



# 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 8

Oktober

2022

### Jaarvergadering 2020-2021

De jaarvergadering 2020-2021 is goed bezocht met 37 personen.

Dineke Bruining opende de vergadering. Ze verwelkomde de fam. Kip en mevr. Mijnhart. Ze nam allereerst de agenda door. Daarna stond ze stil bij de overleden leden en oud leden van de afgelopen twee jaar. Vervolgens een terugblik op de periode 2020-2021. Ook attendeerde ze de vergadering op de provinciale ontmoetingsdag. Toen gaf ze het woord aan de penningmeester. Na het doornemen van de financiën 2020-2021 gaf de kascommissie haar goedkeuring. Het nieuwe kascommissielid en reserve kascommissielid Ruud Kuper en Gezina Kraaikamp-Twickler werden gekozen. Dineke nam het jaarprogramma door en peilde de opmerkingen/goedkeuring van de vergadering. Na de vergadering een consumptie en even wachten op de soep. Het buffet was erg goed verzorgd en smakelijk. Van verschillende kanten opmerkingen over de heerlijke salades en lekkere schotels, brood, beleg en toetje. Een geslaagde middag.

### Verdwenen dorpen

Sanne Meijer

In mijn serie 'Verdwenen dorpen van de Ommelanden' ben ik op zoek naar bijzondere plaatsjes in de Groninger Ommelanden die hun status als 'dorp' ergens in de geschiedenis zijn verloren. Die dorpjes kunnen bijvoorbeeld zijn verdwenen door oprukkende industrie, overstromingen of ontvolking. Het gehucht Westerdijkshorn bij Bedum is er eentje uit de laatste categorie.



Woensdag 12 oktober komt Sanne Meijer ons hierover vertellen.

### In deze uitgave

Jaarvergadering 2020-2021	1
Verdwenen dorpen	1
Vervoer	2
Gelukkig	2/3
Jarig	3
Versiering voor jou	3/4
Uitnodiging	4
Wat gaan we nog meer doen	5
Attentie zieken	5
Rijbewijskeuringen CBR Stadskanaal	5
Ouderen de klos	6
Koopkrachtmaatregelen	6

**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

## Vervoer

### Inwoners vervoeren buurtgenoten met hun eigen auto.

Met ANWB AutoMaatje Westerwolde, Oldambt en Stadskanaal vervoeren inwoners in de Gemeente Westerwolde, Oldambt en Stadskanaal hun minder mobiele buurtgenoten met hun eigen auto tegen een kleine vergoeding. Niet alleen voor een bezoekje aan het ziekenhuis of fysiotherapeut, maar ook voor leuke uitjes naar bijvoorbeeld het winkelcentrum of de kapper.

### Heeft u een vervoersvraag?

Met ANWB AutoMaatje komt u weer onder de mensen. Wij regelen vervoer door een goede inwoner uit uw omgeving van deur tot deur. Denk bijvoorbeeld aan vervoer voor een familiebezoek, naar het ziekenhuis of een dagje winkelen.

### U komt in aanmerking als u:

- Bewoner bent van Westerwolde, Oldambt of Stadskanaal
- Geen eigen auto heeft.
- Minder mobiel bent en voor uw vervoer afhankelijk van anderen.
- Graag in contact komt met uw plaatsgenoten. AutoMaatje is namelijk geen reguliere vervoersservice, maar bedoeld om buurtgenoten met elkaar in contact te brengen en elkaar op vrijwillige basis te helpen.

### Automaatje worden?

Heb je een auto? Lijkt het je leuk om je minder mobiele buurtgenoten te helpen om mobiel te blijven door gezellige ritjes te maken? We zijn altijd op zoek naar nieuwe vrijwilligers! Meld je aan als AutoMaatje bij de lokale coördinator via [automaatje@opstapbus.nl](mailto:automaatje@opstapbus.nl)



Lokale coördinator: **Mark Nienhuis**

Werkdagen: **Elke werkdag van 09.00 tot 15.00u**

Telefoonnummer: **085-0710402** (ma-vrij: 09:00u – 15:00u)

Mailadres: **[automaatje@opstapbus.nl](mailto:automaatje@opstapbus.nl)**

## Gelukkig

Tips om gelukkig te worden en blij te zijn

Hieronder vind je tips die je helpen om gelukkiger te worden en blijer te zijn. Zo geef je je leven meer glans en beleef je een stuk meer plezier.

