

## **Editie PCOB – December 2018/Januari 2019**

(www.pcobdriebergen.nl) e-mail: secretariaat@pcobdriebergen.nl (512869)

Bankrekening: NL35 RABO 0103 3707 73 t.n.v. PCOB afd. Driebergen

### **Onze agenda:**

**Vrijdag 21 december: Kerstdiner PCOB-KBO 17-20u (Nieuw Salem)**

**Maandag 14 jan. 2019: ds.D.C.Coppoolse over Armenië en Georgië (Nieuw Salem 14u)**

**Klaverjassen 2019: 17jan-7feb-28feb-21mrt-11apr(Nieuw Salem, 13.45u.; €3,00)**

**Donderdag 10.30u: Koffie inloop Nieuw Salem (1-15nov; 6-20dec; 3-17jan; 7-21feb 2019)**

**Vrijdag 17 mei t/m 24 mei 2019: Vakantieweek Gaasterland**

□

### **Van de voorzitter**

#### *Zorg en Welzijn*

In de gemeente Utrechtse Heuvelrug is Zorg en Welzijn een zeer belangrijk aandachtspunt voor het Seniorenplatform. Het Seniorenplatform behartigt o.a. de belangen voor Senioren op het gebied van Wonen, Zorg en Welzijn, en Veiligheid en Verkeer bij de gemeente. Dit wordt gedaan voor de seniorenorganisaties in de Utrechtse Heuvelrug.

Lange tijd heeft het Seniorenplatform het moeten stellen zonder portefeuillehouder Zorg en Welzijn en zonder een goed functionerende commissie.

Tijdelijk wordt deze functie door ondergetekende waargenomen. Wij zijn gelukkig erin geslaagd weer een commissie samen te stellen. Graag wil ik u kennis laten maken met een stukje over de WMO van ons nieuw commissielid mevr. Aartje Hemelaar. In het recent overleg met wethouder Waaldijk waren en blijven de WMO en de Sociale Dorpsteams belangrijke gespreksonderwerpen. Het volgende artikel over de WMO en de Sociale Dorpsteams geeft een goed inzichtje.  
*Arie Kliphuis.*

#### **De WMO in de Gemeente Utrechtse Heuvelrug.**

Is aardig zijn belangrijker dan duidelijkheid? Bij ons op de Utrechtse Heuvelrug vind ik dat het zorg- en welzijnswerk heel aardig is georganiseerd. Met mijn zorgvraag kan ik direct bij de mensen van het Sociaal Dorpsteam aankloppen. En bij een volgende zorgvraag stuurde ik simpelweg een mailtje naar mijn contactpersoon. Helaas bleek na 4 weken dat dit mailtje over het hoofd was gezien. Nu had ik spijt dat ik zolang had gewacht om te vragen of het klopte dat ik nog geen reactie had. Nadat ik mijn tweede mailtje stuurde, ging het snel. Ik werd per omgaande gebeld. Mijn verzoek werd snel doorgespeeld aan een collega met meer ervaring op het terrein van de vraag. Enkele dagen later was er een afspraak gemaakt voor een huisbezoek. De collega komt persoonlijk bij ons op bezoek om onze vraag zorgvuldig door te spreken.

Deze persoonlijke benadering geeft mij enerzijds een goed gevoel. Ik hoef geen eindeloos formulier in te vullen op de site van de gemeente Utrechtse Heuvelrug. Dat is overbodig in de warme, persoonlijke aanpak die onze gemeente gekozen heeft. Geen koele, zakelijke procedure maar een persoonlijke ontvangst van de zorgvraag en dat vind ik aardig.

Anderzijds ben ik ongelukkig met deze aanpak. Dat vind ik dan weer onaardig van mezelf. Ik vind de aanpak verwarrend.

Want, wanneer gaat nu een termijn tellen? Als ik een mailtje stuur naar het Sociaal Dorpsteam? Mag het Sociaal Dorpsteam onbeperkt tijd nemen voor een procedure? Ik heb bij mijn huidige zorgvraag geen tijdsdruk, maar als je die wel hebt? Het is voor mij onduidelijk waar ik aanspraak op kan maken. En doordat het contact persoonlijk is en ik ook graag aardig wil zijn en het contact goed wil houden, vind ik het lastig om de persoon hier op aan te spreken.

