



Nieuwsbrief december 2017 – januari 2018

Agenda komende tijd

18 januari : CSWO film The Leisure seeker

25 januari : Gezond bewegen als u ouder wordt

29 januari : Buitengewone Algemene Leden Vergadering en stampot buffet

Eindejaars terugblik



Beste mensen, Bij een jonge vereniging als **Senioren Wageningen** is het nog geen traditie om op het einde van het jaar terug te kijken op de ontwikkelingen van het afgelopen jaar en vooruit te kijken op het komend jaar. Toch neem ik op bescheiden wijze de vrijheid om hier in het vervolg wel een traditie van te maken.

We begonnen in 2017 nog met 5 gekozen bestuurders nl. Nico Schuurs, Eva Selbach, Hilde Mulder, Age de Vries en Arnold Janssen. Al snel kwamen Erna Eikhoudt en Hannie van Brakel meelopen om sfeer te proeven voor een bestuursfunctie. Ook werd Ben Brouwer (als schrijver van dit stukje) gevraagd als coördinator/adviseur binnen het bestuur te participeren.

Na een geslaagde nieuwjaarsbijeenkomst met stampot buffet en in mei een volgeboekte boottocht met CSWO en Zonnebloem, werd op 22 mei tijdens een Algemene Ledenvergadering met warm en koud buffet afscheid genomen van 3 bestuursleden en werden Erna en Hannie gekozen als nieuwe bestuursleden. Het bestuur heeft daarna niet stil gezeten en hebben naast bezoeken aan allerlei bijeenkomsten een zeer geslaagde dagreis naar Brüggen en Roermond verzorgd en een bijeenkomst met notaris en daarna nog een voorlichtingsbijeenkomst met de fysiotherapeut. Ook mogen wij trots zijn op een actuele website met dank aan Anneke Löffler. Kijk eens op (www.seniorenwageningen.nl)

Vooruitkijkend naar komend jaar is het bestuur verheugd dat wij u als leden van **Senioren Wageningen** op 29 januari 2018 tijdens een bijzondere ALV met buffet een nieuwe voorzitter mogen presenteren. Theo Lubbers is na een werkzaam leven bereid tot het bestuur toe te treden en de vacante functie van voorzitter op zich te nemen.

Tot slot wil ik u allen namens het bestuur prettige kerstdagen en een gezond 2018 toewensen en in het bijzonder ook onze vrijwilligers zoals bezorgers, oud bestuursleden, belastinginvullers, webmaster en onze vertegenwoordigers in diverse overlegstructuren ten behoeve van belangenbehartiging. Ben Brouwer

Buitengewone ALV en stampot buffet



Graag nodigen wij u uit voor een Buitengewone Algemene Ledenvergadering van de Algemene Senioren Vereniging Wageningen. Deze bijeenkomst willen wij combineren met een stampotbuffet.

De vergadering wordt gehouden op maandag 29 januari 2018, de lokatie is Café De Tijd, Markt 12 in Wageningen. We beginnen om 16:30 uur, u bent welkom vanaf 16:15 uur.

Aan de orde komen het voorstellen en benoemen van de heer Theo Lubbers tot voorzitter en de herbenoeming van de heer Nico Schuurs als penningmeester. Bijwonen van de vergadering is gratis.

De bijdrage voor deelname aan het buffet bedraagt voor leden €10,- en voor niet-leden €15,-.

Het buffet bestaat uit drie soorten stampot en een dessert. Ook krijgt u een consumptie tijdens de maaltijd.

U kunt zich opgeven voor dit buffet door overmaken van het verschuldigde bedrag op rekening NL18 RABO 0307 5543 33 tnv Algemene Senioren Vereniging Wageningen, onder vermelding van uw naam en aantal personen dat mee eet.

Vriendelijk doch dringend verzoek van de penningmeester om de betaling voor het stampotbuffet afzonderlijk te doen van de betaling van het lidmaatschap voor 2018.