Waarschijnlijk ben je bekend met een aantal van deze tips. En als je bent zoals de meeste mensen dan pas je de tips niet of te weinig toe. Als dat ook voor jou geldt, pak het nu dan eens anders aan. Pak er vandaag één tip uit en ga ermee aan de slag. En ontdek hoe je zelfs van kleine veranderingen al een stuk blijer wordt.

### – Richt je aandacht op de dingen die goed gaan.

Alles wat je aandacht geeft groeit. Als je gelukkig wilt worden is het slim om aandacht te geven aan dingen die je blij maken.

### – Voel je dankbaar.

Schrijf op waar je vandaag dankbaar voor kunt zijn. Dit is zo'n tip die we allemaal lezen, en vervolgens niet uitvoeren. Doe het nu voor de verandering eens wel. Maak vanavond een lijstje met dingen waar je vandaag dankbaar voor kunt zijn en doe het morgen opnieuw. Dit werkt écht als een tierelier.

### – Uit je dankbaarheid.

Vertel jij je kinderen regelmatig hoe gek je op ze bent? Vertel je je partner hoe dankbaar je bent dat diegene in je leven is? Vertel je je vrienden weleens dat je dankbaar bent voor de vriendschap? Nee? Probeer het eens, je wordt er helemaal blij van. En jij bent niet de enige. Ja, het is soms wat ongemakkelijk. Maar wat maakt het uit als iedereen er blij van wordt?



### – Verminder je nieuwsconsumptie.

Het nieuws draait voornamelijk om dingen die mis gaan. Als je veel nieuws kijkt of leest, dan wordt je wereldbeeld langzaam negatiever. Ga eens op een nieuwsdieet om te ervaren hoeveel lichter het leven wordt zonder al die ellende in je leven.

### Kleine aanpassingen in je houding hebben vaak een verrassend groot effect op je humeur.

Door deze eenvoudige tips toe te passen kun je gelukkig worden en je blij voelen op een dagelijkse basis.



### Jarig

Lies Arends-Dijck, Siny Drenth-Arends,  
Rika de Groot-Diepenbroek,  
Johannes Heijne,  
Gezina Kraaikamp-Twickler en  
Bet Wilderom-Wouter

### Versiering voor jou

Je kunt een ruimte versieren met vlaggetjes en ballonnen voor je eigen feest of voor iemand anders. Want je voelt je meteen echt jarig als je op je verjaardag 's ochtends een feestelijk versierde woonkamer instapt. Of als je bureau op je werk vol met verjaardag versiering hangt. Versiering aanbrengen voor iemand anders is als het geven van een cadeau. Hiermee zet je iemand in het zonnetje.

## Slingers maken

Een origineel idee is om je slingers te maken van ronde vlaggetjes. Knip rondjes uit stevig papier uit en plak ze aan elkaar met een touwtje ertussen. Dit verbindt de rondjes met elkaar. Knip de cirkels uit dubbelgevouwen papier. Zo weet je zeker dat ze precies hetzelfde formaat hebben. Ook kun je rondjes knippen en deze dubbelvouwen. Laat het touwtje aan de binnenkant van de vouwlijn lopen, zodat je een slinger van allemaal halve rondjes krijgt. Dit kun je ook doen met andere vormen en figuren. Of knip stroken van papier en plak de uiteinden van de stoken aan elkaar, zodat je rondjes krijgt. Steek de strook door het voorgaande rondje voordat je deze aan elkaar plakt en het wordt vanzelf een slinger.

## Versierde stoel

Een leuke verjaardag versiering is de traditie van de versierde stoel. Dit past ook goed bij een babyshower, op kantoor bij een jarige collega of als iemand geslaagd is. Je kunt de stoel goed versieren met lintjes, slingers en folie ballonnen. Folie ballonnen zijn verkrijgbaar in cijfers en in letters.