Bij een vorige zorgvraag werd er na enkele weken overleg een aanvraagformulier opgesteld door onze contactpersoon van het Sociaal Dorpsteam. Ik werd gevraagd de teksten zorgvuldig te lezen en de inhoud 'van ons' te maken, het was immers onze zorgvraag. Het aanvraagformulier is er dus nog wel! Waarom mag ik dat niet meer zelf invullen?

Deze zorgvraag werd toegekend. Ik vraag mij af wat er zou zijn gebeurd als mijn zorgvraag niet was toegekend. Was er dan ook een aanvraagformulier gekomen? Hoe kan ik bezwaar maken zonder aanvraagformulier? Waarom mag ik niet direct een aanvraagformulier invullen? Dan was het ook direct van mij geweest. Verwarrend.

De mensen van het Sociaal Dorpsteam zijn aardige mensen en voeren hun taken vriendelijk uit. Echter, niet aan alle zorgvragen wordt voldaan. Het argument dat ik te horen kreeg in het telefoongesprek waarin mij werd verteld dat er geen tegemoetkoming zou worden verstrekt, was: 'als je € 10,- per maand spaart, is het door jezelf te financieren'. Nadat het telefoongesprek beëindigd was en ik het argument nog eens overdacht, realiseerde ik me dat deze reactie ging over mijn portemonnee. Het Sociaal Dorpsteam beslist toch over de portemonnee van de WMO, toch niet over de mijne? Dit argument is een advies, geen argument voor de afwijzing. Goed bedoeld en verwarrend. Onduidelijk en onbevredigend.

Wat mij betreft mag de uitvoering van de WMO in onze gemeente duidelijker en zakelijker. Dat maakt het mij ook makkelijker om kritische vragen te stellen.

*Aartje Hemelaar.*

## **Van de Activiteiten Commissie**

Dit is alweer de laatste Nieuwsbrief van dit jaar.

In de novemberbijeenkomst heeft Marcel Woudman, de man van de ziektekostenverzekering Zilveren Kruis een geïnteresseerd publiek bijgepraat over de mogelijkheden om eventueel over te stappen naar een ziektekostenverzekering die gunstiger voor u zou kunnen zijn. U heeft nog een paar weken om erover na te denken...

### **Nieuwjaarsbijeenkomst 14 januari 2019 – 14 uur.**

We hebben ds. Daco Coppoolse, voor de meesten van u geen onbekende, bereid gevonden om zijn belevenissen tijdens zijn reis door Armenië en Georgië met ons te delen.

*Armenië* is een bergachtig land in de zuidelijke Kaukasus. Het land behoort tot Azië maar in culturele en historische zin beschouwt het zich als behorend tot Europa. De hoofdstad Jerevan is in 782 voor Christus gesticht en daarmee een van de oudste steden van de wereld.

*Georgië* is ontstaan in de 5<sup>e</sup> eeuw voor Christus. Het land beleeft al jaren roerige tijden. De huidige republiek is ontstaan in 1991 bij het uiteenvallen van de Sovjet Unie.

U wordt allen hartelijk uitgenodigd om op 14 januari beelden van deze landen en de verhalen eromheen te komen zien en te beluisteren.

### **Koffie-inloop**

De zes gastvrouwen hebben met elkaar de koffiemorgens geëvalueerd en besloten dat we, natuurlijk, in het nieuwe jaar gewoon doorgaan met deze activiteit. We vinden het fijn om elke keer weer zo'n hartelijke groep mensen te ontvangen. Langzaam maar zeker gaan we elkaar een beetje kennen. Ook de mensen die af en toe binnenlopen proeven de ontspannen sfeer die er heerst. De invulling van deze morgens blijft hetzelfde: geen programma maar spontaan een onderbreking door een lied, gedicht of een verhaal door een van de aanwezigen.

**De data voor de volgende maanden: 3 en 17 januari, 7 en 21 februari 2019.**

**Rest ons nog u allemaal goede eindejaarsdagen te wensen!**

## **Een mooi aanbod voor onze PCOB-leden (maar liefst 33% korting)**

Feestelijk Kerstconcert met meer dan 125 zangers!

