

WIJ OUDEREN

nieuws van de
Seniorenvereniging Alkmaar

Lid van de Federatie van Algemene Seniorenverenigingen [FASv](#)
Aangesloten bij de [NVOG](#)

Jaargang 5 nr 3

Uitgave September 2018

Het volgende ledenbericht komt in november



Van de Voorzitter

Na een lange hete zomer gaan wij weer met frisse moed aan een nieuw seizoen beginnen.

Ook hebben wij een nieuw onderkomen het nieuwe buurthuis is klaar, zelf heb ik het nog niet gezien maar van verschillende mensen heb ik gehoord dat het heel erg mooi is geworden.

Zoals u verder in het ledenbericht kunt lezen staan er weer verschillende leuke dingen op ons programma onder andere de excursie naar “Volendam”, de “Bingo en Klaverjas” gaan weer beginnen en Joyce heeft ook weer voor een paar gezellige middagen gezorgd.

Ik hoop dat er heel veel mensen die middagen komen bezoeken het is een prima gelegenheid om elkaar weer te spreken en ook om kennis met elkaar te maken. De entree en de koffie zijn altijd gratis en het is fijn voor de mensen die optreden als er veel belangstelling is. Ook voor Joyce is het fijn, zij besteedt er altijd heel veel aandacht en tijd aan.

Ik hoop u dan ook vaak en in grote getale te zien in het komend seizoen.

Joke van Lienen

Naar meer leden

Ons aantal leden wordt door overlijden eerder kleiner dan dat het groeit door de komst van nieuwe leden.

Nu onze activiteiten vanaf september in een nieuw gebouw plaats vinden wordt het vast en zeker leuker om daaraan deel te nemen.

Wij roepen U op om Uw vrienden en bekenden kennis te laten maken met onze seniorenvereniging en hen op de hoogte te brengen van de voordelen van het lidmaatschap. Die voordelen hebben we op een van de laatste pagina's van dit ledenblad op een rijtje gezet. Daar hebben we ook een aanmeldingsformulier afgedrukt.

Laat vrienden en bekenden ons blad eens lezen of geef het hen.

Kees Wiersma

AGENDA

Maandag 3 September
Start Klaverjassen

Woensdag 5 September
Start Bingo

Samen uit eten.

Vrijdag 21 September 2018
Restaurant De Kleine Waarheid
Lombardsteeg 7 072-5124724

Vrijdag 16 November 2018
Restaurant MYLOS Grieks specialiteiten
restaurant . Marktstraat 2b 072-5157352

Er kunnen maximaal 12 personen mee.
Graag bellen uiterlijk op de Woensdag
voor 21 september of 16 November
Joyce 072-5122337.

CULTURELE MIDDAGEN.

Donderdag 11 Oktober 13.30 - 15.30 uur
"EELCO" MUZIEK uit de 50ste en 60ste jaren

Donderdag 13 December 13.30 -15.30 uur
"MELANCHOLIE" liedjes over en van de West-
Friese cultuur uit de vergane jaren afgewisseld
met anekdotes en instrumentale gitaar muziek ,
eveneens ondersteund met piano/accordeon van
GRE`- TON en - TINY Koedooder.
Het is waarschijnlijk hun laatste optreden want
daarna houden ze er mee op.

De voorstellingen zullen in ons nieuwe gebouw
zijn aan de COORNHERTKADE 106.

Voorzitter: Joke van Lienen
Tuinderspad 145 1813CX Alkmaar
Liene029@planet.nl 072-5125646

Secretaris: Vacature

Penningmeester: Kees Wiersma
Westerweg 47 1815 DC Alkmaar
c.wiersma@tiscali.nl 072-5117118

Vice-Voorzitter: Pieta van den Heuvel
Klareweid 34 1831 BS Koedijk
Pietah62@hotmail.com 06-47490446

Overige bestuursleden:
Joyce Krauss p.koomen80@upcmail.nl
072-5122337 Culturele middagen
Nicoline Roukema 06-20686844
nicolineroukema@gmail.com

Ledenadministratie: Kees Wiersma
Westerweg 47 1815 DC Alkmaar

Coördinatie belastinghulp: Kees Wiersma
072-5117118

Coördinatie bezorging ledenblad
Desiree Zijlstra Nolensstraat 16 1814 RJ
06-41101111

Email
seniorenverenigingalkmaar@telfort.nl

Website: www.svalkmaar.nl

Bank: NL28INGB0007443393
Naam: Seniorenvereniging Alkmaar.

