



PAASBRUNCH in de Recreatiezaal van de Meerpaal. Vrijdag 27 maart a.s.



De datum was reeds bekend (27 maart), maar nog niet hòe een en ander opgetuigd zou worden en (niet onbelangrijk) wàt er geserveerd zou worden. Ook de kostprijs was nog niet bekend. Maar vol vertrouwen schreven een aantal mensen zich toch reeds in – bang om anders wéér buiten de boot te vallen... En dit vertrouwen is iets waar de Activiteitencommissie zich toch wel gestreeld door voelt.

Wijs geworden door een aantal opmerkingen vanuit de deelnemers na

de afgelopen Kerstbrunch, besloten we om voor deze Paasbrunch eens iets anders te laten serveren dan de gebruikelijke broodtafel, namelijk een **warm- en koud buffet...**

Het menu voor dit Paasbuffet vindt u onderstaand... Wij vinden het er best gezellig uitzien en zijn benieuwd wat u er van vindt.

De kostprijs voor dit warm- en koud buffet is voor leden van KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid € 29,95 p.p.

Locatie: Recreatiezaal van De Meerpaal, Tjotterlaan 174, Zaandam.

Aanvang: 11.00 uur – zaal open vanaf 10.30 uur. **Einde** 15.00 uur.

En na het eten: de welhaast traditionele geel-gouden verrassing mét slagroom.

Zin om ook mee te brunchen en alvast wat Paasgevoel op te doen...

Inschrijven kan vanaf nu via Laura Posch, bij voorkeur per email:

activiteitenkbozaandam@gmail.com

Telefonisch kan ook, via **06 54 605 121**, echter dan wel graag bellen tussen 13.30 uur en 15.30 uur.

Kosten bedragen **€ 29,95 p.p. voor leden** van KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid.

Inschrijven tot uiterlijk 16 maart a.s., máár VOL = VOL.

Bij inschrijving graag wel meteen betalen op bankrekening **NL18 RABO 0374 1041 90** ten name van KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid onder vermelding van **Paasbrunch 2026**. Betaling dient uiterlijk 16 maart a.s. te geschieden.

Het bestuur



FEBRUARI

27



Vrijdagmiddag 27 februari a.s. staat onze gebruikelijke Algemene Ledenvergadering gepland. Tijdens deze Ledenvergadering komen, buiten

Algemene Ledenvergadering KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid

de reguliere huishoudelijke zaken, ook een aantal onderwerpen ter tafel die zeker de aandacht van al onze leden verdienen en waarover het bestuur dan ook niet zo maar alleen wil beslissen.

Aanvang 13.30 uur

**Jouw stem telt!
U wilt daar toch bij zijn.
LAAT U HOREN, PRAAT MEE
EN STEM MEE.**

Na de pauze geeft Cindy Schmidt een Workshop over 'Breinfit.'

Breinfít is interactief, informatief en vooral ontzettend leuk! Tijdens deze anderhalf uur durende workshop worden de basisfuncties van ons indrukwekkende brein uitgelegd. Hoe werkt het brein, welke functie zit waar en wat gebeurt er bijvoorbeeld als je iets wilt horen of wilt zien?



Ouderen gaan meer betalen voor hun zorg



De ouderenzorg is te duur, daar moet op bezuinigd worden, staat in het nieuwe regeerprogramma. In de praktijk betekent het, dat betrokkenen er meer voor moeten gaan betalen.

Een dag in het verpleegtehuis kost meer dan een luxe hotel...

Belangrijk onderdeel van de ouderenzorg is de wijkverpleging. Die zorgt ervoor dat mensen langer thuis kunnen blijven wonen. De wijkverpleging wordt betaald door de zorgverzekering en krijg je voor verzorging thuis. Hulp bij het douchen of eten, aankleden, injecties, stomazorg, soms meerdere keren per dag. Al die kosten, in totaal meer dan 3,5 miljard euro, worden betaald door de zorgverzekering, die iedereen heeft. Je betaalt geen eigen risico en ook geen eigen bijdrage. Dat laatste gaat veranderen. Het is zo goed als zeker dat deze 'patiënten' ook een eigen bijdrage moeten gaan betalen. Het zou kunnen dat de kosten van de wijkverpleging ook onder het (verhoogde) eigen risico van de zorgverzekering gaan vallen. Maar dit jaar zal dat nog niet gebeuren.