Zaterdagavond 15 december bent u welkom in de monumentale Oude Kerk te Zeist voor een uniek Kerstconcert: pianist Wouter Harbers voert samen met ruim 125 zangers en musici een selectie van de mooiste kerstmuziek uit...

Carols en highlights worden gezongen door de zangers van Vocaal ensemble Lobet den Herrn uit Bodegraven, Kerkkoor Driebergen en Soli Deo Gloria uit Langbroek. Organist Pim Schipper en trompettist Laurens van Egmond begeleiden de koren, strijkkwartet Romance speelt ontroerende solo's en Wouter Harbers dirigeert en bespeelt de vleugel. Een muzikaal feest, een must voor elke kerstmuziek liefhebber!

De Oude Kerk is open vanaf 19:15u, het concert begint om 20:00u en duurt tot circa 22:00u. U kunt gratis parkeren op loopafstand. De entree bedraagt 15 euro (leden PCOB: 10 euro / tot 16 jaar: 5 euro). Kijk voor meer info en een promotievideo op [www.wouterharbers.nl](http://www.wouterharbers.nl). Reserveren is niet nodig, hartelijk welkom! *(Neem wel even uw PCOB pasje mee om gebruik te kunnen maken van de korting!)*

## **Vakantieweek naar Gaasterland van vrijdag 17 mei tot vrijdag 24 mei 2019.**

Na een geslaagde reis naar Westelbeers in Brabant vorig jaar, organiseert de PCOB-Driebergen voor 2019 een reis naar Gaasterland in Friesland.

Er is gekozen voor "Hotel Gaasterland" in het plaatsje Rijs.

Een prachtig drie sterren hotel in het mooie Gaasterland.

De reis is bedoeld voor mensen die voor zich zelf kunnen zorgen. Er gaat geen verpleging mee.

Als u bij het lopen een rollator nodig hebt, is dat helemaal geen probleem.

U verblijft samen of alleen in een prachtige één of twee persoonskamer, inclusief algehele verzorging.

Een hele dagtocht, twee halve dagtochten, alle entreegelden, de fooien,

de reisbegeleiding en ook de heen en terugreis met de bus is bij de prijs begrepen.

De drankjes die u zelf bestelt, moeten bij vertrek afgerekend worden.

De prijs voor een twee persoonskamer bedraagt dit jaar slechts € 600,- p.p., voor een één-persoonskamer € 660,-.

De prijzen zijn inclusief de ingevoerde BTW verhoging en **exclusief** een annuleringsverzekering.

Wij nodigen u van harte uit om aan deze reis deel te nemen.

Uiteraard geldt deze uitnodiging ook voor de KBO-leden.

De reisleiding is dit jaar in handen van Corma en Gijs Schaap.

Voor inschrijfformulieren en informatie kunt u terecht bij Corma en Gijs Schaap, Uilenkamp 58, 3972 XS, Driebergen.

Telefoon 0343-512902. Email: [gijsencormaschaap@casema.nl](mailto:gijsencormaschaap@casema.nl).

## **IKO-lezingen:**

**Dinsdag 11 december lezing in 't Hoge Licht: 10.00 uur**

"De Messiah" door Camiel Verhamme

Opmerkelijk genoeg associeert vrijwel iedereen dit werk met de kersttijd, maar Händel heeft het niet als kerkmuziek bedoeld en al helemaal niet voor kerst. Het werk werd zelfs aangekondigd als Grand Musical Entertainment en vertoont de karakteristieke driedeling van Händels opera's (twee pauzes).

Omdat de 'verhaallijn' van de Messiah globaal het kerkelijk jaar volgt - van Advent tot en met Pinksteren - is er geen geëigende periode voor een uitvoering ervan. Maar omdat de tekst de nadruk legt op de voorspelling en aankondiging van de Messias, vinden tegenwoordig uitvoeringen vooral plaats in de aan kerstmis voorafgaande adventstijd.

