



# Nieuwsbrief

**Website :**

[www.kboprovgroningen.nl/afdelingen/stadskanaal](http://www.kboprovgroningen.nl/afdelingen/stadskanaal)

**Email :**

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

## Stadskanaal

Jaargang 34 Nummer 9 November 2022

### Plezier

#### Hulp voor 50-plussers die meer plezier willen maken: Plezier-pakket

Gelukkig zijn en plezier hebben in het leven, daar geloven we in. En voor plezier bent u nooit te oud, ook al krijgt u soms dingen niet alleen voor elkaar. Daarom hierbij het Plezier-pakket: Extra hulp voor de 50-plusser die meer plezier wil maken.

#### Voorbeelden

Plezier komt in vele vormen en maten. Inspiratie ook. In de lijst hieronder ziet u dingen die wij voor onze klanten hebben gedaan. Zit er iets voor u bij?

- Een mooie wandeling (of rit) door de natuur;
- Nieuwe planten halen bij het tuincentrum;
- Een lekker biertje drinken of een ijsje eten op het terras;
- Fotoboeken kijken;
- Op bezoek bij uw broer of zus;
- Een bezoek aan een dierentuin;
- Iedere dinsdagmiddag een nieuw bordspel uitproberen;
- Gezellig samen winkelen;
- Eindelijk die stoffige zolder uitmesten;
- Naar een museum gaan;
- Lekker uitgebreid koken.

**Heeft u zelf leuke ideeën voor in deze lijst? Laat het ons weten!**

#### Bestuurswissel

Bij KBO provincie Groningen heeft Heleen Teuben ( voorzitter ) aangegeven te willen stoppen. Ook de secretaris wil stoppen. Door het overlijden van Joop Zuidema ( penningmeester ) is er een versnelde bestuurswissel ontstaan. Als kandidaat voor de functie van voorzitter is Pim van Tefelen(Oud wethouder Beuningen) voorgesteld. De functie van penningmeester kan worden vervuld door Frits Ronda, Frits heeft veel ervaring met financiën. Nu moet er nog een goede secretaris worden gevonden.

### In deze uitgave

Plezier	1
Bestuurswissel	1
Mindfulness en haptonomie	2
Adventskrans	2
Senioren tevreden	3
Wat gaan we nog meer doen	3
Het nationaal seniorenpanel	3
Welkom	3
Jarig	3
Verdwenen dorpen	4
De AOW gaat omhoog	4
Corona	4

**Info KBO Stadskanaal**  
**tel 06 21200262**

### Bestuur

Voorzitter	Dineke Bruining 0599 619 795
Secretaris	Herman Bruining 0599 650 795
Penningmeester	Martien de Haan 0599 610 865
bestuurslid	Herman Kappen 0599 619 774
bestuurslid	Ada Kuper 0599 611 149
bestuurslid	Anneke Leegte 0599 620 259

### Leden administratie Bezorging magazine

Herman Kappen 0599 619 774

### Attentie zieken

Ada Kuper 0599 611 149

## Mindfulness en haptonomie



Onze generatie is opgevoed met het idee dat je gevoelens, zoals verdriet, angst, onzekerheid en pijn liever niet moet laten zien. We hebben het afgeleerd onze grenzen te voelen en raken dan soms overbelast, ontwikkelen allerlei lichamelijke spanningsklachten. De vraag is: Kunnen we daar ook anders mee omgaan?

Woensdag 9 november zal Marianne Korsten ons hier meer over vertellen.

## Adventskrans

De vier kaarsen in het verhaal hierbij doen denken aan de vier kaarsen op de adventskrans. Maar daar wordt elke zondag een kaars meer aangestoken. De zondag waarop de vierde kaars wordt aangestoken is de laatste zondag voor Kerstmis. Zo lijkt dit wel het vervolg van dit verhaal. Het plaatsen van een adventskrans is een oud gebruik dat te maken heeft met de verering van de zon. Daar doet de ronde vorm van de krans aan denken. Het groen in de krans herinnert eraan dat de natuur niet dood is. Hoewel heel veel bomen op het einde van november al hun bladeren verloren hebben omdat de zon zich nog weinig laat zien en de dagen steeds maar korter worden. Maar rond 21 december keert alles. Dan is er de zonnewende en neemt de zon terug toe aan kracht. Tegen de tijd dat de vier kaarsen branden op de krans, neemt de zon dit groeiende licht over. In sommige culturen vierde men dan de geboorte van de zon. Christenen zien in dit natuurgebeuren een beeld voor wat zij geloven. De donkere tijd voor Kerstmis doet hen denken aan de tijd voor de geboorte van Jezus: zijn volk kende uitbuiting, verdrukking en zelfs verbanning naar een ander land. Maar in die moeilijke tijden waren er ook profeten die de mensen moed en kracht inspraken door te spreken over iemand die hen zou redden, die hen zou bevrijden: een redder / Messias. Je kunt ze vergelijken met het spaarzame licht van de kaarsen op de adventskrans. Jaren later trad Jezus op. In zijn manier van doen zagen zijn volgelingen de redder die voor hen het 'licht in de wereld' was. Daarom was het voor de eerste christenen niet zo moeilijk om de zon te zien als beeld voor Jezus. Als ze in een cultuur leefden waarin de verering van de zon een belangrijke plaats innam, zagen ze in die zon Jezus zelf. Zo konden ze de adventskrans moeiteloos inpassen in hun gebruiken rond Kerstmis. In het verhaal hierbij heeft elke kaars een naam: vrede, vertrouwen, liefde, hoop. Stuk voor stuk waarden die de moeite zijn om te realiseren. Misschien kunnen we elke week van deze advent bij één van die waarden stilstaan en zien hoe we ze kunnen realiseren. Ze helpen deze wereld uit te bouwen tot een plaats waar men gelukkig kan zijn.