Voor informatie kunt u contact opnemen met Eva Selbach tel. 0623752901.

Woonwensenonderzoek senioren

Hoe willen senioren wonen? In afstemming met CSWO en de Woningstichting heeft de gemeente besloten om een enquête over woonwensen voor senioren op te stellen. De enquête is in week 48 verzonden en willekeurig verspreid onder 1000 woningen/huishoudens, waarvan één of meer bewoners ouder dan 65 jaar zijn. U mag anoniem de enquête invullen. Eind januari 2018 worden de resultaten bekend gemaakt. Hierna volgt een bijeenkomst voor geïnteresseerden. Tijdens deze bijeenkomst kan er worden doorgepraat over de conclusies en is er ruimte om meer woonwensen en ideeën aan te geven.

Kandidaat voorzitter



Even voorstellen.... Ik ben Theo Lubbers en 64 jaar oud. Ik ben geboren en getogen in Wageningen, de stad waar ik erg trots op ben. Per 1 december 2017 ben ik gestopt met werken en heb gebruik gemaakt van de (vervroegde) uittreding bij de Belastingdienst. Maatschappelijk ben ik al jaren actief; zo ben ik ruim 12 jaar gemeenteraadslid geweest voor het CDA en heb vele kaderfuncties/bestuursfuncties binnen het CNV vervuld.

Uitdagend vond ik ook de deelname aan de werkgroep "Wageningen 750", waarmee op grootse wijze de viering van Wageningen 750 jaar stad werd gevierd.

Nu ben ik gevraagd om als bestuurslid (beoogd voorzitter) toe te treden tot "Senioren Wageningen". Een hele uitdaging, waarvoor ik mijn best zal gaan doen. Inzetten voor mensen is voor mij een belangrijke doelstelling. Ik kan dat niet alleen, daarvoor heb ik jullie hulp nodig. Samen staan we sterker en kunnen we ons beter organiseren tegen maatschappelijke veranderingen, die niet altijd in ons voordeel zullen uitpakken. Ik hoop u te ontmoeten op de ALV van 29 januari 2018. Prettige feestdagen en proost op een prettige samenwerking!

Contributie 2018

Omdat alle leden worden bereikt met de nieuwsbrief krijgt u dit jaar geen aparte brief met de vraag om de contributie voor 2018 te betalen. De penningmeester doet u bij deze het verzoek om de contributie voor 2018 – tussen nu en eind januari 2018 – over te maken op rekening NL18 RABO 0307 5543 33 t.n.v. Algemene Seniorenvereniging Wageningen onder vermelding van uw lidmaatschapsnummer en uw naam. Uw lidmaatschapsnummer kunt u vinden op het pasje dat u begin 2017 hebt gekregen. De contributie bedraagt € 25,00 per kalenderjaar voor het hoofd lid, medebewoners betalen € 20,00. Vriendelijk doch dringend verzoek om de betaling voor het lidmaatschap afzonderlijk te doen van een eventuele aanmelding voor het stampotbuffet.

Gezond bewegen als u ouder wordt



Bent u ook van plan om meer te gaan bewegen in het nieuwe jaar? En bent u ook benieuwd hoe het met uw conditie is? Sportservice Wageningen organiseert samen met het Startpunt een middag met informatie en tips over hoe u gezond kunt blijven bewegen als u ouder wordt. U gaat deze middag actief aan de slag en u kunt meedoen aan de fittest. Deze test bestaat uit verschillende onderdelen. Bij alle onderdelen is begeleiding aanwezig.

Hoe gaat het in zijn werk?

Sportservice Wageningen deelt twee groepen in op verschillende tijdstippen. Als u zich aanmeldt, geeft u meteen aan welk tijdstip uw voorkeur heeft. Wij houden daar zoveel mogelijk rekening mee. Het kan ook zijn dat u op een ander tijdstip wordt ingedeeld. Houdt hier rekening mee.