U zult deze morgen in kort bestek iets te horen krijgen over de geschiedenis van het werk, het libretto, de structuur ervan en vooral zult u vanzelfsprekend naar een aantal bekende en minder bekende fragmenten kunnen luisteren die eerst zullen worden toegelicht. Daarbij zal de nadruk liggen op de vocale en instrumentale kenmerken van elk der afzonderlijke delen waaruit dit oratorium bestaat. Die zijn overigens identiek aan die van de opera's van Händel en veel opera's en oratoria uit de tijd van de Barok.

### **Bridge op maandagmorgen**

Op maandagmorgen is de Driebergse bridgeclub actief in Nieuw Salem , De Lei 86, Driebergen. Er wordt gespeeld van 10.00-12.30. Wie zich wil aanmelden kan dat doen bij mw.Marie Rollingswier (0343-515791). Van harte welkom!

**De PCOB heeft de Anbi-status:** wellicht kunt u door uw giftenregeling ook ons werk een beetje steunen.

NL35 RABO 0103 3707 73 t.n.v. PCOB Driebergen

### **Internetcafé M@X voor senioren**

In Woon- en zorgcentrum Sparrenheide kunt u terecht in het Internetcafé M@X, met computerfaciliteiten, laptop, tablet, smartphone. (ma/mi, wo/mo) Aanmelden kan met het inschrijfformulier dat is af te halen bij de receptie van Sparrenheide, Sparrenheide 1, Driebergen, of voor toezending belt u naar: Karel Losekoot, 0343-533632.

### **Over het levenstestament**

*'Wat als je zelf geen beslissingen meer kunt nemen?'*

Wie beslist er als je zelf niet meer wilsbekwaam bent? Veel mensen denken daar niet over na, aldus een notaris. Maar het is mogelijk dat er een moment komt dat je niet meer zelfstandig beslissingen kunt nemen, of de gevolgen niet kunt overzien.

Iedereen kent wel het gewone testament, dat ingaat als je komt te overlijden. Het levenstestament geldt tijdens je leven. Wanneer kunt je zo'n levenstestament opmaken? Wat is wilsonbekwaamheid en wanneer ben je dat? Wat voor mogelijkheden zijn er, wat kan je nu al regelen?

De notaris: mensen worden steeds ouder, maar de kwaliteit van leven gaat niet altijd mee. Het is heel fijn als je de regie zelf in handen kunt houden, dat is een geruststellende gedachte.

Dus: laat een levenstestament opmaken bij de notaris.

Er is ook een handige brochure beschikbaar.

Ook is informatie te vinden op [[www.wievandedrie.nl](http://www.wievandedrie.nl)]. En ook: [www.notaris.nl/levenstestament](http://www.notaris.nl/levenstestament).

**Testament ingewikkeld?** Het Ouderenfonds helpt! Het regelen van een testament is geen alledaags onderwerp. Toch is het waardevol om zelf te beslissen over uw nalatenschap. Daarom bracht het Nationaal Ouderenfonds een nieuw bewaarboekje uit: Mijn testament in 5 stappen. Met het bewaarboekje kunt u stap voor stap nadenken over uw testament. U kunt het boekje gratis aanvragen via: [www.ouderenfonds.nl/testament-5-stappen](http://www.ouderenfonds.nl/testament-5-stappen), tel.0800-1325 (2018).

### **KBO-PCOB landelijk actief:**

Mensen die te maken krijgen met zorg thuis of bij verhuizing naar een verpleeghuis, betalen hiervoor een eigen bijdrage die door het CAK wordt berekend. Deze eigen bijdrage is gebaseerd op het inkomen van twee jaar geleden. Vaak is de huidige situatie in deze twee jaar al zodanig veranderd dat ouderen te veel betalen aan eigen bijdrage.

Die bedragen kunnen fors oplopen en tot problemen leiden, zoals het niet kunnen betalen van extra kosten die met de veranderende situatie kunnen ontstaan. KBO-PCOB wil hiervoor zo snel mogelijk een oplossing en zet daarom tijdelijk een nieuwe dienst in de markt: Bespaar Eigen Bijdrage (BEB).