## Uitnodiging

### Uitnodiging provinciale ontmoetingsdag

De afdeling Ter Apel nodigt alle leden uit voor de Provinciale Ontmoetingsdag van de KBO op **woensdag 19 oktober 2022**

De bijeenkomst is van 10.00 tot 16.00 uur in Het Boschhuis, Boslaan 6 te Ter Apel

### Programma:

- 10.00 uur Zaal open, en ontvangst met koffie en thee
- 10.30 uur Welkom
- 10.35 uur "Het belang van bewegen voor gezond ouder worden". Deze lezing wordt gegeven door Mathieu de Greef, bewegingswetenschapper Rijksuniversiteit Groningen en Erica Keen, Sport en beweegdocent.
- 12.30 uur Lunchpauze met soep en broodjes
- 13.30 uur Optreden van de streektaalzanger Klaas Spekken met liedjes van Ede Staal tot Toon Hermans
- 15.30 uur afsluiting met een drankje.

## Opgeven

Het **liefst** per mail [mc.hoijtingh@ziggo.nl](mailto:mc.hoijtingh@ziggo.nl)

Of telefonisch bij Marja Hoijtingh **0599-587958**

Graag uw achternaam en de afdeling waar u lid van bent doorgeven.

De kosten bedragen € 17,50 per persoon, te voldoen vóór 10-10-2022.

Rekeningnummer NL 16 INGB 0001 2284 31 van KBO Ter Apel

o. v. v. Ontmoetingsdag KBO 19-10-2022

Bij 135 leden stopt de inschrijving.

We zien u graag op 19 oktober en gaan er samen een leuke dag van maken.

KBO Ter Apel

## Wat gaan we nog meer doen

### Eten met KBO

5 oktober gaan we naar Maarsheerd eten.

We eten om 17:00 uur.

Geef je op bij Jans de Vries

0599 785410 of 06 24700653

### Wandelen

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

15 oktober starten we de 5 km vanaf het page centrum om 9:30 uur.



### Attentie zieken

Als je een van de medeleden kent die ziek is! Laat het Ada Kuper weten. ( zie rechtsonder pagina 1 )

### Rijbewijskeuringen CBR in Stadskanaal

Stadskanaal - Een medische keuring voor het verlengen van uw rijbewijs is nodig wanneer u 75 jaar of ouder bent of wanneer u een zgn. groot rijbewijs (C/D/E) gaat halen of vernieuwen, of wanneer u om medische reden een arts moet bezoeken van het CBR.

Automobilisten kunnen zich via RegelZorg Rijbewijskeuringen in Fysiotherapie Centrum Noord op vrijdag 23 september, vrijdag 28 oktober en vrijdag 25 november medisch laten keuren voor de verlenging van hun rijbewijs.

Automobilisten van 75 jaar en ouder betalen € 55,00.

Voor houders van rijbewijs C/D/E tot 75 jaar is de prijs € 70,00.

### Afspraak maken

Een afspraak voor het spreekuur kunt u uitsluitend maken via RegelZorg:

Gemakkelijk en snel via onze website: [www.regelzorg.nl](http://www.regelzorg.nl) of tijdens kantooruren via de afsprakenlijn: **088-23 23 300**.

Voor het laten invullen van een *rapport oogarts* gaat u naar [www.regelzorg.nl/oogarts](http://www.regelzorg.nl/oogarts) of belt u ons.

### De Procedure

Houd zelf de einddatum van uw rijbewijs in de gaten en begin 5 maanden voor deze datum met het verlengen van uw rijbewijs, indien u ook medisch gekeurd moet worden.

De eerste stap is het kopen en invullen van een Gezondheidsverklaring. Dat kan online op [mijncbr.nl](http://mijncbr.nl), via DigiD met SMS- of App-verificatie. Een papieren Gezondheidsverklaring kunt u kopen bij de meeste gemeenten of via [RegelZorg](http://RegelZorg).

Deze vragenlijst over uw eigen gezondheid moet u eerst zelf invullen en opsturen naar het CBR. Als antwoord krijgt u van het CBR het Verslag (soms meer dan één), die de keuringsarts moet invullen. Op dát moment kunt u pas een afspraak maken voor de keuring.