Contributie €15 (echt)paren €25 per jaar

Activiteiten:
Elke maandagmiddag Klaverjassen.
Van 13.15 tot 16.00 uur
Elke woensdagmiddag Bingo.
Van 13.30 tot 15.45 uur
Buurthuis Oud Overdie
Coornhertkade 106 1813 VZ
Tel 072-5403388
Buslijnen 2 en 4

Dagtocht Volendam

Vrijdag 28 september gaan we via een mooie toeristische route met Bak naar Volendam. Als eerste brengen we een bezoek aan een palingrokerij waar we ontvangen zullen worden met koffie en gebak. Daarna krijgen we een rondleiding en natuurlijk kunt U een toastje paling proeven! (Er is tevens de mogelijkheid om extra paling te bestellen. Dit wordt dan in de Simonshoeve vers en vacuum verpakt afgeleverd voordat de bus ons weer naar huis brengt) Na het bezoek aan de palingrokerij zullen we het Volendammer museum gaan bezoeken, waar U Volendam in alle glorie kan bewonderen. Geniet van de levensechte en authentieke taferelen van het dagelijkse leven van vroeger met veel origineel filmmateriaal en met kunst van de vele kunstenaars die Volendam hebben bezocht. Daarna gaan we naar de Simonshoeve in Katwoude waar we welkom worden geheten door personeel in Volendams kostuum. Hier krijgen we een uitgebreide Hollandse koffietafel met kroket en luxe salades en als klap op de vuurpijl ijs met slagroom en vruchten als dessert. Na de lunch krijgen we een rondleiding door de Simonshoeve waar U alles te weten komt over kaas en klompen. Uiteraard zal het proeven van kaas daarbij niet ontbreken. Het is mogelijk om daar nog koffie en koek te nemen, waarna we via een mooie route weer naar Alkmaar terug gaan om daar rond 17.30 uur weer aan te komen. U kan zich met bijgaand strookje of telefonisch via 072-5117118 bij Kees Wiersma (bel na 17.00 uur) tot opgeven. De kosten van deze dagtocht zijn €50 (niet leden €55). De kosten kan U storten

op bankrekening NL28INGB0007443393 ten name van Seniorenvereniging Alkmaar. Bij minder dan 30 deelnemers gaat de reis niet door. Er kunnen slechts 50 mensen mee. Rollators kunnen mee, rolstoelen niet. Zijn er teveel deelnemers dan vallen diegenen die het laatst betaald hebben het eerste af. U krijgt alleen bericht als de tocht niet doorgaat of als U af moet vallen. Afberichten kan tot maandag 24 september. **U moet op tijd op de opgegeven opstapplaats opstappen. De enige opstapplaatsen zijn:**

Busstation Rekerheem	09.15
Bushalte Muiderwrd (Wijkwaard)	09.20
Station NS bij AH	09.25
AH Hoefplan	09.35
Palatijn Dillenburgstraat	09.45

Bedankje.

Bij deze wil ik jullie allemaal bedanken voor alle kaarten en telefoon-tjes die ik mocht ontvangen na mijn operatie. Alles is in orde en ben in September weer helemaal present.
gr. Joyce Krauss.





In juni van dit jaar ontvingen wij het bericht dat Gon van Weert was overleden. Gon is heel lang een actief lid van toen nog ANBO Alkmaar afdeling centrum geweest, ook heeft zij jarenlang in het bestuur van deze afdeling gezeten.

De Bingo, de excursies en reizen heeft zij jarenlang verzorgd.

Ik zal mij Gon altijd blijven herinneren als een resolute vrouw met een, zoals zij zelf zei, nuchter boerenverstand, waardoor zij soms een wat harde indruk maakte op mensen die haar niet goed kenden. Maar als je haar wat beter leerde kennen en door die wat harde laag wist heen te komen dan kwam je al snel tot de ontdekking dat zij een warm en zeer sociaal hart had.

Mensen in problemen konden altijd bij haar aankloppen, mits het echte problemen of zorgen waren, want van aanstellerij en dikdoenerij was zij niet gediend en dat liet zij dan ook duidelijk merken.

Kortom een bijzondere vrouw was zij en niet eentje van dertien in een dozijn.

Namens bestuur van "Seniorenvereniging Alkmaar" Joke van Lienen

Over Eelco van der Aar

Genre: Engels

Mijn naam is Eelco ben 43 jaar en heb een grote voorliefde voor muziek uit de jaren '50 '60 en 70.

Ik woon in een klein gezellig oud huisje in Alphen aan den Rijn.

Zodra je bij ons de woonkamer binnentapt zul je meteen de conclusie trekken dat muziek maken bij ons hoog in het vaandel staat.

Overal staan namelijk muziekinstrumenten uitgestald.

