

Senioren Belangen



Woudenberg / Scherpenzeel / Renswoude

Nieuwsbrief 4, april 2018

Secretariaat: G.J. Grotentraast,
Stationsweg-West 129,
3931 EL Woudenberg
033 286 2747
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, De Nieuwe Poort 50, 3931 JK Woudenberg
T: 033 286 3563, E: edkroonsberg@gmail.com

Inhoudsopgave

Van de bestuurstafel	1
500 ^{ste} lid Senioren Belangen.....	1
Senioren Belangen lid van Coöperatie 'De Kleine Schans'	2
Komende activiteiten Senioren Belangen	3
Wenen walst op 20 april bij Senioren Belangen.....	3
Dagreis Senioren Belangen, 17 mei 2018.....	3
Voor u gelezen	4
Advies beweegrichtlijnen	4
Dit volk gaat het vroegst met pensioen	5
Tips & Trucs / (Wetensw)aardigheden	6
Tips voor veilig internetbankieren	6
<i>Sites met tips en informatie over veilig internetten.....</i>	<i>7</i>
Walgelijke nieuwe babbeltruc.....	7
Rijbewijs keuringen senioren	8
Ledennieuws	9
Maand februari 2018.....	9
Nieuws en activiteiten van andere lokale verenigingen / organisaties	9
Alzheimer café.....	9
Geplande activiteiten Senioren Belangen	10
Aanmeldingsformulier dagreis 17 mei.....	10

Van de bestuurstafel

500^{ste} lid Senioren Belangen

Onze vereniging Senioren Belangen heeft op 12 maart j.l. mevrouw T. van der Wiel, van Hogendorplan 24 in Woudenberg, als 500ste lid verwelkomd. Het bestuur is er trots op dat er in twee jaar tijd een stevige organisatie is opgebouwd met inmiddels ruim 500 leden.



Door onze voorzitter, Frits Velker en bestuurslid Truus Veenendaal-Quaars, werd mevrouw van der Wiel op passende wijze in het zonnetje gezet. Als 500^{ste} lid werd zij thuis verrast met een prachtig boeket bloemen.

Senioren Belangen is voortgekomen uit de afdeling Woudenberg/Scherpenzeel van ANBO en startte in januari 2016 als zelfstandige belangenvereniging voor senioren in Woudenberg, Scherpenzeel en Renswoude. Inmiddels is Senioren Belangen aangesloten bij

de landelijke Federatie van Algemene Seniorenverenigingen (FASv) en via deze ook lid van de NVOG, de landelijke overkoepelende Nederlandse Vereniging van Organisaties van Gepensioneerden en zelfstandige senioren verenigingen, zodat zowel lokaal als landelijk de belangen van onze senioren worden behartigd.

Voor meer informatie over Senioren Belangen, zoals collectiviteitskortingen, maandelijkse nieuwsbrief, reizen en uitstapjes, diverse activiteiten, service voor leden en kortingsaanbiedingen van lokale leveranciers. kan worden gekeken op www.seniorenbelangen.net

Ook lid worden? Kijk op www.seniorenbelangen.net of bel met Jan Harskamp op 033 286 3461

Senioren Belangen lid van Coöperatie 'De Kleine Schans'

De gemeenten zijn vanaf 2015 verantwoordelijk voor de zorg en ondersteuning voor inwoners. Kunnen zelf bepalen hoe ze de organisatie hiervan inrichten. De gemeente heeft samen met maatschappelijke partners en inwoners onderzocht welke organisatievorm hierbij het beste past. In Woudenberg is er na onderzoek gekozen voor op het oprichten van een coöperatie om zo de beste zorg en ondersteuning te kunnen bieden aan inwoners.

Doel van Coöperatie De Kleine Schans.

[Coöperatie De Kleine Schans](http://www.dekleineschans.nl) gaat zorg en ondersteuning bieden aan inwoners van Woudenberg. Daarnaast zorgt de Coöperatie ervoor dat alle maatschappelijke partners elkaar snel en goed weten te vinden en makkelijk met elkaar samenwerken. Op die manier wordt gestreefd naar het organiseren van de beste en meest passende zorg voor onze inwoners, zodat iedereen zolang mogelijk zelfstandig kan leven in Woudenberg. .

