

Senioren Belangen



Woudenberg / Scherpenzeel / Renswoude

Nieuwsbrief november 2018

Secretariaat: G.J. Grotentraast,
Stationsweg-West 129,
3931 EL Woudenberg
033 286 2747
Telefoon:
E-mail: info@seniorenbelangen.net
Website: www.seniorenbelangen.net
Bankrekening nr.: NL87 RABO 0307 9301 30

Contact Scherpenzeel / Renswoude:
A.J. van Riet, Dorperhoek 1, 3925 LS Scherpenzeel
T: 033 277 1982, E: a.j.v.riet@ziggo.nl

Redactie:
E.G.J. Kroonsberg, Schans 23, 3931 KJ Woudenberg
T: 033 286 3563, E: edkroonsberg@gmail.com

Inhoudsopgave

| | |
|---|-----------|
| Van de bestuursafel | 2 |
| Foto's 5-daagse reis Willesbadessen | 2 |
| Rijbewijskeuringen in Scherpenzeel | 2 |
| Rijbewijskeuring via de FASv | 2 |
| Beleidsplan FASv 2018 – 2022 | 3 |
| Verslagen van bijeenkomsten / activiteiten | 3 |
| Grote belangstelling bij filmvertoning van Senioren Belangen | 3 |
| Halfjaarlijks overleg tussen Senioren Belangen, SWO-S en PCOB. | 4 |
| Gezellig samenzijn en lekker eten bij Senioren Belangen | 4 |
| Klein Beraad SWO Woudenberg | 4 |
| Dag van de Ouderen 3 oktober 2018 | 5 |
| Komende activiteiten Senioren Belangen | 5 |
| Muziekmiddag met de Muzidima's op 16 november (herinnering) | 5 |
| 'Snertshow' 22 november (herinnering) | 6 |
| Voor u gelezen | 6 |
| Wat kun je in en rond je huis veranderen om gezond oud te worden? | 6 |
| Tips & Trucs / (Wetensw)aardigheden | 8 |
| Pas op: criminelen azen op uw stukgeknijpte bankpasjes | 8 |
| Cybercriminelen zetten valse websites in om zorggegevens te achterhalen | 9 |
| Ledennieuws | 10 |
| Maand september 2018 | 10 |
| Nieuws en activiteiten van andere lokale verenigingen / organisaties | 10 |
| Bridge clinic Scharuk (herhaald bericht) | 10 |
| Alzheimer Café Woudenberg-Scherpenzeel | 11 |
| <i>Onderwerp: Dementie Vriendelijke Gemeente.</i> | 11 |
| Coalitie Erbij Woudenberg | 11 |
| Activiteiten SWO | 11 |
| Geplande activiteiten Senioren Belangen | 12 |
| Aanmeldingsformulier "Snertshow" donderdag 22 november | 13 |

Van de bestuurstafel

Foto's 5-daagse reis Willesbadessen

Diegene die met de 5-daagse reis zijn mee geweest en foto's willen hebben kunnen zich melden bij Peter van Loon. Hij heeft de foto's van de 5-daagse reis in zijn bestand.

Zijn mailadres is: riaenpeter@telfortglasvezel.nl

Als je een mailtje naar Peter stuurt krijg je de foto-bestanden op je mail.

Rijbewijskeuringen in Scherpenzeel



Scherpenzeel - Automobilisten kunnen zich via Regelzorg Rijbewijskeuringen in samenwerking met SWO-SR op 2 november en 7 december in Het huis in de Wei, Vijverlaan 2 medisch laten keuren voor de verlenging van hun rijbewijs.

Een afspraak maken met de arts kan via Regelzorg Rijbewijskeuringen. Telefonisch: 088 23 23 300. Zelf een datum plannen: www.regelzorg.nl.

Automobilisten van 75 jaar en ouder betalen € 40,00. Voor houders van rijbewijs C/D/E tot 75 jaar is het tarief € 60,00.

Voor de keuring is een Gezondheidsverklaring nodig. Dit keuringsformulier is verkrijgbaar bij de meeste gemeenten, het CBR of Regelzorg.

Advies is om ten minste vijf maanden voor het verlopen van het rijbewijs een afspraak te maken voor de keuring.

Voor vragen kunt u contact opnemen met Els Koopman, 06 28543996 of e.koopman@regelzorg.nl

Rijbewijskeuring via de FASv

Ook als FASv-lid kunt u korting krijgen voor uw verplichte rijbewijskeuring.