Tijdstippen

- Eerste groep: inloop 12.30 uur, start programma 13.00 uur, eindtijd 15.00 uur
- Tweede groep: inloop 14.00 uur, start programma 14.30 uur, eindtijd 16.30 uur

Wanneer : Donderdag 25 januari 2018 **Waar**: Sportcentrum de Bongerd Bornsesteeg 2 Wageningen

Aanmelden

- Deelname is gratis, aanmelden is nodig vanwege het beperkt aantal plaatsen
- Aanmelden kan tot en met 16 januari 2017 bij het Startpunt via startpunt@wageningen.nl of via tel. 0317 – 41 01 60
- Heeft u vragen over de inhoud van de middag? Neem dan contact op met Sportservice Wageningen tel. 06 – 52888245 of 06-46815044. Zij zijn bereikbaar op maandagmiddag tussen 13.00-17.00 uur en donderdagochtend tussen 10.00-12.00 uur
- Na aanmelding ontvangt u ongeveer een week van tevoren een bevestiging met daarin de laatste informatie over deze middag en de tijd waarop u bent ingedeeld.

CSWO film : The leisure seeker



John en Ella hebben ruim 50 jaar samenleven achter zich. Dan vertrekken zij onaangekondigd uit Detroit in hun oude camper richting zuiden, tot ongenoegen van hun volwassen kinderen Jane en Will. Want de gezondheid van het ruim tachtigjarige koppel laat te wensen over. John heeft beginnende Alzheimer en Ella moest naar het ziekenhuis voor kanker. Maar zij besluiten de 'bemoeizorg' van hun omgeving te ontvluchten voor een laatste avontuur. Ze willen naar de Florida Keys voor het huis van Hemingway, een van de favoriete schrijvers van docent John. Hun relatie wordt beproefd door John's voortschrijdende geheugenverlies, in zijn woorden 'my stupid empty head'. Ella poogt voortdurend de nog gloeiende kooltjes in zijn geheugen aan te blazen. Zij is vastbesloten iets terug te pakken waarvan iedereen zegt dat het niet kan. Deze 'road movie' voert ons langs verlaten stadjes, vervallen RV-parks, vergeten attracties, achterhaalde iconen over gedegradeerde binnenwegen naar het heden van Ella en John. Met onverwachte ontmoetingen, nieuwe ervaringen en ontdekkingen. Ella en John blijken nog steeds over voldoende moed, veerkracht, humor en affectie te beschikken om het leven in eigen hand te houden. En onderweg vinden zij hun liefde voor dat leven en voor elkaar terug. Deze bijzondere 'love story' is gebaseerd op de gelijknamige bestseller van **Michael Zadoorian**.

Verslag van de voorlichtingsbijeenkomst fysiotherapie voor ouderen



Op woensdagmiddag 15 november om 14.00 uur organiseerde de bewonerscommissie "De Brakel" samen met **Senioren Wageningen** een bijeenkomst met de geriatriefysiotherapeut Herma van Wingerden in Tuindorp.

Op deze bijeenkomst vertelde Herma op een heldere wijze allereerst wat het werk van een geriatriefysiotherapeut inhoudt en wat zij na haar opleiding als fysiotherapeut nog heeft moeten specialiseren voordat zij zich geriatriefysiotherapeut mocht noemen.

Wanneer gaan mensen naar een ouderenfysiotherapeut?

Als het bewegen moeilijker gaat. Als het lopen lastiger wordt of het evenwicht verminderd is, als je bang bent om te vallen of als je weer op wil leren staan van de grond. Adviezen krijgen welk hulpmiddel geschikt is of leren een stok of rollator handig te gebruiken. Ook geeft zij advies hoe je je partner kunt verplaatsen als die zorgbehoevend is. (in-en uit bed of de stoel of auto bijvoorbeeld) of als de thuiszorg hierover advies nodig heeft.