Te veel senioren hebben te maken met een stapeling van zorgkosten. Deze kosten worden hoger, terwijl tegemoetkomingen en compensatieregelingen zijn wegbezuinigd. KBO-PCOB maakt zich daarom al langer sterk voor het tegengaan van de stapeling van zorgkosten. KBO-PCOB heeft in een consultatiebrief aan minister Hugo de Jonge van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) aangegeven in beginsel tevreden te zijn met het wetsvoorstel voor een abonnementstarief in de Wmo.

## **Orgaandonatie**

Op 1 juli 2020 komt er een nieuwe donorwet die regelt dat iedereen vanaf 18 jaar geregistreerd wordt in het Donorregister. Uw keuze kunt u zelf maken, vastleggen en altijd wijzigen. Door registratie is voor nabestaanden duidelijk wat uw keuze is.

Voor vastleggen: ga naar [www.donorregister.nl](http://www.donorregister.nl).

## **Doelstelling van de Commissie Zorg en Welzijn van het Seniorenplatform**

Het Seniorenplatform Utrechtse Heuvelrug geeft gevraagd en ongevraagd advies aan het College van Burgemeester en Wethouders over het seniorenbeleid en komt op voor de belangen van alle Senioren in de gemeente Utrechtse Heuvelrug. De commissie Zorg en Welzijn onderhoudt contacten met organisaties die op het gebied van senioren actief zijn zoals buurthuizen, sociale dorpsteams, welzijnswerk, zorgaanbieders, vrijwilligers. Verder is de commissie Zorg en Welzijn nauw betrokken bij het beleidsplan van de WMO. De commissie Zorg en Welzijn participeert bij het overleg van de onderstaande zaken.

### *Aandachtspunten in 2018-2020:*

- Welke dilemma's komen we tegen als het gaat om toenemende taken op WMO gebied en afnemen van middelen die daarvoor beschikbaar zijn. We blijven deze vragen voorleggen aan de gemeente.
- Bij wie ligt de verantwoordelijkheid voor de zorg: bij de gemeente of de inwoners zelf? Aandacht blijven vragen voor senioren die dit niet zelf kunnen en bepleiten dat er kwalitatieve zorg wordt geleverd.
- Mantelzorgers en vrijwilligers. Wat mag men verwachten, hoe blijft er een goede combinatie van professionele zorg en informele zorg. Door te participeren in de verschillende overlegvormen die georganiseerd worden in de dorpen willen we dit in de gaten houden.
- Kijken inwoners naar elkaar om? Oudere inwoners vinden het logisch om bij elkaar een oogje in het zeil te houden. Jongere daarentegen kennen dit soort afspraken minder.
- Veel inwoners geven aan het lastig te vinden om hulp te vragen aan de bureaus. Dit blijft de komende jaren een aandachtspunt.
- Van belang is om bekendheid te blijven geven aan senioren over het verkrijgen van informatie over het aanbod op het gebied van Zorg en Welzijn. Men kan gebruik maken van de Vrijwillige Ouderenadviseurs van de plaatselijke seniorenverenigingen.
- Daarnaast is de commissie Zorg en Welzijn bezorgd over de bezuinigingen die het Rijk de gemeente oplegt en participeert in het overleg dat de gemeente hierover organiseert.
- In de bijeenkomsten van Ketenzorg Dementie participeert de commissie Zorg en Welzijn met als doel goede en kwalitatieve, maar ook doelmatige zorg te leveren. De zorgverzekeraars vinden het van essentieel belang dat er een sterke ketenorganisatie ontstaat.
- De commissie zal investeren in een goed contact met de Sociale Dorpsteams.

**En nu nog dit:** de commissie Z&W werkt met vrijwilligers, natuurlijk! Maar als niemand aantreedt om mee te helpen blijft er van Z&W niet veel over.

Voorzitter Arie Kliphuis (0343-539339; [a.kliphuis@ziggo.nl](mailto:a.kliphuis@ziggo.nl)) wil graag verder met dit belangrijke werk. Neem contact met hem op of vraag nadere informatie.

## **Wilsverklaring**

In de vorige maand was er de Internationale Dag van de Palliatieve zorg.