Wanneer u als FASv-lid namelijk gebruik maakt van <https://www.rijbewijskeuringsarts.nl> zijn de kosten € 35,00 voor een keuring van rijbewijs B/E.

Ook is het mogelijk om dit telefonisch te doen, bel daarvoor: 036-7200911. Hier kunt u dan een afspraak maken.

Uw rijbewijs moet elke tien jaar worden vernieuwd; vanaf 65 jaar is deze termijn korter. De overheid heeft namelijk bepaald dat bestuurders vanaf 75 jaar minimaal elke vijf jaar een medische keuring moeten ondergaan om het rijbewijs te kunnen vernieuwen.

Er zijn een paar spelregels:

- Regel het op tijd (het kan enige tijd duren voordat u terecht kunt!).
- U heeft een Eigen Verklaring nodig, u kunt deze kopen bij veel gemeenten, bij een rijsschool of via <https://www.cbr.nl> (met DigiD).
- Tot uw 75e is, op het moment dat uw rijbewijs verloopt, een medische keuring niet noodzakelijk. Daarna is een verklaring nodig van een arts (bij voorkeur een andere arts dan uw huisarts).
- Bent u tussen de 65 tot 70 jaar? Dan is uw rijbewijs geldig tot uw 75e.

- Bent u ouder dan 70? Dan is uw rijbewijs maximaal 5 jaar geldig.
- Na uw 75e krijgt u elke 5 jaar een medische keuring. Na elke keuring is uw rijbewijs maximaal 5 jaar geldig.
- Kijk voor uitgebreide informatie op: <https://www.cbr.nl> (o.a. voor rijgeschiktheid en/of rijbewijs op hogere leeftijd).
-

Beleidsplan FASv 2018 – 2022

De FASv heeft recentelijk een eerste versie van een beleidsplan 2018 – 2022 naar de besturen van de aangesloten verenigingen gestuurd.

Aan de besturen van de aangesloten verenigingen is gevraagd om via de vertegenwoordigers in de federatieraad commentaar en/of suggesties aan te dragen om te komen tot een definitief beleidsplan.

Omdat het volledige beleidsplan te veel tekst in deze nieuwsbrief zou innemen stuur ik voor geïnteresseerden hierbij [de link naar het document](#). De link staat ook bij “nieuwsberichten” op de website.

(PS: Onze vertegenwoordigers in de federatieraad zijn Bart Keus en Henk Achterberg)

Verslagen van bijeenkomsten / activiteiten

Grote belangstelling bij filmvertoning van Senioren Belangen

Op vrijdagmiddag 19 oktober hebben vele leden van Senioren Belangen en een flink aantal niet leden genoten van de film: Loving Vincent. De voorzitter Frits Velker heette alle aanwezigen welkom.

Anneke van Werkhoven van de activiteitencommissie hield een inleiding, waarin zij vertelde hoe deze bijzondere film over het leven van Vincent van Gogh tot stand is gekomen.



Loving Vincent is een animatiefilm, maar wel eentje, die net even anders is. Elk plaatje is een olieverfschilderij dat door een kunstenaar is gemaakt. Voor het tot stand komen van deze film waren 65000 schilderijen nodig. 125 schilders zijn daar een paar jaar mee bezig geweest.

Deze schilders maakten een schilderij dat werd gefotografeerd. De foto's werden achter elkaar gemonteerd tot speelfilm. De kunstenaars wisten wat voor afbeeldingen ze moesten maken, omdat de gehele film eerder als een gewone speelfilm met acteurs was opgenomen.

Voor de filmvertoning en in de pauze werd er koffie en thee geserveerd met wat lekkers erbij. Kortom weer een heel gezellige goed bezochte ontspanningsmiddag bij Senioren Belangen Woudenberg / Scherpenzeel / Renswoude.

Halfjaarlijks overleg tussen Senioren Belangen, SWO-S en PCOB.

2 Oktober was weer het halfjaarlijks overleg tussen Senioren Belangen, SWO en PCOB in Scherpenzeel. Tijdens dit overleg worden ervaringen uitgewisseld over diverse lopende zaken en kwamen o.a. de Verzilverlening en de oprichting van een Senioren Raad aan de orde. Beide projecten zijn in ontwikkeling en onder de aandacht van de Gemeente Scherpenzeel gebracht. Wij hopen hierover spoedig meer te kunnen vertellen.