Eigen bijdrage

De kosten van zware thuiszorg en verblijf in een verpleegtehuis, neemt de overheid via de Wet op de langdurige zorg, voor zijn rekening. Daarvoor moet al wel een eigen bijdrage betaald worden. Die kan bij langer verblijf oplopen tot 3000 euro per maand voor mensen met een goed inkomen

en spaargeld op de bank. Maar de meeste mensen betalen minder dan 1000 euro per maand. Deze eigen bijdrage is te verdedigen. Tenslotte krijgen mensen in een verpleegtehuis naast zorg ook kost en inwoning. Eten, drinken en wonen moet je thuis ook. Als een partner nog thuis woont, is de eigen bijdrage lager.

De kosten van één patiënt in het verpleegtehuis kunnen oplopen tot 100.000 euro per jaar. Het verblijf van een patiënt in een verpleegtehuis is gemiddeld 2,5 jaar. Jaarlijks overlijden er 50.000 mensen. Het zal niet verbazen als de huidige eigen bijdrage voor deze zorg ook onder de loep genomen zal worden.

De rol van de gemeente

Tenslotte is er nog een rol voor de gemeente in de ouderenzorg. Die maakt het net als de wijkverpleging ook mogelijk dat ouderen zo lang mogelijk thuis kunnen blijven wonen. Aanpassingen in het huis en hulp in de huishouding zijn daar belangrijke onderdelen van. Bovendien vervullen gemeentes een coördinerende rol tussen huisartsen, welzijnsorganisaties, woningcorporaties en vrijwilligers. Betrokkenen moeten vaak een eigen bijdrage van 21,80 euro per maand betalen.

Vooral de gratis huishoudelijke hulp zal het kabinet nader overwegen. De vraag is of die wel noodzakelijk is voor mensen die de hulp een groot deel van hun leven zelf betaald hebben en die in een later stadium van hun leven ineens vergoed krijgen. Daar is al veel discussie over.

Uiteindelijk kost de ouderenzorg in Nederland alles bij elkaar 38 miljard euro. In het laatste jaar van hun leven maken mensen vaak veel zorgkosten, gemiddeld zo'n 10% van wat ze in hun hele leven nodig hadden.

Bron:



Strengere rijbewijskeuring voor 75-plussers



De regels rond medische rijbewijskeuringen zijn ingrijpend veranderd: Automobilisten van 75 jaar en ouder krijgen te maken met een grondiger keuring. Dit is al het geval sinds 1 januari van dit jaar. Mensen met ADHD, ADD of autisme (ASS) hoeven zich echter met ingang van 1 april niet meer verplicht te laten keuren.

Bestuurders van 75 jaar en ouder moeten dus rekening houden met strengere eisen bij de rijbewijskeuring. Vanaf januari 2026 gelden meer eisen.

De procedure blijft grotendeels hetzelfde, maar er zijn een aantal belangrijke verschillen:

- **Minimale keuringstijd van 15 – 20 minuten per persoon.**
- **Bijdrage van een actueel medicatie overzicht.**
- **Striktere richtlijnen voor keuringsartsen.**
- **Gezondheidsverklaring aanvragen bij CBR.**

Er zijn een aantal belangrijke redenen voor deze veranderingen. Bij ouderen spelen vaker gezondheidsproblemen die invloed hebben op rijgeschiktheid. Dit betekent voor 75-plussers dat meer voorbereiding nodig is, zoals tijdig een afspraak maken en medische gegevens verzamelen.

Gezondheidsverklaring

Iedereen die zijn rijbewijs wil verlengen of aanvragen, moet een gezondheidsverklaring invullen waarin de medische gegevens worden genoteerd. Voorheen kon een gezondheidsverklaring bij de gemeente worden verkregen, maar vanaf 1 januari van dit jaar **moet** u deze via het CBR aanvragen.

De gezondheidsverklaring kunt u digitaal invullen op de website van het CBR. Hiervoor heeft u uw DigiD nodig om in te loggen.

