



**Woensdagmiddag 15 april a.s. BINGO-middag in de Recreatiezaal van De Meerpaal Tjotterlaan 174, Zaandam.**



- Aanvang: 14.00 uur, zaal open om 13.30 uur. • Gezelligheid, leuke prijzen en een lekker drankje.
- In totaal spelen we vier ronden.
- Kosten bedragen € 9,50 per persoon.
- Einde: ca. 16.00 uur.



**Ook zin om mee te doen...**

Dan graag vooraf **aanmelden** bij **Laura Posch**, bij voorkeur per email: [activiteitenkbozaandam@gmail.com](mailto:activiteitenkbozaandam@gmail.com)

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

**Aanmelden tot uiterlijk 8 april a.s., maar 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 **BINGO**.

**Weerbaarheidstraining voor senioren verhoogt het zelfvertrouwen**

Senioren, wilt u wat meer zelfvertrouwen hebben, wat steviger in uw schoenen staan en niet over u heen laten lopen..., dan is deze training iets voor u.



Wij hebben Stef van Gelderen, trainer bij **HIKARI**, bereid gevonden om een weerbaarheidstraining voor senioren te organiseren.

Weerbaarheidstraining voor senioren verhoogt het zelfvertrouwen en de veiligheid door fysieke en mentale vaardigheden te trainen. Onderwerpen als omgaan met babbeltrucs, straatroof en zelfverdediging staan centraal, vaak aangevuld met trainingen om grenzen aan te geven en angst te verminderen. Het zal gaan om verbale en non-verbale communicatie. De verschillende vormen van agressie en hoe

hiermee om te gaan. Verder nog wat handreikingen om iets alerter te zijn als de situatie daarom vraagt.

**U komt toch ook!!**



**Datum: Woensdag 29 april.**

**Locatie: Recreatiezaal van De Meerpaal.**

**Tijd: van 14.00 tot 15.30 uur** (zaal open 13.30 uur).

**Kosten: € 7,50 per persoon.**

**Let op: er zijn maar 30 plaatsen beschikbaar.**

**Aanmelden tot uiterlijk 22 april a.s. bij Laura Posch**, bij voorkeur per email: [activiteitenkbozaandam@gmail.com](mailto:activiteitenkbozaandam@gmail.com)

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

**Gezocht: een integere schatbewaarder met hart voor onze senioren vereniging**

**Vacature: Penningmeester (Vrijwillig/Parttime)**

**Bent u degene die onze vereniging financieel op koers houdt?**

KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid is een vereniging die de belangen behartigt van senioren op provinciaal- en plaatselijk niveau. Wij zijn aangesloten bij KBO Noord-Holland die de belangen behartigt bij de landelijke overheid.

Voor ons bestuur zijn wij per direct op zoek naar een nauwkeurige en betrokken penningmeester.

Gemiddeld kost deze functie u ± 2 uur per week. Termijn van de functie 4 jaar.

Heeft u interesse in deze functie en wilt u meer weten neem dan contact op met ons secretariaat:

[secretariskbozaandam@gmail.com](mailto:secretariskbozaandam@gmail.com)



## Samen Digitaal geeft ouderen vertrouwen online

Steeds meer zijn we online. Maar wie legt er eens rustig uit hoe het allemaal werkt? De digitale wereld ontwikkelt zich razendsnel. Voor veel ouderen is het lastig om deze ontwikkelingen bij te benen. Hierdoor ervaren zij gevoelens van onzekerheid, machteloosheid en soms zelfs eenzaamheid. Met het nieuwe programma Samen Digitaal brengen MAX en het Nationaal Ouderenfonds daar verandering in. In tien afleveringen leren ouderen stap voor stap hoe zij zich zekerder en met plezier kunnen bewegen in de online wereld.

### Praktisch en direct toepasbaar

Elke aflevering bevat praktische opdrachten die kijkers thuis direct kunnen uitvoeren op hun eigen apparaat. *Op de website van het Nationaal Ouderenfonds worden ook online modules en video's aangereikt om zelfstandig thuis verder te oefenen. Daarnaast kunnen kijkers een boekje aanvragen met daarin meer informatie over digitale ondersteuning, handige en betrouwbare websites en leuke tips. Een praktische gids om de digitale reis ook na het kijken van Samen Digitaal voort te zetten.*

Samen Digitaal is een samenwerking tussen MAX en het Nationaal Ouderenfonds.



Samen Digitaal is wekelijks te zien vanaf woensdag 11 maart om 12.15 uur bij MAX op NPO 1.

Onderstaand de verwijzingen naar Omroep Max Samen Digitaal of Nationaal Ouderenfonds.

(<https://pers.omroepmax.nl/press/samen-digitaal-afleveringen/>) of (<https://ouderenfonds.nl/samendigitaal/>)



## Iedereen krijgt een nieuwe pinpas



### Iedereen krijgt een nieuwe pinpas

Alle Nederlandse pinpassen worden vervangen door een nieuwe pinpas. Daarmee kun je ook online betalen en afrekenen buiten Europa.