Ook blijkt dat in Renswoude het "Tafeltje Dekje" project, dat wordt verzorgd door Smaak Idee, zeer goed wordt ontvangen. Men ontvangt steeds meer aanvragen. Het eten wordt vers en warm aangeleverd.

Gezellig samenzijn en lekker eten bij Senioren Belangen

(Krantenartikel n.a.v. Chinese maaltijd)

Steeds meer leden en niet leden vinden de weg naar de activiteiten, die iedere maand georganiseerd worden, door Senioren Belangen Woudenberg / Scherpenzeel / Renswoude.

Op 21 september werd er in een zeer gezellige sfeer, genoten van een voortreffelijk Chinees Buffet, geserveerd in MFC de Schans te Woudenberg.

Senioren Belangen is een vereniging, die zich op vele lokale terreinen inzet voor senioren. Van collectieve lokale belangenbehartiging tot persoonlijke ondersteuning.

Voor meer informatie over de diensten en activiteiten van Senioren Belangen Woudenberg / Scherpenzeel / Renswoude zie website: <http://www.seniorenbelangen.net> of bel met Jan Harskamp, telefoonnummer 033 -2863461.

Klein Beraad SWO Woudenberg

Op 26 september heeft het dagelijks bestuur van Senioren Belangen deelgenomen aan het door de SWO georganiseerde z.g.n. Klein Beraad.

Aan dit Klein Beraad nemen verder deel: Coöperatie De Kleine Schans, gemeente Woudenberg, PCOB en de SWO (voorzitter).

Dit overleg tussen gemeente, SWO, Kleine Schans, PCOB en Senioren Belangen vindt 1 of 2 maal per jaar plaats.

Tijdens het voorstelrondje, introduceerde de heer Eppinga zich als vice voorzitter van de PCOB.

Ellen van de Vlist, als directie van Coöperatie De Kleine Schans, gaf uitleg over het huidige functioneren en de uitdagingen waarvoor we nog staan, met name het in de hand houden van de kosten. Inmiddels is o.a. een Werkatelier (projectgroep) gevormd om te trachten voorstellen te doen m.b.t. mogelijk meer kosten efficiënt te werken. Hieraan neemt ook een van de bestuursleden van Senioren Belangen deel.

Verder wordt er onderzocht of er een meer effectieve manier is om inwoners van Woudenberg bekend(er) te maken met Coöperatie De Kleine Schans.

Dag van de Ouderen 3 oktober 2018



Ook dit jaar werd de Dag van de Ouderen weer gehouden in Restaurant Boschzicht te Scherpenzeel op 3 oktober 2018.

De middag werd georganiseerd door de SWO, Senioren Belangen en PCOB.

Nadat iedereen voorzien was van een lekker kopje koffie of thee en een lekkere koek, die was gesponsord door Senioren Belangen, kwam een kleurrijk gezelschap "zigeuners" binnen. Dit was het Spoorkoor op Stoom uit Woudenberg. Zij kwamen de aanwezigen vermaken met een prachtig optreden wat in het teken stond van het leven van Dehlia van wieg tot graf, met als boodschap erin verweven "Leef" en "Heb het leven lief". Vele bekende melodieën met toepasselijke tekst werden ten gehore gegeven.

Na afloop van het optreden werd een heerlijke maaltijd geserveerd voor degene die zich hiervoor hadden opgegeven.

Kortom, het was weer een gezellige middag c.q. avond, waarbij vele mensen hebben kunnen genieten van muziek, elkaars gezelschap en lekker eten.

Komende activiteiten Senioren Belangen

Muziekmiddag met de Muzidima's op 16 november (herinnering)

Deze Woudenbergse dames komen voor ons optreden op 16 november. Het optreden bestaat uit mooie luisternummers en een vrolijk repertoire met een hoog meezingehalte.



Van links naar rechts: Tine, Trix, Dorien, Jeannette, Yvonne en Jennie.

Wilt u deze vrolijke muzikale middag ook bijwonen, dat kan op **vrijdag 16 november** in MFC De Schans in Woudenberg.

Aanvang : 14.30 uur.

Kosten : voor leden gratis, voor niet leden € 5,00.

Consumpties: koffie en thee gratis en na afloop een verrassing.

Informatie: www.seniorenbelangen.net of 033-2772300 / 2863478

'Snertshow' 22 november (herinnering)



Speciaal voor leden organiseert Senioren Belangen op donderdag 22 november een uitstapje naar de 'Snertshow' in zalencentrum "Het Witte Huis" in Noord-Brabant. Tijdens de show, met live artiesten, kunt u o.a. genieten van erwtensop met roggebrood en spek. Verdere details komen in de nieuwsbrief van november en op de website van Senioren Belangen.