Eelco maakt thuis graag muziek met zijn vrouw, waarbij zij hem begeleidt met gitaar of piano, en hij natuurlijk zingt.

De voorliefde voor de muziek uit de jaren '50 en '60 is ontstaan in zijn jeugd. Zijn moeder draaide deze muziek regelmatig.

Eigenlijk is het hem met de paplepel ingegoten. Een aantal jaar geleden vroeg een vriend van hem of hij eens een keer in zijn grand café wilde spelen. Natuurlijk deden ze dat. Dit ging zo goed dat hij vanaf dat moment regelmatig gevraagd wordt om op te treden.

Naast zijn solo - optredens speelt hij ook nog in een band "Off The Record".

Terugblik op het eerste halfjaar Samen eten.

23 Maart 2018 zijn we geweest in Restaurant Grand Cafe KLUNDER Canadaplein 2.

We waren maar met 6 personen.

De -menu lijst was niet zo groot maar wat we bestelden was van uitzonderlijke kwaliteit en was heerlijk. De prijzen waren gemiddeld.

18 Mei 2018 zijn we geweest in Restaurant De Buren Mient 37.

We waren met 12 mensen en dat is wel het maximum wat kan, daar je anders geen keuzemenu kan maken en je een eenheids-menu krijgt, daar de kok niet zoveel verschillende gerechten tegelijk kan bereiden.

Het was zeer knap dat we allen tegelijk ons bestelde diner opgediend kregen.

De prijs was gemiddeld ,afhankelijk wat je bestelde. Alles was goed geregeld en prima van smaak.

De culturele middagen.

Wat we reeds gezien hebben was op 8 Februari jl. een lezing van Hans v.d.

Klein over MOLENS.

Het bezoek was maar minnetjes - jammer

12 April kregen we muziek van Gitarist ALMUNDO.die vooral bij de dames zeer in de smaak viel.

Dagtochten

20 April zijn we naar de SCHOORLSE – duinen geweest. We hadden een behoorlijk volle bus.

Helaas hielden niet alle bezoekers zich aan de instaptijden of verschenen zonder tegenbericht niet of stonden ergens verkeerd te wachten, wat resulteerde dat we wat aan de late kant in SCHOORL aankwamen en het treintje al klaar stond. De koffie schoot er hierdoor bij in.

De tocht was heel leerzaam en leuk, met een duidelijke uitleg wat er alzo in de duinen stond en leefde.

Bij terugkomst stond de lunch al klaar en die was voortreffelijk met heerlijk brood en goede koffie.

Na de lunch kon je de koffie met gebak krijgen die we in de ochtend gemist hadden.

Al met al was het toch een hele leuke ochtend/middag die nog door ZINA samen met Joke van Lienen georganiseerd was.

Ben je LID van UNIVE met aanvullende verzekering en LID van EVIAN dan kun je €20.50 terug krijgen na het laten zien van je 2 pasjes op het kantoor van UNIVE.

Ingezonden

De MAX MOBIEL.

In Alkmaar rijden diverse Max Mobiel autootjes. Dat zijn elektrische 45 km wagentjes, geschikt om één persoon mee te vervoeren, met of zonder rollator. Het autootje rijdt alleen in Alkmaar. De kosten zijn € 1,- per rit. Minimaal 2 dagen van te voren moet u zich op geven en kenbaar maken wat uw wensen zijn. Naar de huisarts, naar de Mare, naar het station, naar het centrum, naar het wijkgebouw Overdie, naar het ziekenhuis etc.

Voor de mensen uit de Hoef is het telefoonnummer 06 193 496 21 en het email adres is

maxmobiel@blauweboom.nl.

Wat de telefoonnummers zijn in de andere wijken weet ik niet, maar u kunt dat ook via ons telefoonnummer te weten komen.

De gemeente heeft dit plan bedacht om de wat oudere mensen makkelijker uit hun huizen te krijgen. De proef duurt een jaar en als het goed gaat zullen er in de nabije toekomst 10 Max Mobiel auto's rijden. Ik zou zeggen: "Maak er gebruik van."

Een vriendelijke groet van mevrouw J.C.H.van Veen.

De Max mobiel is een elektrisch voertuig voor als u niet zo eenvoudig A naar B

komt. Denk bijvoorbeeld aan een ritje naar een familielid, het winkelcentrum of de dokter. Reserveer de Max mobiel en een opgeleide chauffeur brengt u op bestemming. In de kofferbak past een rollator of opvouwbaar rolstoel.