Sommige mensen hebben de nieuwe pas zelfs al. Banken nemen namelijk afscheid van Maestro en V PAY. En gebruiken alleen nog Mastercard en Visa. Daardoor kan je op meer plekken betalen met de pinpas.

De vernieuwde passen zien er anders uit. Het IBAN (rekeningnummer) blijft erop staan. Maar ze hebben ook een kaartnummer met zestien cijfers. En achterop staat een **cvc-code**. Net zoals bij creditcards. Alleen klanten van ING en Knab vinden die code niet op de pas, maar in de app van de bank.

### Betalen in het buitenland

Met de nieuwe pas kun je overal in het buitenland betalen op plekken die Visa of Mastercard accepteren. Vooral buiten Europa geeft dat meer gemak. Verder kun je ook borg reserveren met een nieuwe betaalpas. Bijvoorbeeld voor een huurauto of hotelovernachting. Het

bedrag gaat dan wel (tijdelijk) af van het saldo op je rekening.

### Wat moet ik doen?

Je hoeft niets te doen voor een nieuwe pas. Als de huidige pas verloopt of kwijt is, komt de vernieuwde betaalpas vanzelf naar je toe. Krijg je een bericht dat je wél iets moet doen om aan zo'n nieuwe pas te komen? Dat is phishing, ga er niet op in.

Bron:  seniorweb

Kijk op onze KBO website bij de Nieuws pagina voor meer informatie of ga naar: <https://www.seniorweb.nl/nieuws/iedereen-een-nieuwe-pinpas>

## Verslag Algemene Ledenvergadering KBO Seniorenbelang Zaanstreek Zuid

Het verslag van de Algemene Ledenvergadering van 7 februari en het jaarverslag van de secretaris werden goedgekeurd. Lenie Bosch heeft vanwege persoonlijke omstandigheden haar functie als voorzitter tijdelijk neergelegd, maar is nu weer actief. Wij danken Peter Smit die tijdens haar afwezigheid stand-by stond. Verder hebben we weinig belastinginvullers: Marian Hollander, Nel van Eldert en Jaap Slot.

Het verslag van de penningmeester en de begroting werden toegelicht, maar wel kwam de vraag waarom we geen subsidie van Zaanstad hebben gekregen. Het verslag werd goedgekeurd.



Na de pauze verzorgde Cindy Schmidt een zeer interessante workshop 'Breinfit', waarbij de leden af en toe best wel moeilijke

oefeningen te doen kregen.

Lida Duindam – onze 'Lief en Leed-commissie' was niet aanwezig, omdat zij zelf herstellende is van een heupoperatie. Lida, bedankt voor je inzet en een goed herstel!

Veel dank gaat naar onze vrijwilligers, de mensen die de magazines bij de leden bezorgen, de mensen die helpen bij de catering, de mensen die helpen bij begeleiding van de busreisjes. Lieve mensen, bedankt voor jullie inzet, zonder jullie kunnen we niet verder met de KBO!

Lees en bekijk het volledige verslag op onze website. <https://zaanstreek-zuid.kbonoordholland.nl/verslag-algemene-ledenvergadering/>

- ◆ **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. Zie website en pagina 1.
- ◆ **Vrijdag 8 mei** Dagtocht: Bloesemtocht en glasblazen in kristalstad Leerdam. Zie website en pagina 3.
- ◆ **Woensdag 27 mei** Beleef opnieuw de jaren 60 en 70 met foto's, muziek, klederdrachten, enz. Zie pagina 3.
- ◆ **Woensdag 10 juni** Dagtocht: Rondreis Veluwe en High Tea cruise op 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.

## Dagtocht: Bloesemtocht en glasblazen in kristalstad Leerdam

MEI

8



Afbeelding van Sabine van Erp via Pixabay

Na het vertrek vanaf opstapplaats De Locomotief koersen we naar restaurant 't Wapen van Harmelen alwaar wij onze eerste stop maken voor koffie of thee met gesorteerd gebak. Vandaar beginnen we met de **bloesemtocht**.

Het is een feest voor het oog wanneer medio april/begin mei pastelkleurige bloesems aan de fruitbomen de natuur opvrolijken. De landstreek tussen de Kromme Rijn en de Lek telt talloze boomgaarden die dan in volle bloei komen. Ook de fruittuinen van de Betuwe laten zich dan niet onbetuigd.

Met de touringcar zullen we met u een leuke toer kris-kras door een van deze gebieden maken.

We beëindigen deze toer even voor 12.00 uur bij **Restaurant De Houtloods** alwaar de Hutterslunch met kroket en soep geserveerd wordt. Na de lunch gaan we naar het **Glas Centrum Leerdam**.