Vertrek op donderdag 22 november met bus van Jan van Delen om 11.00 uur vanaf de Camp. Voorlopige plan is om aan het begin van de avond weer terug te zijn in Woudenberg. Voor een hele middag entertainment en eten betaalt u per persoon € 25,00.

Opgave voor deelname kan nog tot **uiterlijk 15 november** door het invullen van het aanmeldingsformulier onder aan deze nieuwsbrief of via de website van Senioren Belangen ([opgave deelname 'Snertshow'](#))

Voor u gelezen ...

Wat kun je in en rond je huis veranderen om gezond oud te worden?

Met deze tips leef je actiever, maak je gezondere keuzes en verklein je het risico op onder andere hartziekten, kanker en dementie.

Hussel de koelkast

Veel mensen mijden de koelkast in de hoop dat ze dan niet gaan snacken. Je kunt het beter omdraaien en van de koelkast een gezonde snackplek maken. Leg druiven, wortels, komkommers, radijsjes en kerstomaten voor het grijpen. Niet in de groentelade, maar in het midden. Je pakt dan automatisch een gezonder alternatief in plaats van kaas of worst. Zet meteen ook een kan water met een schijfje citroen in de deur, zodat je altijd een gezonde dorstlesser hebt klaarstaan.

Kies voor klein

Wil je graag afvallen, maar lukt het niet? Kleinere borden zorgen voor kleinere porties. Als je het ontbijtservies gebruikt voor de avondmaaltijd eet je bijna vanzelf een kwart minder calorieën. Dat tikt aan. Wie van vruchtensap of frisdrank houdt, kan het best kiezen voor longdrinkglazen. Uit onderzoek blijkt dat we automatisch 20 procent minder drinken wanneer we uit smalle hoge glazen drinken.

Zet alle kleuren op tafel

Paarse aubergines, gele paprika's, rode tomaten, groene boerenkool, roze grapefruit: koop groenten en fruit in alle kleuren van de regenboog. De kleuren ontstaan door plantaardige kleurstoffen (flavonoïden). Deze kunnen helpen tegen allergieën, ontstekingen en infecties. En ze doen meer. Zo maken flavonoïden bosbessen niet alleen donkerblauw, ze verbeteren ook je geheugen en stimuleren de goede bacteriën in je darmen.

Ban het blauwe licht uit je bed

Is de slaapkamer verduisterd met dikke gordijnen maar slaap je desondanks niet goed? Als je voor het slapen puzzels oplost op de tablet, bezig bent met je mobieltje of tv kijkt, zou het weleens daardoor kunnen komen. Alle beeldschermen stralen blauw licht uit. Dit licht onderdrukt het slaaphormoon melatonine en daardoor slaap je slechter. Geen beeldschermen in de slaapkamer dus.

Gun jezelf wat kou

De temperatuur in de woonkamer is meestal ingesteld op zo'n 20 graden. Heel gerieflijk, maar ook ongezond: het is slecht voor je hoeveelheid 'bruin vet'. Dit is vetweefsel met extra mitochondriën, ofwel de energiefabriekjes van de cel. Wie meer bruin vet heeft, verbrandt meer suiker en vet. Veel mensen raken hun bruine vet in de loop der jaren kwijt. Het goede nieuws is dat je het terug kunt krijgen door je lichaam bloot te stellen aan frisse lucht en temperatuurschommelingen. Dat lukt door de thermostaat wat lager te zetten (één graad minder scheelt al) en met koud water af te douchen.

Koester het schemerlicht

In het donker maakt je lichaam slaaphormoon aan en val je makkelijker in slaap. 's Avonds kun je daarom het beste gaan 'schemeren'. Zorg in de slaapkamer voor een lamp die je kunt dimmen, liefst met een warme oranje-gele kleur. Het koele blauwachtige licht van veel spaarlampen remt je slaaphormoon. Wakker worden gaat natuurlijker als het in de slaapkamer langzaam lichter wordt. Dat kan met een wek-lamp die eerst zacht en dan feller licht geeft.

Ontdek hoe gezond een tuinbank is

Een tuinbankje voor de deur nodigt uit om vaker buiten te zitten. In zonlicht maakt de huid vitamine D aan; fijn voor de botten én tegen vermoeidheid. Een bankje helpt ook om vaker contact te leggen met je burens en zo de kans op een depressie te verkleinen.