De Max Mobiel reserveren? Bel of mail naar een locatie in de buurt:

Buurtcentrum Overdie Ontmoet: 072 540 2499

Buurtcentrum Bloemwijk 06 4913 4979

Wijkcentrum De Oever (Oudorp): 072

511 7311 of maxmobiel@de-oever.nl

Wijkcentrum De Rietschoot (Koedijk):

072 561 5595 of info@rietschoot.nl

Buurtcentrum de Blauwe boom

(Hoefplan): 06 1934 9621 of

maxmobiel@blauweboom.nl

Stichting Niko (locatie: Nieuwpoort) 072

518 5000

Buurtcentrum De Rekere 072 750 4536

Lijkt het u leuk om als vrijwillige chauffeur rond te gaan met de Max mobiel meld u dan bij een van de locaties.

'Leg vast wie jouw zaken mag regelen' pleidooi levenstestament

Hij ziet het steeds vaker gebeuren. Oude mensen die door dementie, een herseninfarct of andere ziektes geestelijk in de war raken. Niet meer in staat zelf beslissingen te nemen. En dan? "Iedereen denkt dan: ach, dat lost de partner wel op, of de kinderen. Maar als dat nergens is vastgelegd, kan dat zomaar niet."

Uit de krant Tubantia van 8 juni 2018

Johan Harink drukt ouderen op het hart om iets te regelen voor als ze geestelijk achteruit gaan. ©De Persgroep / Carlo ter Ellen



[Enschede](#)ër Johan Harink (85) komt bijna dagelijks bij leeftijdgenoten over de vloer, als belastingconsulent namens de ouderenbonden. In die functie stuit hij steeds vaker op schrijvende verhalen over mensen die in de problemen zijn gekomen door 'handelingsonbekwaamheid'. Het is de officiële term voor mensen die niet meer in staat zijn zelf financiële en juridische beslissingen te nemen. Bijvoorbeeld door dementie of een herseninfarct.

"Ik vulde al jaren de belastingformulieren in voor een alleenstaande mevrouw. Die krijgt op een dag een hersenbloeding, wordt opgenomen in het ziekenhuis en ligt daar vervolgens zes maanden in coma. Ze had niets geregeld. Dus was er niemand bevoegd om haar huur op te zeggen, medische beslissingen over haar te nemen, of zelfs maar de post open te maken. Toen ze uiteindelijk overleed werden haar erfgenamen dus geconfronteerd met een heleboel administratief en financieel gedoe. Dat is ontzettend triest, ik weet zeker dat ze dit niet zo had gewild."

Harink kent talloze voorbeelden. "Ook van mensen met een partner, of met kinderen. Wat als je dementeert en in een verpleeghuis wordt opgenomen? Je partner of je kinderen mogen bijvoorbeeld niet zomaar beslissen het huis te verkopen, of je bankrekening te gebruiken. Daarvoor is een speciale machtiging

nodig. Maar die moet je wel opstellen als je nog geestelijk gezond bent. En anders moet er een hele gerechtelijke procedure worden begonnen."

De Enschedeër is daarom een warm pleitbezorger voor het 'levenstestament'. Dat is een officiële verklaring waarin je aanwijst wie namens jou beslissingen mag nemen als je handelingsonbekwaam wordt. "Een testament opstellen, dat kent iedereen. Daarin regel je wat er ná je dood moet gebeuren. Maar een levenstestament regelt zaken vóór je dood, voor het geval je daar zelf niet meer over kunt beslissen".

Dat laatste komt steeds meer voor, bevestigt notaris Daniëlle Oosten uit Enschede. Door de vergrijzing krijgen steeds meer mensen te maken met geestelijke achteruitgang. En dan bespaart een levenstestament alle betrokkenen een hoop narigheid: "Als je dat niet hebt, moet je de zeggenschap via de rechter regelen, die wijst dan een bewindvoerder aan. Maar daar worden dan wel alle directe familieleden bij betrokken en als er bijvoorbeeld onenigheid is met een van de kinderen, kan dat problemen opleveren. Verder is er vaak een wachttijd voor dergelijke procedures. En bij bewindvoering moet je elk jaar schriftelijk verantwoording afleggen over je handelingen. Dat kun je allemaal voorkomen door een levenstestament op te maken waarbij je iemand aanwijst die je zaken regelt." En volgens Oosting is dat niet alleen van belang voor materiële zaken: "In een levenstestament kun je ook vastleggen wie medische beslissingen over jou mag nemen. Die mag dan bijvoorbeeld ook jouw medisch dossier inzien, wat anders niet toegestaan is. Die verantwoordelijkheid wil je graag in handen geven van iemand die je vertrouwt, en ook daarvoor is een levenstestament de oplossing."

De rijbewijskeuring.