Wat houdt het lidmaatschap van de Coöperatie in?

Alle organisaties, verenigingen en zelfstandigen die beroeps- en bedrijfsmatig actief zijn in het sociaal domein in of voor gemeente Woudenberg kunnen lid worden.

Het is mooi als er straks een breed samengestelde coöperatie is, zodat de belangen, de zorg en ondersteuning van alle inwoners van Woudenberg optimaal kunnen worden behartigd.

Senioren Belangen meent dat zij als lid van de coöperatie een rol kan vervullen met betrekking tot de belangen van senioren in het algemeen en haar leden in het bijzonder.



Komende activiteiten Senioren Belangen



Wenen walst op 20 april bij Senioren Belangen

Wie kent niet de aanstekelijke manier van spelen van onze eigen wals-koning André Rieu? Met het Weense repertoire weet hij velen in vervoering te brengen. Maar wist u dat moeders in het begin van de 19e eeuw ten zeerste werden gewaarschuwd hun dochters niet met deze onzedelijke dans in te laten? Waar komt de wals eigenlijk vandaan? En hoe zit het met die beroemde familie Strauss?

Dat gaan we allemaal al luisterend en kijkend en voorzien van wetenswaardigheden meemaken op de lezing van Alice van Rossem op **20 april 2018** in mfc De Schans te Woudenberg.

Tijd: van 14.30 uur tot ca. 16.30 uur.

Entree voor leden gratis, voor niet leden € 3,--.

Koffie en thee gratis, overige consumpties voor eigen rekening. Ook dit keer serveren wij weer enkele lekkere hapjes.

Graag tot ziens op 20 april 2018

Info: tel. 033 - 2863478 / 2772300

www.seniorenbelangen.net

Dagreis Senioren Belangen, 17 mei 2018.

Onze dagreis gaat dit keer naar Friesland.

Vanuit Woudenberg rijden we via Apeldoorn-Zwolle-Meppel-Steenwijk naar Hemrik. Hier worden we ontvangen met 2x koffie en oranjekoek, gevolgd door een demonstratie Tweespanrijden.

Om 12.00 uur rijden we naar Eernewoude, hier gaan we aan boord van een rondvaartboot en varen door Friesland. We krijgen aan boord een koffietafel en nadat we een paar uur hebben gevaren gaan wij naar ons dineradres in Elburg, Restaurant De Haas.

Na een heerlijk diner rijden we terug naar Woudenberg.



De prijs voor deze dagreis € 67,50 voor leden incl. fooi chauffeur.

Niet leden betalen € 75,00 incl. fooi chauffeur.

Vertrek vanaf De Camp, Bosrand te Woudenberg 08.30 uur. Aanwezig zijn 08.15 uur.

Opgeven en betalen s.v.p. **vóór 10 mei**

Opgeven kan via de website ([klik hier voor het opgave formulier](#)) of door het opgave formulier onderaan deze nieuwsbrief in te vullen en in te leveren bij de aangegeven adressen.

Betalen kan op rekeningnummer NL87 RABO 0307 9301 30 onder vermelding van 'dagreis'.

De mogelijkheid om te annuleren alleen in uiterste gevallen.

Voor u gelezen ...

Advies beweegrichtlijnen

Het is ongetwijfeld bekend dat we, binnen onze mogelijkheden, zo veel mogelijk dienen te bewegen en zo veel mogelijk van het leven moeten trachten te genieten. Inmiddels zijn er wetenschappelijk onderbouwde bewegingsrichtlijnen van de Gezondheidsraad gepubliceerd. Het rapport bevat interessante nieuwe zienswijzen om langer fit te blijven.

Het genoemde rapport is uitgebracht door de Gezondheidsraad, die advies geeft aan het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Het oude advies '*beweeg minstens een half uur per dag*' is vervangen door '**beweeg minimaal 150 minuten per week**'. Daarbij wordt aangegeven dat intensiever bewegen meer gezondheidswinst oplevert.