Haal een sta-tafel in huis

De krant lezen, iets opzoeken op internet: meestal doen we het zittend. Maar wanneer je staat, verbruik je twee keer zoveel energie als wanneer je zit. Staan helpt dus bij afvallen. Het versterkt bovendien je spieren en botten, vermindert de kans op diabetes en helpt tegen lage rugpijn. Zet in de huiskamer een hoge tafel neer en maak er een gewoonte van om staand te lezen in plaats van onderuit te zakken op de bank.

Verstop de tv

Gemiddeld kijken we drie uur per dag tv. En dus zitten veel mensen dagelijks urenlang stil op de bank. Verstop het beeldscherm achter een grote plant en ga iets actiefs doen om je brein te trainen. Pak de gitaar, maak een schilderij, ga puzzelen, zet de naaimachine in de woonkamer of nodig vrienden uit voor een gezellige avond. Sociale contacten verkleinen de kans op dementie.

Omarm de romantiek

Een dimlichtje, fijne kussens, een lekker geurtje: richt je slaapkamer sfeervol in. Dit verleidt om vaker te vrijen en dat helpt weer om beter te slapen. Bij een vrijpartij komt het hormoon oxytocine vrij. Dat ontspant je lichaam waardoor je beter in slaap valt. Wie gezond oud wil worden, moet gezond slapen. Mensen met een slaapttekort hebben de behoefte meer te gaan eten, vooral snacks en snoep. Een slaapttekort maakt ook gevoeliger voor infecties.

Zet de tuindeuren open

Gooi de ramen, balkondeuren of tuindeuren regelmatig even open. Niet alleen voor frisse lucht, maar ook voor daglicht. De zon is belangrijker voor ons dan je zou denken. Elke dag een half uur naar buiten is echt nodig om genoeg vitamine D te maken voor sterke botten.

Maak een geveltuin

Geen voortuin? Kijk of je een geveltuin kunt aanleggen. Een groene omgeving verlaagt stress en nodigt meer uit om naar buiten te gaan. In steeds meer steden halen bewoners een randje stoeptegels bij de gevel weg en zetten er stokrozen of andere planten in. Vroeger mocht het vaak niet, maar inmiddels juichen veel gemeenten het toe. In onder andere Den Haag en Amsterdam krijg je zelfs hulp van de gemeente om een geveltuin aan te leggen.

Meer lezen:

Een deel van deze tips komt uit het boek *Oud worden in de praktijk*. Laat de omgeving het werk doen van Rudi Westendorp (hoogleraar ouderengeneeskunde) en David van Bodegom (verouderingswetenschapper bij Leyden Academy on Vitality and Ageing). Dit artikel is eerder verschenen in Plus Magazine. Geschreven door Heleen Croonen | Gepubliceerd: 27-09-2018

Tips & Trucs / (Wetensw)aardigheden

Pas op: criminelen azen op uw stuk geknipte bankpasjes



De bank zegt altijd: knip uw pas door als u een nieuwe krijgt. Maar cybercriminelen maken daar nu handig gebruik van: ze mailen u uit naam van de bank en vragen u uw doorgeknijpte pas op te sturen, in ruil voor een nieuwe. Maar de chip van een doorgeknijpte pas is nog altijd bruikbaar.

In de e-mail bieden de oplichters namens de bank een splinternieuwe bankpas aan. U hoeft slechts op een knop te drukken, beloven ze. U eindigt op een nepwebsite die lijkt op die van uw eigen bank. Maar niets is minder waar.

Op die site worden allerlei NAW-gegevens gevraagd, zoals uw woonadres, welke pincode u wilt, en natuurlijk wat uw oude pincode is. Met die code kunnen de criminelen uw doorgeknijpte pas alsnog gebruiken.

Het gaat ze om die chip

U wist het misschien nog niet, maar met een doorgeknijpte bankpas kunt u nog steeds pinnen.

Berend Jan Beugel van de Betaalvereniging Nederland licht toe: *"Als je hem doorknijpt zonder de chip te beschadigen kun je de pas aan elkaar plakken en in een pinautomaat stoppen."* De criminelen geven u zelfs tips over hoe u uw bankpas zo kunt doorknippen, dat de chip niet wordt beschadigd. Vervolgens mag u de pas sturen naar Amsterdam-Noord. Daar worden doorgeknijpte bankpassen verzameld en aan de ingestuurde pincodes gekoppeld.