Kijk op onze website voor meer info:

<https://zaanstreek-zuid.kbonoordholland.nl/nieuws/>

- ◆ **Vrijdag 27 februari** Algemene Ledenvergadering KBO Zaanstreek Zuid. Na de pauze een Workshop van het Rode Kruis. Locatie: Recreatiezaal van De Meerpaal, Tjotterlaan 174 Zaandam. Van 13.30 uur tot 16.30 uur.
- ◆ **Zondag 8 maart** Hannie Schaft-herdenking. Aanvang 11.00 uur. Hannie Schaft monument, Westzijde 39, Zaandam.
- ◆ **Dinsdag 10 maart** Themamiddag in de Noorderkerk. Rob Veenman geeft een lezing over 'Houden wij droge voeten?' Noorderkerk, Heijermansstraat 127, 1502 DJ in Zaandam. Van 14.00 tot 16.00 uur.
- ◆ **Vrijdag 27 maart** Paasbrunch KBO Zaanstreek Zuid. Locatie: Recreatiezaal van De Meerpaal. Aanvang 11.00 uur.
- ◆ **Woensdag 15 april** Bingomiddag. Locatie: Recreatiezaal van De Meerpaal. Van 14.00 tot 16.00 uur. Entree € 9,50
- ◆ **Woensdag 29 april** Weerbaarheidswerkshop. Locatie: Recreatiezaal van De Meerpaal. Meer informatie volgt.
- ◆ **Vrijdag 8 mei** Dagtocht: Bloesemtocht en glas blazen in kristalstad Leerdam. Meer informatie volgt.
- ◆ **Woensdag 10 juni** Dagtocht: Adembenemende zandverhalen en High Tea cruise Veluwemeer. Meer informatie volgt.
- ◆ **Woensdag 22 juli** Dagtocht: Rondje IJsselmeer met bezoek aan o.a. Urk en Hindeloopen. Samen met ANBO-PCOB.
- ◆ **Woensdag 16 sept.** Dagtocht: Pantropica. Tropische orchideeënpracht. Meer informatie volgt.
- ◆ **Woensdag 9 dec.** Dagtocht: Kerststukje maken bij de Klompenmakerij Den Dekker. Meer informatie volgt.

Themamiddag samen met ANBO-PCOB – 'Houden wij droge voeten?'

Dinsdag 10 maart a.s. organiseert KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid samen met ANBO-PCOB weer een themamiddag in de Noorderkerk, Heijermansstraat 127, 1502 DJ in Zaandam. Van 14.00 tot 16.00 uur.

Het onderwerp van deze themamiddag is 'Houden wij droge voeten? – Waterbeheer in spannende tijden...'

Rob Veenman (voorzitter van 'GroenWater en Land' en oud-hoogheemraad en publicist) presenteert deze middag.

Er zijn geen kosten aan verbonden maar een vrijwillige bijdrage voor de koffie/thee en de zaal huur wordt zéér op prijs gesteld.



Fotografie: Rob Veenman

Hannie Schaft - herdenking. Zondag 8 maart



Op zondag 8 maart 2026 nodigen wij u van harte uit voor de Hannie Schaft-herdenking op Internationale Vrouwendag. Samen staan we stil bij de moed en nalatenschap van Hannie Schaft, symbool van het vrouwenverzet

en strijdster tegen racisme, fascisme en discriminatie.

Programma (aanvang 11.00 uur):

Locatie: Hannie Schaft-Monument, Westzijde 39 te Zaandam.

- Welkomstwoord Machteld Reitmaier.
- Spreker Yvonne Kelatow.
- Toespraak van wethouder Natasja Groothuismink namens gemeente Zaandam.
- Bijdrage van leerlingen uit groep 7 en 8 van Obs Hannie Schaft.

Na een minuut stilte volgt de bloemlegging door gemeente Zaandam, verzetsvrouwen, leerlingen, vertegenwoordigers van verzetsorganisaties, politieke partijen, vrouwenorganisaties en andere aanwezigen.

Wilt u bloemen leggen?

Meld dit vooraf bij Machteld Reitmaier (hannieschaft@4en5meizaanstad.nl) en vermeld namens welke organisatie.

Gespreksgroepen Levenskunst aandacht en gesprek

- **Is uw kring kleiner geworden en wilt u nieuwe mensen leren kennen?**
- **Wilt u graag praten over onderwerpen die met het dagelijks leven te maken hebben?**
- **Sluit u dan aan bij een gespreksgroep Levenskunst!**

In de gespreksgroepen werken wij eraan om mensen met elkaar te verbinden, door met elkaar te praten en naar elkaar te luisteren. Mensen hebben mensen nodig, we hebben aandacht nodig en willen ons verhaal kwijt. Vooral als mensen ouder worden, wordt hun kring steeds kleiner en sociaal isolement ligt op de loer!

Wilt u eens 'op proef' deelnemen aan een gespreksgroep of wilt u wat meer informatie, neem dan contact op met

Agaath Vermast, tel. 075-687 3551 of met Diena Jager, tel. 06-4139 1913.