De Gezondheidsraad heeft de recente wetenschappelijke inzichten over de relatie tussen bewegen en gezondheid verwerkt in nieuwe beweegrichtlijnen voor volwassenen. In de nieuwe richtlijnen beveelt de raad nu ook aan om spier- en botversterkende oefeningen te doen en om niet te veel te zitten. Minimaal zouden volwassenen twee en een half uur per week matig intensief moeten bewegen (bijvoorbeeld joggen, wandelen, tuinieren of fietsen).

Ruim de helft van de volwassenen haalt de nieuwe richtlijnen niet volgens cijfers van het RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu).



Voldoende bewegen verkleint het risico op hart- en vaatziekten, diabetes en depressieve symptomen. Ook zijn er aanwijzingen dat het de kans op borst- en darmkanker zou kunnen verkleinen. Bij ouderen verlaagt bewegen ook nog het risico op botbreuken en verbetert het de loopsnelheid en spierkracht.

Persoonlijk beweeg ik liever in de buitenlucht. Ik ben geen sportschoolfiguur die allerlei toestellen en hulpmiddelen wil gebruiken om mijn fysieke staat te verhogen.

Langzaam maar zeker kom ik er achter dat het geen kwestie meer is van verhogen maar veeleer het onderhouden van de conditie en specifieke spierkracht. Eigenlijk precies datgene waar het rapport voor staat. Uit onderzoek blijkt dat de gunstige effecten toenemen met de hoeveelheid bewegen: dus meer bewegen is beter.



Hoewel minder goed wetenschappelijk onderbouwd dan de beweegrichtlijnen wordt ook aangegeven dat lang zitten niet goed is.

Volgens de Gezondheidsraad is meer inzicht nodig in de factoren die mensen helpen of juist belemmeren om genoeg te bewegen. Het is van belang dat mensen bewegen integreren in hun dagelijks leven, bijvoorbeeld door te lopen of te fietsen en door de trap te nemen in plaats van de lift. Een ieder zou zelf kunnen bepalen wat voor hem of haar de meest geschikte vorm van bewegen is.

Het advies om 150 minuten matig intensief te bewegen per week lijkt mij voor de meeste senioren

een haalbare doelstelling. Bewegen geeft immers plezier. Dus kom in beweging.

Indien u geïnteresseerd bent in meer details kijk dan even bij onderstaande links:

<https://www.gezondheidsraad.nl/nl/taak-werkwijze/werkterrein/preventie/beweegrichtlijnen-2017>

<https://www.gezondheidsraad.nl/nl>

Dit volk gaat het vroegst met pensioen

En nee, het zijn niet de Grieken.

Die hele crisis in Griekenland zou de schuld zijn van de Grieken zelf. Moesten ze maar niet zo vroeg met pensioen gaan, klonk het jarenlang. Maar nu blijkt dat het niet de Grieken, maar de Fransen zijn die het eerste ophouden met werken.

De gemiddelde Fransman gaat op zijn zestigste met pensioen. De Belgen en Luxemburgers werken iets langer door, maar vinden het op hun 61ste wel mooi geweest. De Grieken daarentegen stoppen op hun 62ste met werken. Dat concludeert onderzoeksinstituut [NIDI](#) (Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut) dat de pensioenleeftijden van alle OESO-landen onder de loep legde.

Daaruit bleek dat de mensen in de 35 rijke landen gemiddeld op hun 65ste met pensioen gaan. Nederland zit daar net iets onder met een gemiddelde pensioenleeftijd van 63,5 jaar. Het Nidi merkt op dat de meeste landen de pensioengerechtigde leeftijd verhogen om de vergrijzing het hoofd te bieden, maar dat is niet overal het geval. Polen kunnen in 2060 op hun 65ste met pensioen, nu moeten ze nog doorwerken tot ze 66 jaar zijn.

Overigens zit er een verschil tussen de officiële pensioenleeftijd en de leeftijd waarop mensen daadwerkelijk stoppen met werken. In Turkije werken ze bijvoorbeeld gemiddeld tot hun 66ste door, terwijl ze mogen stoppen als ze zestig zijn. Ook Zweden en Amerikanen werken langer door dan nodig. Meestal komt dat doordat de pensioenen zo laag zijn.