## Senioren tevreden

De ouderenclubs zijn tevreden met het 'uitgebreide pakket aan koopkrachtmaatregelen'. Gepensioneerden gaan er komend jaar in verhouding meer op vooruit dan werkenden omdat de AOW fors stijgt. De Seniorencoalitie van KBO-PCOB, Koepel Gepensioneerden, Anbo en NOOM vragen wel aandacht voor de uitvoering van de gerichte koopkrachtmaatregelen zodat het geld ook daadwerkelijk terechtkomt bij de meest kwetsbare groepen. „Telkens bleek het in de praktijk voor mensen erg lastig om zulke tegemoetkomingen ook echt te krijgen”, aldus de ouderenclubs.



## Wat gaan we nog meer doen

### Eten met KBO

24 november Gaat niet door.

### Wandelen

5 november gaan we 8 km wandelen. We starten om 9:00 uur op het kerkplein.

19 november starten we de 5 km vanaf het page centrum om 9:30 uur.

Geef je op bij Ruud Kuper 0599 611149 of Lidy v.d. Wiel 0599 618804

### Fietsen

Elke dinsdag om 13:30 uur vanaf het kerkplein.

Geef je op bij Tiny Schomaker 0599 619642

## Het Nationaal Seniorenpanel

Zo zorgt u ervoor dat uw stem telt.

Senior zijn is een waardevolle, veelkleurige levensfase waarin tijd is voor nieuwe ervaringen en ontmoetingen. Het Nationaal Seniorenpanel, een initiatief van KBO-PCOB, is in het leven geroepen om de stem van de 50+er in Nederland hoorbaar te maken. Neemt u deel aan het Seniorenpanel, dan helpt u direct mee deze stem te laten horen. En dat is belangrijk! Door uw mening te geven, maar ook uw kennis en ervaring te delen over thema's als wonen, welzijn, veiligheid en digitalisering, helpt u ons de belangen van alle 50+ers in ons land te behartigen en een gezicht te geven richting beleidsmakers.

Ga naar [www.nationaalseniorenpanel.nl](http://www.nationaalseniorenpanel.nl)

## Welkom

We hebben drie nieuwe leden. Tiny Mijnhart, Truus Kip en Onno Kip.

Alle drie van harte welkom bij KBO Stadskanaal.

## Jarig

Dineke Blom Molema, Nel Hemmen Baas, Jan Robben, en Lenie Zuidema-Budde.

## Alle jarigen van harte gefeliciteerd.



## Verdwenen dorpen

Met 32 leden luisterden we naar Sanne Meijer.

Ze leidde ons in 3 routes door Groningen langs verdwenen gehuchten en dorpen. Verhalen over rijkdom, rampen en misdaden. Ook luisterde we even naar een podcast lijn 65. Die ging over een van de routes. Veel van de overblijfselen waren kerken en/of begraafplaatsen. Dineke bedankte haar met een notenkoek. Een gezellige middag met veel wetenswaardigheden.

## De AOW gaat omhoog, maar de ouderenkorting blijft gelijk: wat betekent Prinsjesdag voor ouderen?

### AOW omhoog

Volgens de huidige plannen gaat het minimumloon per 1 januari 2023 in één met 10 procent omhoog. Omdat de AOW gekoppeld is aan dat minimumloon, betekent dit waarschijnlijk dat de AOW per 1 januari 2023 ook met 10 procent stijgt.

### Jubelton afgeschaft

De 'Jubelton' wordt afgeschaft en dat maakt een eind aan de mogelijkheid om belastingvrij meer dan honderdduizend euro te schenken aan iemand tussen de 18 en 40 jaar. Omdat dit geld alleen gebruikt mocht worden voor de aanschaf van een eigen woning, hoopt de overheid dat dit helpt de huizenmarkt wat af te koelen.

### Pensioenwet wiebelt

Er wordt al meer dan 10 jaar gepraat over de nieuwe Pensioenwet en er ligt een akkoord op hoofdlijnen. Maar de uitwerking verloopt stroef. Begin september is er nog uitvoerig over gesproken in de Tweede Kamer, maar een akkoord ligt er nog niet. Het invaren van oude pensioenrechten in een nieuw stelsel blijkt ingewikkelder dan gedacht en er blijft veel gedoe over de rekenmodellen. Wel is toegezegd dat de vernieuwing nooit mag leiden tot een verlies van meer dan vijf procent van de waarde van het origineel opgebouwde pensioen. Hoe dat precies moet, blijft vaag. De invoering van de nieuwe Pensioenwet op 1 januari 2023 staat daardoor losse schroeven.

### Middelingsregeling afgeschaft

Wie voor het eerst met pensioen gaat, ontvangt vaak voor het eerst inkomen uit verschillende bronnen. Dat kan leiden tot een tegenvaller bij de aangifte, omdat de heffingskortingen niet meteen goed worden toegepast. Door de aangifte uit te smeren over meerdere jaren, het zogeheten middelen kon je dat leed enigszins verzachten. Maar die mogelijkheid wordt vanaf 2023 afgeschaft.

### Afschaffen fiscale oudedagsreserve

Zelfstandig ondernemers die naast de AOW ook aanvullend pensioen willen opbouwen, kunnen dat doen met de fiscale oudedagsreserve (FOR). Zo kunnen ondernemers een deel van de winst reserveren voor pensioen. Die mogelijkheid wordt afgeschaft.

## Corona

Hierbij verzoeken we de leden die in de week voorafgaande aan de woensdagmiddagbijeenkomst met corona waren besmet en leden die verschijnselen hebben die op corona wijzen, **BLIJF THUIS**. We willen een veilige omgeving voor al onze leden.