Locaties Gespreksgroepen Zaandam:

Natuurmuseum Darwinpark – elke 4^{de} donderdag van de maand van 14.00 – 16.00 uur.

Zorgcentrum Pennemes – elke 2^{de} woensdag van de maand van 10.00 – 12.00 uur.

Buurthuis De Zuidhoek – elke 3^{de} woensdag van de maand van 10.00 – 12.00 uur.

Het kost u ten hoogste € 1,- als bijdrage voor de koffie of thee.

<https://www.levenskunst.net>



LET OP NEPAGENTEN ACTIEF!

Laat niemand binnen, wat ze ook verzinnen.

Mededelingen

RIJBEWIJSKEURING 70+ Verloopt uw rijbewijs als u tussen de 70 en 75 jaar bent? Dan verlengt u uw rijbewijs bij de gemeente en wordt uw rijbewijs maximaal 5 jaar geldig. Bij de volgende verlenging vult u dan een Gezondheidsverklaring in.

Verloopt uw rijbewijs op of na uw 75^{ste} verjaardag? Dan verlengt u uw rijbewijs bij de gemeente en wordt uw rijbewijs maximaal 5 jaar geldig. U vult dan bij de verlenging een Gezondheidsverklaring in.



Gezondheidsverklaring

Iedereen die zijn rijbewijs wil verlengen of aanvragen, moet een gezondheidsverklaring invullen waarin de medische gegevens worden genoteerd. Voorheen kon een gezondheidsverklaring bij de gemeente worden verkregen, maar vanaf 1 januari van dit jaar moet u deze via het CBR aanvragen.

KIJK OP ONZE KBO ZAANSTREEK ZUID NIEUWPAGINA VOOR MEER INFO OVER RIJBEWIJSKEURING 70+:

<https://zaanstreek-zuid.kbonoordholland.nl/nieuws/>



**18 maart 2026
gemeenteraads-
verkiezingen**

Zeker voor ouderen heel belangrijk! U staat waarschijnlijk niet te springen om weer naar de stembus te gaan. Toch is het uitermate belangrijk dat u op 18 maart uw stem gaat uitbrengen voor de gemeenteraadsverkiezingen.

Veel zaken die in uw gemeente of woonplaats gerealiseerd worden, zijn voor een groot deel afhankelijk van wat er in Den Haag wordt besloten. Maar juist die zaken waar vooral ouderen mee

te maken krijgen, zijn wel degelijk zaken waar juist de politiek in uw gemeente overgaat. Denk maar eens aan de WMO voorzieningen, de bijbehorende regelingen en wachttijden, het realiseren van woningcomplexen voor ouderen, buurtcentra en bibliotheken enz.

Meer informatie leest u op: <https://kbonoordholland.nl/18-maart-2026-gemeenteraadsverkiezingen/>

Spek onze KBO Zaanstreek Zuid kas met de Vomar 'Klant is koning kaart'.

Bij het registreren kunt u uw klant-is-Koning kaart koppelen aan uw KBO met de unieke Clubcode **K B O Z 2 0 2 5**.



Voor registratie ga naar: <https://www.vomar.nl/kik>

Lief & Leed

Heeft u behoefte aan een luisterend oor of iemand met wie u in vertrouwen kunt praten. Of het nu gaat om een moeilijk moment of om gewoon even je hart te luchten, neem dan gerust contact op met het secretariaat; secretariskbozaandam@gmail.com of bel 06 4139 1913. U staat er niet alleen voor.

Ons lid Lida Duindam komt graag bij u langs en zal vooraf het bezoek telefonisch aankondigen.

Deze KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid Nieuwsbrief is digitaal geprint door Nuance BV, Grafische Producties. Kalf 1 - 1509 AA Zaandam
T: 075 - 6170 369 | E: info@nuancegp.nl | I: www.nuancegp.nl



Het volgende KBO Magazine Noord-Zuid Holland en onze Nieuwsbrief verschijnt op 1 april 2026.

Voorzitter KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid, vrijwillige Cliëntondersteuner/Ouderenadviseur:

Mw. Lenie Bosch-Fondse, Sociaal- en onderwijspedagoge.

Secretariaat: Mw. Diena Jager-Stolp | E-mail: secretariskbozaandam@gmail.com | tel. 06 4139 1913.

Activiteiten: Mw. Laura Posch | E-mail: activiteitenkbozaandam@gmail.com | tel. 06 5460 5121.

Bankrekening KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid: **NL18 RABO 0374 1041 90**.