Bron: AD | DOOR PIETER IMMERZAAL 19 FEBRUARI, 2018

Tips & Trucs / (Wetensw)aardigheden

Tips voor veilig internetbankieren

Veel mensen maken tegenwoordig gebruik van internetbankieren. Ontzettend handig, maar niet geheel zonder risico. Helaas worden jaarlijks nog steeds honderdduizenden Nederlanders slachtoffer van cybercriminaliteit. Bankrekeningen zijn bij uitstek een geliefd doelwit voor internetcriminelen. Daarom is het zaak de juiste voorzorgsmaatregelen te treffen zodat u veilig gebruik kunt blijven maken van internetbankieren.

In dit artikel geven we enkele praktische tips die u daarbij helpen.

1. Zorg voor goede antimalware software

Goede antimalware software is erg belangrijk om uw apparaat veilig te houden. Malware is kwaadaardige software die bedoeld is om schade aan te richten of om diefstal van persoonsgegevens mogelijk te maken. Installeer daarom goede antimalware software, zowel op uw computer als op uw tablet en smartphone. Een overzicht van goede antimalware software vindt u [op deze pagina](#).



2. Kies een sterk wachtwoord (en schrijf dit niet op)

Het kiezen van [een sterk wachtwoord](#) is belangrijk. Nog te vaak beschermen we onze belangrijke accounts met een zwak wachtwoord. Ook gebeurt het vaak dat mensen hetzelfde wachtwoord gebruiken voor verschillende accounts. Dit is niet verstandig. Kies een sterk, uniek wachtwoord voor uw belangrijke accounts. Schrijf uw wachtwoord niet op en verstuur ook geen wachtwoorden per e-mail. Vindt u het lastig om uw wachtwoorden te onthouden, overweeg dan [een betrouwbare wachtwoordmanager](#). Dit is een handige app, die al uw wachtwoorden en inloggegevens voor u bewaart. Het enige wachtwoord wat u zelf hoeft te onthouden, is het wachtwoord om toegang te krijgen tot de wachtwoordmanager.

3. Ga niet internetbankieren op een onbetrouwbaar wifi-netwerk

Bent u onderweg en wilt u internetbankieren op uw mobiele telefoon? Geef dan de voorkeur aan een verbinding via een mobiel netwerk. Dat is betrouwbaarder dan een openbaar wifi-netwerk. Wilt u toch gebruikmaken van een openbaar wifi-netwerk, gebruik dan altijd een VPN. Een VPN versleutelt het dataverkeer op het wifi-netwerk zodat uw bankgegevens niet meer zo makkelijk onderschept kunnen worden. Zelfs als het een gekraakt, onveilig wifi-netwerk betreft, [houdt een VPN uw gegevens veilig](#).

4. Gebruik de mobiel bankieren app op uw telefoon.

Wilt u internbankieren op uw mobiele telefoon, dan wordt aangeraden een speciale applicatie van uw bank te downloaden. Een dergelijke applicatie heeft veelal sterke beveiligingstoepassingen ingebouwd. Als u inlogt op de website van uw bank, zorg dan dat u op de goede site zit en dat de verbinding beveiligd is met SSL, te herkennen aan het slotje in de browserbalk en de letters https. Http (zonder s dus) betekent dat het een onveilige verbinding betreft, https is beveiligd (secured).

5. Houd uw besturingssysteem up-to-date (Windows, MacOS, Android, iOS)

Een niet up-to-date besturingssysteem vormt een bedreiging voor uw privacy en online veiligheid. Krijgt u van Windows, Android of Apple een melding dat er een nieuwe versie beschikbaar is van uw besturingssysteem, downloadt deze nieuwe versie dan bij voorkeur zo snel mogelijk. Dit geldt ook voor updates van de antimalware software en van andere belangrijke applicaties.



