.

Uw bestelling wordt in productie genomen en u betaalt de bril aan de kassa. Binnen 14 dagen wordt uw bril afgeleverd in de winkel en ontvangt u een afhaalbericht. Daar zal de Eyelope-deskundige uw bril afstellen. Onze opticiens zien toe op de kwaliteit van uw bril. U ontvangt een factuur, die u eventueel zelf kunt indienen bij uw zorgverzekering.

We wensen u alvast veel kijkplezier!



KEUZE UIT MEER DAN 175 MONTUREN!

De **zeven beloftes** van Eyelope:

- Inclusief** montuur en glazen op sterkte (óók kosteloos met cilinder en zonneglas)
- Inclusief** Niet goed = geld terug garantie
- Gratis** oogmeting, zonder afspraak
- Gratis** ontspiegeling bij blanke glazen
- Gratis** kraswerende laag
- Gratis** dunner geslepen vanaf sterkte 3.00
- Gratis** luxe brillenkoker



Bril op sterkte
voor veraf óf dichtbij en
met de zeven beloftes!

€45
compleet

Actie t/m 15 okt. 2016 en op
vertoon van actiecode 557873

Multifocale bril
met onzichtbaar leesgedeelte
en met de zeven beloftes!

€95
compleet

Actie t/m 15 okt. 2016 en op
vertoon van actiecode 696509

Een nieuwe manier van brillen kopen: via een Eyelope verkooppunt bij u in de buurt!



DROGISTERIJ | PARFUMERIE

DIO Drogisterij - Parfumerie Michelle
Zonneplein 5-7
BERGEN OP ZOOM
Tel. 0164-233416

OPEN:
ma 10.30-18 u, di-woe 9-18 u,
do-vr 9-20 u, za 9-17 u

DIO Drogisterij-Parfumerie Poleij-Janse
Raadhuisstraat 94
HOGERHEIDE
Tel. 0164-612733

OPEN:
ma 10.30-18 u, di-woe 9-18 u,
do-vr 9-20 u, za 9-17 u

Drogisterij Keij
Lindenburg 7-9
ROSENDAAL
Tel. 0165-549169

OPEN:
ma 10.30-18 u, di-woe 9-18 u,
do-vr 9-20 u, za 9-17 u