Palliatieve zorg is de zorg voor mensen die niet meer beter kunnen worden omdat zij een levensbedreigende ziekte hebben.

Centraal thema van deze dag was het belang van het goed en tijdig regelen van financiële aspecten, medische wensen en praktische zaken. Hierdoor wordt de positie van de patiënt en zijn naasten versterkt. Dat zorgt voor rust. Voor je uitschuiven geeft juist onrust.

Bij de Algemene Beschouwingen na Prinsjesdag heeft de staatssecretaris de status van de schriftelijke wilsverklaring bevestigd en aangegeven dat er naderhand geen mondelinge bevestiging meer vereist is. Voor het einde van het jaar komt er een *handleiding* voor patiënten, die door artsen en andere professionals moet worden gevolgd.

Ook wordt de "niet-reanimeer penning" gelijk gesteld aan een schriftelijke verklaring, zodat die alleen op zeer gegronde redenen kan worden genegeerd.

Nuttige informatie over dit onderwerp is verder te vinden in de KNMG brochure "Praat op tijd over uw levenseinde" op [levenseinde.KNMG.nl](http://levenseinde.KNMG.nl).

## **Handige hulpmiddelen op website Zorg Verandert**

Hoe bereid ik het keukentafelgesprek met de gemeente voor? Hoe maak ik bezwaar tegen een afwijzing van de gemeente voor huishoudelijke hulp? Hoe werk ik als mantelzorger op een goede manier samen met de professionele zorgverlener? Met deze en andere vragen kunt u terecht op [www.zorgverandert.nl](http://www.zorgverandert.nl). Hier staan handige hulpmiddelen voor mensen die zorg of ondersteuning nodig hebben én voor hun omgeving, zoals mantelzorgers, familie en vrijwilligers. Het doel hiervan is, dat mensen hun weg vinden in de veranderende zorg.

Het gaat om praktische handleidingen, stappenplannen, checklists, folders, tips en verwijzingen naar leerzame filmpjes en nuttige websites. U kunt op de website (onder het kopje 'Handig voor u' in de menubalk bovenaan) zoeken naar informatie die van toepassing is voor uw situatie. Op de website staat ook informatie over onderwerpen waar veel vragen over zijn, zoals mantelzorg, overgangsrecht en de eigen bijdrage volgens de Wet maatschappelijke ondersteuning (WMO 2015) en de Wet langdurige zorg (Wlz). De website wordt steeds aangevuld met nieuwe hulpmiddelen en informatie.

## **De commissie Wonen van het Seniorenplatform**

In de afgelopen periode heeft de Commissie Wonen vooral ambtelijk contact gehad met de gemeente.

Zo heeft onze commissie samen met Woon Advies Commissie Utrechtse Heuvelrug meegedacht bij het opstellen van de Nota Richtlijnen levensloopbestendig (ver)bouwen en van de Ontwerpwijzer, die door particulieren gebruikt kan worden om de woning levensloopbestendig aan te passen. Inmiddels zijn deze 2 documenten vastgesteld door het college.

Het is nu van belang bekendheid te geven aan deze Nota's bij de met name oudere bevolking met als doel hen te motiveren tijdig na te denken over de gewenste toekomstige woonsituatie. Deze richtlijnen zijn bedoeld als hulpmiddel.

Het is het plan om begin 2019 in de verschillende dorpen vijf bewustwordings-bijeenkomsten te houden over dit onderwerp 'Mijn huis op maat'. De gemeente organiseert deze bijeenkomsten in samenspraak met onze commissie.

De gemeente is bezig met het actualiseren van de huidige Woonvisie. Onze commissie heeft al in de beginfase een brief naar het College gestuurd met haar wensen.

Onze belangrijkste wensen, die wij graag terug zouden willen zien in de nieuwe Woonvisie, zijn: Bij toewijzing nieuwbouw en/of sociale woningen voorrang geven aan eigen inwoners.

Meer sociale en middeldure woningen realiseren, die bij voorkeur (ten dele) levensloopbestendig zijn. Naast de Blijverslening ook de Verzilverlening als gemeente mogelijk maken. Dat is een lening waarbij voor de financiering gebruik gemaakt wordt van de overwaarde van de woning.