6. Pas op voor phishing

[Phishing](#) is nog steeds veruit de meest voorkomende manier waarop onbevoegden toegang tot uw account kunnen krijgen. Criminelen sturen nepmails of bellen u op, met de intentie om u naar een valse website te lokken. Klik nooit op links in e-mails die u niet vertrouwt. Wilt u inloggen bij uw bank, navigeer dan altijd zelf naar de website, en doe dit niet via een link. Geef over de telefoon nooit wachtwoorden of andere belangrijke gegevens door.

7. Meldt fraude direct

Is er toch iets misgegaan bij het internetbankieren, of vermoedt u dat een onbevoegd iemand toegang probeert te krijgen tot uw account, trek dan aan de bel bij uw bank. Zij kunnen u doorgaans adviseren en verder helpen. Zoek de contactgegevens van uw bank op via de officiële kanalen, zoals de website. Zo weet u zeker dat u met een legitieme vertegenwoordiger van de bank communiceert.

Bron Plus Online - David Janssen | Gepubliceerd: 21-12-2017 (ingekort door redactie Nieuwsbrief)

Sites met tips en informatie over veilig internetten.

Veilig online op je laptop en computer van KPN

<https://www.kpn.com/service/internet/veilig-internetten/beveiligen-van-je-laptop-en-pc.htm>

Veilig online op je smartphone van KPN

<https://www.kpn.com/service/internet/veilig-internetten/veilig-online-op-je-smartphone.htm>

Seniorweb - veiligheidspakketten van de provider

<https://www.seniorweb.nl/tip/tip-veiligheidspakketten-van-de-provider>

Tele2 Zo blijf je veilig online

<https://www.tele2.nl/blog/veilig-online-internet-beveiligen/>

Consumentenbond

<https://www.consumentenbond.nl/veilig-internetten>

Fonds slachtoffer hulp / veilig internetten

<https://www.fondsslachtofferhulp.nl/hulp-nodig/preventie/veilig-internetten/>

Walgelijke nieuwe babbeltruc

Een oplichter doet zich voor als thuiszorgmedewerker

Oplichters zijn continu bezig met het bedenken van sluwe babbeltrucs. Nu melden slachtoffers zich met het verhaal over zogenaamde thuiszorgmedewerkers die met een vals pasje aan de deur komen.

Zo gaan ze te werk

De oplichters stellen zich voor als een medewerker van een thuiszorgorganisatie. Dat ze zogenaamd namens een energiebedrijf of als nieuwe burens aanbellen kenden we al, maar dit is nieuw. “Ik kom even kijken of u het allemaal redt”, zeggen de oplichters. Het lijkt allemaal echt, ook het pasje dat ze laten zien. Vaak werken oplichters samen zodat een ander het huis binnensluipt op het moment dat iemand wordt afgeleid. Hij of zij gaat op zoek naar waardevolle spullen.

Echte medewerkers maken altijd een afspraak

De politie vroeg zich af hoe medewerkers van thuiszorg zich identificeren en had contact met een echte medewerker. "Wij kennen onze bewoners en de bewoners kennen ons. Als wij een nieuw iemand sturen van thuiszorg zullen we dat eerst communiceren en we maken altijd een afspraak met een tijdstip. Mocht u het niet vertrouwen, dan kunt u altijd even bellen met de coördinator of iemand van de planning".

Een tip die de politie zelf meegeeft: vertel dat je bezoek verwacht. Dan zal de oplichter snel stoppen met zijn babbeltruc en zijn biezen pakken.

Bron: Opgelicht?

Rijbewijs keuringen senioren

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 www.cbr.nl (met DigiD) of telefonisch op nummer 0900-0210.
- 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.

Er zijn diverse mogelijkheden om uw rijbewijskeuring te regelen. Hieronder hebben een aantal mogelijkheden op een rijtje gezet.

- Als lid van senioren Belangen kunt u omdat u daarmee ook lid bent van de FASv, korting krijgen voor uw verplichte rijbewijskeuring. Wanneer u als FASv-lid namelijk gebruik maakt van 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: **036 720 09 11**.
- Voor informatie en een afspraak kunt u ook bellen tijdens kantooruren naar het landelijke afsprakenbureau van Regelzorg Rijbewijskeuringen: 088 - 23 23 300 of zelf een datum via de website www.regelzorg.nl
- Bent u lid van de thuiszorg dan neemt u contact op met Leef3.nu (een activiteit van Beweging 3.0), telefoon: 033-469 23 23.
- Vaak is het ook nog mogelijk om bij de lokale huisartsen een keuring aan te vragen.