Berend Jan Beugel zegt, dat u nooit uw bankpas zou moeten opsturen naar de bank. *"Ook niet doorgeknijpt. Je hoeft je bankpas nooit op te sturen, want de bank stuurt jou automatisch een nieuwe op. Daar hoeft je niets voor te doen."* En: als u de bankpas toch wil stukknippen, knip dan altijd ook de chip kapot! Gewoon voor de zekerheid.

Bron: [RTL-nieuws](#), David de Wilde

Cybercriminelen zetten valse websites in om zorggegevens te achterhalen

Cybercriminelen maken misbruik van de heroriëntatie van veel Nederlanders op hun zorgverzekering, zo blijkt uit een analyse van [SIDN](#) (Stichting Internet Domeinregistratie Nederland). In deze analyse werden meer dan 450 phishingsites geïdentificeerd met een domeinnaam die misbruik maakt van de naam van een zorgverzekeraar. Traditioneel oriënteren veel Nederlanders zich op een nieuwe zorgverzekering nadat het kabinet tijdens Prinsjesdag haar plannen met betrekking tot zorgverzekeringen bekendmaakt.



Typodomeinnamen

Bij de malafide websites wordt gebruikgemaakt van zogeheten typodomeinnamen. Dit zijn domeinnamen die sterk lijken op de naam van een bedrijf of merk, maar dan met één of meer tikfouten. Deze praktijk staat bekend als typosquatting. Bezoekers die een tikfout maken tijdens het invoeren van de website komen vervolgens op een malafide site uit. Daarnaast zetten cybercriminelen deze domeinnamen ook steeds vaker in om te [adverteren](#) op belangrijke zoekwoorden in Google met betrekking tot het onderwerp. Een bekend voorbeeld hiervan is dat in de domeinnaam de letter 'o' geschreven wordt als het getal nul. Hierdoor valt het de bezoeker minder snel op dat de domeinnaam niet klopt.

Analyse

SIDN heeft de merknamen van alle Nederlandse zorgverzekeraars laten scannen met behulp van de [Domeinnaambewakingsservice](#) (DBS) om alle .nl-domeinnamen in beeld te brengen die lijken op deze merknamen of de merknaam bevat. Dit leverde ruim 14.500 domeinnamen op. Vervolgens zijn deze domeinnamen geïdentificeerd door geautomatiseerd een aantal elementen te analyseren. De uiteindelijke classificatie die hieruit voortkomt, is geen 100% garantie maar wel een sterke indicatie.

Univezorgzaam.nl

Ruim de helft van deze domeinnamen wordt gekwalificeerd als 'Normale site'. In 3% van de gevallen (451 domeinnamen) lijkt het te gaan om phishingsites. Een voorbeeld hiervan is de domeinnaam univezorgzaam.nl. Deze domeinnaam leidt niet naar een website of app van Univé, maar naar appsware.com en een scherm waar de bezoeker aangemoedigd wordt een 'veilige browser' te installeren. Deze bevat malware die in praktijk erg moeilijk te verwijderen is. De merknaam van Univé wordt hier dus misbruikt om malware te verspreiden. De procedure om deze website offline te halen is inmiddels opgestart.

Zorggegevens zijn erg populair

"We zien vaker dat internetcriminelen inspelen op actualiteiten of de introductie van nieuwe tools of diensten. Bij zorgverzekeringen is dat niet anders. Daarom is het zaak dat zorgverzekeraars alert zijn in de drukke periode na Prinsjesdag," zegt Roelof Meijer, algemeen directeur van SIDN.

"Zorggegevens zijn erg populair en op de zwarte markt zelfs meer waard dan creditcardgegevens, omdat ze gebruikt kunnen worden om onterecht zorgkosten te declareren."