In Wageningen kun je hiervoor bij fysiotherapie Groothuis terecht bij de dames Corine Rewinkel of Herma van Wingerden. Ook komen zij als het nodig is bij de mensen thuis om therapie te geven. Iedereen kan gewoon een afspraak maken, je hoeft geen verwijzing meer te hebben en de therapie wordt vergoed uit het aanvullende pakket van je zorgverzekeraar. Met alle verzekeraars heeft Fysiotherapie Groothuis een contract. Naast hun werk in de eigen praktijkruimte en bij mensen thuis geeft Herma ook nog bewegingslessen in de Roosebrink en op dinsdagen om 10.00 uur in de Pomhorst.

Na haar introductie en het beantwoorden van de diverse vragen en een korte pauze moesten de aanwezigen ook in de benen komen om het parcours wat Herma had uitgelegd daar op hun evenwicht te testen. Daarbij gaf Herma nog nuttige tips om ook tijdens andere bezigheden je evenwicht (bv. op één been te staan) te trainen. Evenwicht is doorgaans te trainen en zo niet dan kun je wel leren om handig om te gaan met een verminderd evenwicht.

Na ruim anderhalf uur werd deze gezellige en vooral leerzame middag afgesloten met dank en een attentie aan Herma van Wingerden.

Najaarsvergadering FASv

Korte samenvatting van de vergadering van de FASv.

Op 29 november was een delegatie van het bestuur van **Senioren Wageningen** in Maarssen aanwezig op de najaarsvergadering van de Federatie van Algemene Senioren Verenigingen (FASv). Bij deze Landelijke federatie, die eind vorig jaar is opgericht, hebben zich inmiddels 80 lokale Algemene Seniorenverenigingen aangesloten en is nog steeds groeiende. Ook onze vereniging is lid van FASv.

De FASv stelt zich als doel:

- Bij te dragen aan een samenleving waarin senioren –naar vermogen – volwaardig en zelfstandig kunnen blijven deelnemen aan het maatschappelijk verkeer
- Belangenbehartiging, met specifieke aandacht voor inkomen en koopkracht, zorg, wonen en welzijn.

Uitgangspunt van de FASv:

Uitgangspunt is en blijft dat de lokale verenigingen volstrekt autonoom zijn, ook in financieel opzicht; zij zijn baas over hun eigen inkomsten en hoeven zich hierover niet te verantwoorden bij de FASv. De FASv richt zich vooral op activiteiten die niet of moeilijk via de plaatselijke verenigingen zijn te regelen. (zoals collectiviteitskortingen en opleiding belasting-invalhulpen).

Bestuur en Federatieraad geïnstalleerd.

Op deze bijeenkomst is het interim bestuur vervangen door een nieuw gekozen bestuur. Eerder was in mei al een federatieraad ingesteld met uit iedere provincie 2 vertegenwoordigers. Alle bestuurders en leden van de federatieraad zijn vrijwilligers.

Ouderenbeleid landelijk in samenwerking met de NVOG

Alle 80 verenigingen zijn tevens lid van de NVOG. FASv en de NVOG werken op landelijk niveau intensief samen met Unie-KBO/PCOB om de belangen van de senioren in politiek Den Haag te behartigen.

Wat betekent dit voor **Senioren Wageningen lokaal**

Wij zullen als zelfstandige vereniging net als in dit jaar naast onze eigen verenigingsactiviteiten nauw blijven samen werken binnen CSWO en ook met anderen partijen activiteiten en voorlichtingsbijeenkomsten organiseren.

Samenvattend was deze bijeenkomst leerzaam voor onze afgevaardigden om kennis te nemen van de structuren.

Daarbij staat ons duidelijk voor ogen dat men de tijd moet nemen de organisatie met beleid uit te bouwen.