Geadviseerd wordt om ten minste 4 maanden voor het verlopen van de geldigheid van het rijbewijs een afspraak te maken voor een keuring.

Ledennieuws

Maand februari 2018

Aanmelding nieuwe leden:

- Mevrouw G.Domselaar-van Roekel, Schoustraat 48, Woudenberg
- Mevrouw J.Eijgenhuijsen, Klencke 373, Hoogvliet
- De heer H.Elsinga, Van Limburg Stirumlaan 9, Woudenberg
- Mevrouw W.Huijgenbosch, De Bosrand 9, Woudenberg
- Mevrouw A.Lagerweij, Tabaksland 18, Woudenberg
- Mevrouw J.van Raaij, Lindenlaan 36C, Scherpenzeel
- De heer J.J.van der Sluis, Tarweveld 9, Woudenberg
- Mevrouw C.Stuivenberg, J.F.Kennedylaan 27, Woudenberg
- De heer A.Veldhuizen, Nico Bergsteijnweg 75, Woudenberg
- Mevrouw J.E.Veldhuizen-Methorst, Nico Bergsteijnweg 75, Woudenberg
- De heer C.Veldhuizen, Vermeulenhof 1, Woudenberg
- Mevrouw J.Veldhuizen-van Wolfswinkel, Vermeulenhof 1, Woudenberg
- Mevrouw T.van der Wiel, Van Hogendorplaan 24, Woudenberg

Opzegging lidmaatschap:

- Geen

Overleden leden:

- Mevrouw J.A.Poelgeest, Vermeulenhof 21, Woudenberg

Het aantal leden per 1 maart 2018: **505**

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

Alzheimer café

Onderwerp: 'Gezond in- en doorslapen en dromen.'

Het Alzheimer Café Woudenberg-Scherpenzeel verzorgt **woensdag 11 april** een informatieavond voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en vrienden. Ook andere belangstellenden zijn van harte welkom op deze interessante avond!

Veel mensen met dementie en mantelzorgers hebben problemen met slapen. Zij kunnen maar moeilijk in slaap komen, worden 's nachts vaak wakker of dromen heel naar. De volgende ochtend staan zij moe op, terwijl goed uitgerust zijn juist zo belangrijk is. Goede nachtrust houdt je in balans en helpt bij concentratie en veerkracht overdag.

Dromen kunnen je ondersteunen in het dagelijks leven en bieden je hulp bij de verwerking van ervaringen. Aandacht geven aan dromen draagt bij tot meer inzicht en rust. Ook eerste hulp bij nachtmerries komt aan bod en krijgt u tips.

Gastspreekster Lia Timmer is ervaringsdeskundige in gezond slapen en dromen.

Het Alzheimer Café wordt 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 email alzheimerscherpwoud@gmail.com

Geplande activiteiten Senioren Belangen

Activiteiten agenda van door Senioren Belangen georganiseerde activiteiten en bijeenkomsten voor onze leden.

Senioren Belangen



Datum	Tijdstip	Activiteit
20 april 2018	14.30 uur	Muziekmiddag, Wenen walst, met Alice van Rossum
17 mei 2018	09.00 uur	Dagreis Friesland, Eernewoude (aankomen via website of formulier in deze nieuwsbrief)

Noteer deze datums alvast in uw agenda!

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

Aanmeldingsformulier dagreis 17 mei

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



U kunt zich aanmelden middels bijgevoegd strookje of via het [formulier op de website](#).

Aankomen en betalen vóór 10 Mei.

Naam.....

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

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

Dieet..... (geef eventuele bijzonderheden aan)

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

Datum van inlevering.....

Inleveradressen:

Frits Velker	Pr Bernhardstraat 31	tel: 033 286 7078
Arie Steinmann	van Hogendorpstraat 2	tel: 033 286 3996