De artsen waar RegelZorg mee samenwerkt, zijn aangesloten bij ZorgDomein. Zij vullen de formulieren digitaal voor u in en versturen deze direct naar het CBR. Meer informatie over de procedure leest u op de website van RegelZorg.

## Ouderen de klos

De overheid zoekt mogelijkheden de burgers de compenseren voor de extreem gestegen prijzen. De oplossing wordt vooral gezocht door werkenden tegemoet te komen onder andere door de arbeidskorting te verhogen. Niet-werkenden hebben daar niets aan. Zij krijgen geen arbeidskorting en hebben ook geen werkgever die de lonen verhoogt. Er zijn zo'n 3,5 miljoen AOW'ers die voortdurend genegeerd en geschoffeerd worden. Ze zouden genoeg geld hebben. Ja, een aantal misschien maar de meesten hebben weinig tot niets of het geld zit in de stenen van hun huis waar ze niet bij kunnen. Ik ken veertigers die een hypotheek hebben tegen 1,5 % voor een energieneutrale woning en na 3 jaar al een overwaarde hebben van 3 ton. Ze rijden in een elektrische lease-auto en hebben een 2e auto erbij. Net terug van een vliegvakantie met de kinderen. Ouderen hebben dit niet allemaal, ook nooit gehad. Hun energierekening gaat door het dak, omdat ze hele dagen thuis zijn en dus de hele dag stoken. Zij zien alles duurder worden en hebben vaak hoge ziektekosten. Welke politieke partij breekt er eindelijk eens een lans voor de ouderen?

## Koopkrachtmaatregelen

### Nog dit jaar koopkrachtmaatregelen nodig

De Seniorencoalitie vindt het teleurstellend dat het kabinet vooralsnog niet van plan lijkt te zijn om met maatregelen te komen die de koopkracht nog dit jaar verbeteren. Wel is het goed nieuws dat de AOW vanaf 1 januari waarschijnlijk flink omhoog gaat.

Bij mensen met lagere en middeninkomens, waaronder ouderen met alleen AOW of met een klein aanvullend pensioen, is de financiële nood hoog en daarom is er direct actie nodig. Zij kunnen niet nog ruim vier maanden wachten op een verbetering van hun inkomen. De Seniorencoalitie (ANBO, KBO-PCOB, Koepel Gepensioneerden en NOOM) stelt voor om AOW'ers eenmalig € 500 netto uit te keren om de lasten op korte termijn te verlichten.

### Goed nieuws



Volgens de uitgelekte plannen gaat het minimumloon per 1 januari met 10% omhoog, en daarmee ook de daaraan gekoppelde AOW-uitkering. Op basis van de huidige cijfers gaat de AOW dan met ongeveer € 150 bruto per maand omhoog voor alleenstaanden en met ongeveer € 90 bruto voor gehuwden/partners. Dat is goed nieuws, vindt de Seniorencoalitie, al zal het zeker niet alle gestegen kosten kunnen compenseren. De seniorenorganisaties gaan ervan uit dat de rekening voor deze AOW-verhoging niet – zoals in eerdere plannen – bij de ouderen zelf wordt neergelegd.

Het kabinet zou verder van plan zijn de zorg- en huurtoeslag te verhogen. Ook dat is een positieve ontwikkeling, al is nog niet duidelijk met hoeveel de toeslagen omhoog gaan. Daarnaast is nog onduidelijk hoe sterk de energiebelasting wordt verlaagd. De Seniorencoalitie is daarom erg benieuwd naar de verdere invulling van het koopkrachtpakket.

**Kloof**  
Het voorstel om de arbeidskorting te verhogen is goed voor werkenden, maar vergroot volgens de Seniorencoalitie wel de kloof tussen werkenden en niet-werkenden. Werkenden zijn er de afgelopen 11 jaar bijna 18% in koopkracht op vooruit gegaan, gepensioneerden hebben bijna 5% moeten inleveren. Het is niet reëel om te verwachten dat die kloof snel gedicht wordt, maar hij zou in elk geval niet groter moeten worden.