Leerdam geniet landelijke bekendheid als Glasstad. Reeds in 1765 was er al een glasblazerij te vinden langs de Linge. Wij gaan vanmiddag een kijkje nemen bij het Glasmuseum. Een gids neemt ons mee voor een rondleiding. Voor het vuur van de ovens ziet u hoe de glasblazers een prachtige schaal, vaas of misschien wel een kunstobject op ambachtelijke wijze produceren. Uw gids licht het ambacht, bijzondere weetjes en de geschiedenis van het glasblazen kristalhelder toe. In de winkel kunt u een keuze maken uit de grootste en mooiste collecties glas en kristal van Nederland. Modern, klassiek, ingetogen, expressief, gekleurd of helder, voor elk interieur vindt u in de winkel een stralend sieraad.

Met een rondrit door de prachtige streek **Vijfheerenlanden** sluiten we deze dagtocht af. **Verwachte aankomsttijd in Zaandam is rond 18.00 uur.**

### Opstapplaatsen:

- 08.15 uur** De Lishof Oostzaan.
- 08.30 uur** Erasmushuis, Noorderven 79.
- 08.45 uur** Station Kogerveld, Jozefkerk.
- 09.00 uur** De Locomotief, NS station Koog aan de Zaan.

### Ook zin om mee te gaan...

Inschrijven kan via **Laura**

Posch, bij voorkeur per email:

[activiteitenkbozaandam@gmail.com](mailto: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 € 63,50 p.p. voor leden van de KBO Zaanstreek Zuid.**
- **Inschrijven tot uiterlijk 28 april a.s., maar 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 **Bloesemtocht**.

**Enne... niet vergeten om de opstaplocatie van uw keuze te vermelden** (Lishof/Oostzaan, Erasmushuis/Zaandam, Jozef Kerk/ Station Kogerveld en De Locomotief/ Koog a/d Zaan) en indien u een dieet volgt.

## Middag van de Nostalgie – woensdag 27 mei

MEI

27



**Beleef opnieuw de jaren 60 en 70 met foto's, muziek, klederdrachten en van gebruiksvoorwerpen tot reclames van toen.** De muziek veranderde sterk in de jaren 60. De opkomst van Elvis, de Beatles en de Rolling Stones bepaalde de nieuwe muziek. Daarvoor waren het onder andere: de Selvera's, Blue Diamonds, Johnny Hoes en de Zangeres zonder Naam. Damslapers, krakers, provo's, Dolle Mina's, nozems, de flowerpower en punk veranderde het straatbeeld volledig. En de boeren hadden boer Koekkoek.

Op vakantie gaan was heel anders dan nu en wat namen we wel niet allemaal mee naar de zuidelijke landen en ook de muziek was daar heel anders. De opkomst van de radio maar vooral van de televisie veranderde ons leven volkomen. Denk aan Moeders wil is wet, De bonte dinsdagavondtrein, Snip en Snap, vader en dochter Alberti en Dorus.

Liedjes die bij het eerste deuntje weer herkenning te weeg brengt. En natuurlijk ontbreekt André Rieu niet en het programma wordt nostalgisch afgesloten met het dorp van Wim Sonneveld.

**Deze nostalgische middag wordt 27 mei gepresenteerd door Gert van den Born in de recreatiezaal van De Meerpaal. De prijs en tijd is nog niet bekend maar zet het alvast in uw agenda en u kunt zich al aanmelden bij Laura Posch.**

## 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<sup>ste</sup> 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/>

### Bestuursmededeling:

Beste leden, er zijn mensen die nu hun lidmaatschap van KBO Seniorenbelang willen opzeggen. Dit kan wel, maar u bent toch de contributie voor dit hele jaar verschuldigd! Wij moeten in januari contributie voor onze leden afdragen aan KBO Noord-Holland. Ook heeft u al in januari en februari het magazine en onze nieuwsbrief ontvangen.

Als u wilt opzeggen, dan moet u dat vòòr 1 december van het kalenderjaar doen. Anders bent u voor het volgend jaar toch de contributie (€ 27,50 voor een enkel lid of €50,00 voor gehuwden/samenwonende) verschuldigd. We hopen natuurlijk dat u lid blijft, maar er zijn wat onduidelijkheden over opzeggen, vandaar dit bericht.

*Het bestuur*

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](mailto:secretariskbozaandam@gmail.com) of bel 06 4139 1913. U staat er niet alleen voor.

Ons lid Lida Duindam kan nu NIET bij u langs komen, Lida is momenteel aan het revalideren na een heupoperatie en zij is nog niet zo mobiel als ze wel zou willen, dus een kaartje als afleiding zal welkom zijn!

Als er mensen zijn die een kaartje naar Lida Duindam willen sturen, dan kunnen ze bij de secretaris het adres opvragen.

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](mailto:info@nuancegp.nl) | I: [www.nuancegp.nl](http://www.nuancegp.nl)



Het volgende KBO Magazine Noord-Zuid Holland en onze Nieuwsbrief verschijnt op 6 mei 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](mailto:secretariskbozaandam@gmail.com) | tel. 06 4139 1913.

Activiteiten: Mw. Laura Posch | E-mail: [activiteitenkbozaandam@gmail.com](mailto:activiteitenkbozaandam@gmail.com) | tel. 06 5460 5121.

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