In de nieuwe Woonvisie wordt gemeld dat de gemeente bij het opstellen van de nieuwe Woonvisie o.a. gebruik heeft gemaakt van de resultaten van het onderzoek naar de woonwensen van 55-

plussers, dat onze commissie in januari 2018 heeft gehouden onder de lokale makelaars. Een aantal aanbevelingen uit ons onderzoek heeft de gemeente dan ook meegenomen. Tijdens de inspraak over de Woonvisie werd de vraag gesteld of senioren met een grote woning bereid zijn hun woning op te splitsen en te delen met andere bewoners. Op deze vraag kon door onze commissie geen antwoord worden gegeven.

*Hebt u ideeën voor het Seniorenplatform en/of de Commissie Wonen, laat het ons weten via de mail: [wijngaem@xs4all.nl](mailto:wijngaem@xs4all.nl)*

## **Z.O.U.T. – LADDER**

Op papier is beschikbaar een overzicht van alle activiteiten in de Bibliotheek. Informatie is ook te vinden op [[www.bibliotheekzout.nl](http://www.bibliotheekzout.nl)]. Even er uitgelicht: op de 1<sup>e</sup> vrijdag (19-20u) is er duurzaamheid- en energiespreekuur voor uw woning. Er zijn energieambassadeurs aanwezig.

*Nog meer bieb:* via [[www.muzeekweb.nl/luister](http://www.muzeekweb.nl/luister)] zijn in de muziekgids miljoenen muzieken te beluisteren. Voor inloggen is uiteraard uw biebkaart nodig.

*Meer bieb:* op de online Bibliotheek zijn E-books te lezen/lenen (voor tablet, gsm, e-reader, pc). Ga naar [www.onlinebibliotheek.nl](http://www.onlinebibliotheek.nl).

*Ook bieb:* naar honderden luisterboeken luisteren, soms ook gratis voor niet-leden. Ga naar [bibliotheek.nl/luisterboeken](http://bibliotheek.nl/luisterboeken), of download de app LuisterBieb. [[www.onlinebibliotheek.nl](http://www.onlinebibliotheek.nl)].

*Laatste biebje:* ga naar [onlinebibliotheek.nl/cursussen](http://onlinebibliotheek.nl/cursussen), je raakt nooit uitgeleerd (wel pasje nodig).

>best een aardige lijst om je tijd te vullen<

## **Zilverlijn belservice van het Nationaal Ouderenfonds**

Dit is een speciale belservice voor senioren, die het leuk vinden om regelmatig een praatje te maken aan de telefoon.

Een telefoontje duurt ongeveer 20 minuten, is gratis, is vertrouwelijk.

Je wordt wekelijks gebeld op een vast dagdeel, naar eigen keuze.

Aanmelden kan via [[www.ouderenfonds.nl](http://www.ouderenfonds.nl)], of bellen: 0800-1325.

## **Wel of niet nep-mail herkend?**

Controleer het e-mailadres, of vertrouw het niet.

Geef nooit persoonsgegevens.

Klik niet op links of allerlei bijlagen.

Controleer o.a. het adres van de link door, zonder er op te klikken, de cursor van de muis op de link te zetten, en te zien welk adres verschijnt.

Stuur bij twijfel (en als je het de moeite vindt) de niet geopende mail( !!) naar: [valse-email@fraudehelpdesk.nl](mailto:valse-email@fraudehelpdesk.nl).

Op [www.fraudehelpdesk.nl](http://www.fraudehelpdesk.nl) staat veel informatie (088-786 7372). Daar staat ook een hele verzameling.

**De bank denkt met u mee:** zorg verandert, wens langer-zelfstandig-willen-wonen is groot. Daarom hebben Rabobank en Interpolis een platform ontwikkeld, met veel informatie, nuttige links, handige oplossingen, etc. Ga naar [[www.ikwoonleefzorg.nl](http://www.ikwoonleefzorg.nl)].

## **Is uw verkeerskennis actueel?**

Thuis een beetje verkeerskennis opfrissen kan met de computer: ga naar [www.vvn.nl/opfriscursus](http://www.vvn.nl/opfriscursus).