FASv Premiekorting zorgverzekeringen, hoe aanvragen



Van de FASv ontvingen we een document met uitleg bij welke verzekeraar u welke korting kunt krijgen in 2018 en hoe u deze aanvragen kunt doen. In dit document staat het volgende:

De website www.fasv.nl/zorgvergelijker-2018 is de makkelijkste manier om u aan te melden bij een groot aantal verzekeringsmaatschappijen.

U vindt daar een lijst van alle zorgverzekeraars waar u via de FASv korting kunt krijgen.

Verzekeraar	Collectiviteitsnummer	Telefoonnummer	Premie basis incl. korting via FASv (6)	Korting aanvullend	Korting tandarts
CZ	4126319	088-5557777, toets 4	€110,44 (natura) €116,47 (restitutie)	geen	geen
De Friesland	407200	058-2913131	€97,71 (Zelf bewust) €109,93 (Alles Verzorgd) €115,15 (Vrije keus)	6%	6%
Salland	1340	0570-687484	€113,50	7%	7%
Delta Lloyd	22426	0573-222999 (Thomagroep) tst@thomagroep.nl	€110,01	10%	10%
OHRA (1)	864	0573-222999 (Thomagroep)	€110,30	6%	6%
ONVZ	9063	0573-222999 (Thomagroep)	€115,91	7%	7%
Univé	13299	0800-0234763	€107,18 (zorg geregeld) €111,55 (zorg vrij)	10% Goed; Beter; Best	geen
VGZ	17810	0900-8490	€106,90 (ruime keuze) €112,42 (eigen keuze)	10% VGZ Goed, Beter en Best	
Zorg en Zekerheid	28331	071-5825825, toets 2	€106,90 (natura) €110,16 (restitutie)	7%	Partner-regeling (2)
Zilveren Kruis (3)	207077596	071-7510052, toets 4	€119,45 (5% korting via NBvON)	10%	10%
PMA-Menzis (4)	geen	0800-2040	€107,92 (natura) €110,71 (restitutie, vrije zorgkeuze)	10% Extra verzorgd	10% tandverzorging 250, 500 en 750
DSW (5)	Biedt geen collectiviteitskorting	010-2466466	€107,50 (combinatiepolis) eigen risico 375,-		

Opmerkingen:

1. Met name bij Ohra dient u te geven dat de collectiviteitskorting is geregeld via de Thomagroep onder nummer 864. Alleen het noemen van de naam van uw plaatselijke vereniging of FASv is meestal niet voldoende.
2. Optie om tandartskosten te delen met een partner als die op dezelfde polis is bijgeschreven. Effect: de niet-gebruikte vergoeding voor de een kan gebruikt worden voor de ander.
3. Zilveren Kruis sluit in 2018 geen contract met de FASv, maar de korting blijft in 2018 van toepassing via de NBvON en geldt voor verenigingen die op of voor 1 november 2016 lid waren van de FASv.
4. Korting rechtstreeks aanvragen bij PMA. Verzekerden dienen zich jaarlijks bij PMA in te schrijven. 0800-2040. www.pma.info.nl
5. DSW biedt aan geen enkele organisatie collectiviteitskorting.
6. De bedragen genoemd in de hele kolom "Premie basis incl. korting via FASv" zijn slechts een indicatie, doch de uiteindelijke premie wordt tussen verzekerde en verzekeraar bepaald en blijft de verantwoordelijkheid van beide partijen.

Als u zich niet via internet kunt aanmelden, belt u dan naar het telefoonnummer dat bij de betreffende verzekering staat.

Senioren Wageningen wenst u fijne feestdagen en een heel goed 2018



Bestuur:

vacature

Erna Eikhoudt

Nico Schuurs

Eva Selbach

Hannie van Brakel

Ben Brouwer

Pieter van Ginneken

voorzitter

secretaris

penningmeester/ledenadministratie

activiteiten

algemeen

adviseur

adviseur

Telefoon:

(0317) 46 00 64

(0317) 41 50 83

(0317) 84 35 83

(0317) 42 09 98

(0317) 41 56 59

(0317) 42 55 99