Voor de rijbewijskeuring die nodig is voor de verlenging op 75, 80, 85 en 90 jarige leeftijd heeft U een eigen medische verklaring nodig. Deze kan via de website van het cbr (www.mijn-cbr.nl) ingevuld en gedownload worden als U een digid heeft en kan internetbankieren. Kosten €34.80 U kan ook via het cbr telefonisch op 0900-0210 een papieren medische verklaring aanvragen. Er komt dan €10.00 verzendkosten bij. Medische verklaringen zijn vaak verkrijgbaar bij rij scholen en de grote keuringsorganisaties. De laatste vragen dan prijzen van €41.00 tot €44.80



U moet zelf een eigen geneeskundige verklaring meenemen.

Wij kennen 2 keuringsinstellingen, bij wie u de benodigde eigen verklaring tegen betaling kan krijgen als U daar bij het maken van de afspraak om vraagt.

Dat zijn:

Regelzorg tel 088-23 23 300

www.regelzorg.nl

Kosten keuring €40 Eigen verklaring € 41

Rijbewijskeuringsarts tel 036-7200911

www.rijbewijskeuringsarts.nl

Kosten keuring €42,50 Leden
Seniorenvereniging €35,--Eigen
verklaring €44.80

Goedkope Keuringen tel 085-4883616

www.goedkopekeuringen.nl

Kosten keuring €42,50 Leden
Seniorenvereniging €35,--Eigen
verklaring €44.80

**Op aanvraag sturen wij U een
verklaring dat U lid van de
Seniorenvereniging is.**

Het mantelzorgcompliment

Inwoners van de Gemeente Alkmaar die geïndiceerde zorg, waaronder huishoudelijke hulp, krijgen, kunnen voor hun mantelzorg een bedrag van €200 , het mantelzorg compliment aanvragen. De mantelzorg is iemand die de zorgvrager ondersteunt, dus niet de beroepsmatige zorgverlener Meestal gaat het om een familielid, goede vriend of buur.

De aanvraag over 2018 moet voor 31 december worden ingestuurd. Het formulier vindt u op de website van de Gemeente en van het Mantel-zorgcentrum (<http://mantelzorgcentrum.us7.list-manage2.com/track/click?u=adc84998d67addc3384feccd12&id=e7dd9748b3&e=cc92d482aa>)

Maar U kan het ook ophalen bij diverse zorginstellingen, bibliotheken en gemeentelijke steunpunten en uiteraard ook het stadskantoor. Het ingevulde formulier met de bijbehorende bewijsstukken stuurt u naar het Mantelzorgcentrum.

8 Redenen om lid te worden van de Seniorenvereniging Alkmaar

Als lid krijg je hulp bij de belastingaangifte.

Kan je korting krijgen bij je ziektekostenverzekering

Kan je tot € 7.50 korting krijgen bij de rijbewijskeuring.

Kan je komen klaverjassen op maandag.

Kan je meedoen met bingo op woensdag.

Kan je 4 keer per jaar gratis naar een gezellige middag.

Kan je een paar keer per jaar mee met een dagtocht per bus

Kan je 4 keer per jaar samen met anderen uit eten.

Het kost maar € 15 per jaar, paren €25.

Aanmelden? Ga naar www.svalkmaar.nl/aanmeld.html , bel na 17.00 uur naar 072-5 117 118 of stuur onderstaand aanmeldingsformulier op

Ik/Wij melden ons aan als lid van de Seniorenvereniging Alkmaar

Naam _____

Adres _____

Postcode _____

Geboortedatum _____

Telefoonnummer _____

E-mailadres _____

Naam 2^e persoon _____

Geboortedatum 2^e persoon _____

Wij maken de contributie voor de 2^e helft van 2018 van €7,50 of € 10 over op bankrekening NL28INGB 0007 4433 93 ten name van Seniorenvereniging Alkmaar

Opsturen naar Seniorenvereniging Alkmaar Westerweg 47 1815 DC Alkmaar

INVULSTROOK BUSTOCHT OP VRIJDAG 28 September 2018.

NAAM

ADRES

TELEFOON

Ik/Wij betalen:

Per bank op rek NL28 INGB 000 7 4433 93 op naam van Seniorenvereniging Alkmaar

- Ik/wij stappen op bij
 Busstation Rekerheem
 Muiderwaard bushalte Wijkwaard
 Centr.station bij A Heijn
 Hoefplan naast AH
 Palatijn Dillenburgerstr 1
Zet een kruisje!

Opsturen naar Seniorenvereniging Alkmaar Westerweg 47 1815 DC Alkmaar
(U mag zich ook telefonisch opgeven 072 5117 118 na 17.00 uur)