Bron: RTL Nieuws 2018 | David de Wilde

Ledennieuws

Maand september 2018

Aanmelding nieuwe leden:

- Mevrouw A.G.Bossema, Laanzicht 49, 3931 RM, Woudenberg
- Mevrouw M.van Setten-Voskamp, Willaerlaan 46 a, 3925 HP, Scherpenzeel
- Mevrouw A.G.IJsseldijke, T. van Amerongenweg 1-08, 3927 BH, Renswoude
- De heer G.Wateler, Laanzicht 56, 3931 RP, Woudenberg

Opzegging lidmaatschap:

- Geen

Overleden leden:

- Geen

Het aantal leden per 1 oktober 2018: **522**

Voor het aanmelden van nieuwe leden kunt u bellen met Jan Harskamp op 033 286 3461 of u kunt zich aanmelden [via onze website](#)

Nieuws en activiteiten van andere lokale verenigingen / organisaties

Bridge clinic Scharuk (herhaald bericht)



Er wordt wel gezegd, wanneer je geen bridgen geleerd hebt, heb je slecht voor je oude dag gezorgd. Nooit meer eenzaam en goed je hersenen getraind. Ben je benieuwd of bridgen wat voor je is, dan is dit nu je kans! Op **dinsdag 11 december 2018** organiseert Bridgeclub Scharuk een bridge clinic.

De clinic is bedoeld om geheel vrijblijvend kennis te maken met het bridgespel als sportbeoefening én als gezelschapsspel. Het motto: wanneer je hebt leren bridgen heb je een hobby voor het leven. De clinic is geheel gratis en vindt plaats in Sport- en Cultureel Centrum de Camp aan de Bosrand te Woudenberg, aanvang om 19.15 uur.

Mocht je geïnteresseerd zijn dan kun je je ook aanmelden voor de beginnerscursus. Die start dinsdag 8 januari 2019 . De kosten bedragen € 95,00 voor het eerste deel en € 10,00 voor het cursusboek.

De cursus wordt gegeven door een ervaren bridgedocent.

Iedereen is van harte welkom.

Voor meer informatie kunt u bellen of mailen met:

Jeanette Unk 06-54278109 of Dick Schouten 033-2866213, e-mail Dick01@kpnmail.nl

Alzheimer Café Woudenberg-Scherpenzeel

Onderwerp: Dementie Vriendelijke Gemeente.

Het Alzheimer Café Woudenberg-Scherpenzeel verzorgt woensdag 14 november een informatieavond voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en vrienden. Ook andere belangstellenden zijn van harte welkom. De gasten praten met elkaar over de dingen die ze meemaken, over dementie en over mogelijkheden voor hulp; allemaal in een gemoedelijke sfeer.

Eén op de vijf Nederlanders krijgt dementie. Omdat we steeds ouder worden, stijgt het aantal mensen met dementie in 2040 naar verwachting naar 550.000. Dat betekent dat meer inwoners én organisaties in iedere gemeente dagelijks te maken krijgt met dementie. Zo ontstaat een gemeenschap waarin iedereen dementie accepteert: van bakker en buurman tot sportclub en wijkagent. Waarin mensen met dementie gewoon boodschappen doen, hun bankzaken regelen, naar hun vereniging gaan of de bibliotheek of een museum bezoeken. En waarin de gemeenschap hen een handje toesteeft wanneer zij het even niet meer weten.

In Woudenberg hebben inmiddels 3 organisaties een cursus gevolgd: Vallei Wonen, de Gemeente Woudenberg en Stichting Welzijn Ouderen Woudenberg. Zij hebben het certificaat 'Dementie Vriendelijke Gemeente' ontvangen. Zij zijn dan ook onze gastsprekers.

Het Alzheimer Café vindt plaats in het Multi Functioneel Centrum de Schans, Schans 33 in Woudenberg. De zaal is open vanaf 19.00 uur. Het programma is van 19.30 tot 21.00 uur. De toegang en de koffie zijn gratis. Info: 06-866 779 57 of via alzheimerscherpwoud@gmail.com

Coalitie Erbij Woudenberg



| Datum/Tijd | Activiteit |
|------------------------------|---|
| 02 nov 2018 19:30 - 21:30 | Muziekmenu in De Camp € 5,- pp De Camp, Woudenberg |

*Aanmelden bij Jeanine Schaling, 033 286 33 73 of <mailto:jeanine@schaling.nl>

Zie de website voor meer informatie www.coalitieerbijwoudenberg.nl

Activiteiten SWO



Internetcafé

Het SWO Internetcafé Woudenberg is op dinsdagmiddag vanaf 13.00 uur in de Schans voor senioren open en ze zijn daar welkom met vragen over toepassingen (applicaties) en het gebruik van hun smartphone, tablet, pc en laptop. De inloop is van 13.00 - 13.30 uur.

Stuur bij voorkeur vooraf een mail naar swow.internetcafe@gmail.com om een probleem, vraag en je komt kenbaar te maken. Dat maakt het goede antwoord geven of het oplossen van een probleem vaak veel eenvoudiger.

Thema Muzieklunch

Na het gezellige succes van de muzieklunches in de zomer geven SWO en Reinaerde vervolg aan de lunches in de vorm van themalunches. Onder het genot van een Franse, Italiaanse of

Nederlandse soep, thematische hapjes en muziek kan men elkaar ontmoeten. De volgende lunch is op donderdag 29 november. Locatie: mfc de Schans. Tijd: 12.15 u, Bijdrage: 2 euro

Nieuwe lessenserie stijldansen in januari

De start van een nieuwe lessenserie stijldansen is verplaatst naar het nieuwe jaar. In januari 2019 starten we bij voldoende belangstelling weer met lessen stijldansen in De Schans. Deze zullen plaatsvinden op woensdagochtend. Man of vrouw, met of zonder partner; iedereen is welkom.

Meer informatie of kennismaken? Neem contact op met Agnes Blaauw, Stichting Dans Leusden: 06-25041544

Jeu de boules

Iedere dinsdag- en donderdagochtend wordt er jeu de boules gespeeld door een groep enthousiaste senioren. Dit vindt plaats in de Veldschans, het park naar de Schans. Er start nu ook een groep op donderdagmiddag om 14 uur. Hiervoor zijn meer spelers van harte welkom. Lijkt het u leuk? Kom gerust eens kijken en/of een spelletje meespelen.

Meer info: Tel. 033- 2863188 of hannivanbemmel@gmail.com

Klussendienst SWO en Repaircafé

Vrijwilligers doen klusjes in en om huis of een boodschap tegen een kleine vergoeding. Tel. 06 30 66 9714.

In het cultuurhuis is elke 3e vrijdag van de maand een zgn. Repaircafé. U kunt hier kapotte apparaten laten repareren. Openingstijd van 14.00 uur tot 16.00 uur in het Cultuurhuis. Let ook op aankondigingen in de pers.

Ouderenvervoer SWO

Vrijwilligers verzorgen vervoer met hun auto, tegen een vergoeding. € 2,- per enkele rit in het dorp en € 0,40 per km. buiten de bebouwde kom. Graag een dag van tevoren aanvragen bij:

Mw. Valkenburg ☎ 033 286 2273

Mw. van Dam ☎ 033 286 40 63

Mw. Voerman ☎ 033 286 1742

Coördinator ouderenwerk SWO: Tineke Smallenbroek, inloopsprekkuur op dinsdag 10.00 – 11.00 uur
Tel. 06-10 33 71 84; e-mail: swow.ouderenadvies@gmail.com

Geplande activiteiten Senioren Belangen

Activiteitenagenda van door Senioren Belangen georganiseerde activiteiten en bijeenkomsten.

Senioren Belangen



| Datum | Tijdstip | Activiteit |
|----------------|-----------------|--|
| 16 november | 14.30 uur | Muziekmiddag met de "Muzidima's" |
| 22 november | 11.00 uur | Snertshow, een middag entertainment in Zeeland (N.Br.) |
| 14 december | 16.00 uur | Boerenkool / zuurkool maaltijd |
| 4 januari 2019 | 14.30 uur | Nieuwjaarsreceptie |

15 februari 2019 14.30 uur Algemene ledenvergadering

Noteer deze datums alvast in uw agenda!

Tenzij anders vermeld vinden de activiteiten plaats in mfc De Schans in Woudenberg

Aanmeldingsformulier "Snertshow" donderdag 22 november

Formulier uitprinten, afknippen of de gegevens overnemen en inleveren bij de aangegeven adressen



U kunt zich tot **uiterlijk 15 november** aanmelden door bijgevoegd strookje in te vullen en in te leveren of u kunt zich aanmelden via het [formulier op de website](#).

Betalen kan alleen via bankrekeningnummer NL87 RABO 0307 9301 30 t.n.v. Senioren Belangen onder vermelding van "deelname Snertshow".

Betalingen à € 25,00 per persoon dienen uiterlijk 15 november op ons bankrekeningnummer te zijn bijgeschreven.

Naam.....

Adres..... Woonplaats.....

Telefoonnummer.....

Lid Senioren Belangen JA / NEE (doorhalen wat niet van toepassing is)

Lidnummer..... Aantal pers.....

Datum van inlevering.....

Inleveradressen aanmeldingsformulier:

Frits Velker Prins Bernhardstraat 31 tel: 033 286 7078
Arie Steinmann van Hogendorplaan 2 tel: 033 286 3996