

**Zoek de wegen van de wijsheid
die de schepping dansend groet.
Blijf haar volgen, schenk haar aandacht
proef haar woorden, juist en goed.
Wijsheid baant het pad naar vrede,
doet ons voor wat liefde doet.**

Liedboek 849: 1a



Beste leden,

Maart staat voor de deur en daarmee ook het begin van de lente. De dagen zijn al beduidend langer en overal in de natuur zijn de lente-boden waar te nemen. Sneeuwklonks bloeien al volop, de eerste krokussen zijn ook gesignaleerd, de knoppen zwellen en de vogels zijn ook al druk bezig, voorjaar in de lucht!

De afgelopen contactmiddagen werden zowel in Velp als in Rheden druk bezocht. Zo'n 115 mensen kwamen naar de presentatie van het Rode Kruis over 'Goed voorbereid zijn op noodsituaties'. Duidelijk een onderwerp dat veel mensen aansprak, maar ook de digitale uitnodiging die vanuit het landelijk bureau in Woerden ook naar de oud-ANBO leden ging had resultaat. Vanwege de Wet op de Privacy weten we nl. niet wie dat in de gemeente Rheden zijn. Maar nu meldde zich op beide middagen een aantal oud-ANBO-ers, die ook ter plekke een zgn. koppelformulier invulden, waarmee zij aangaven voortaan gekoppeld te willen worden aan onze afdeling Rheden-Rozendaal. En daarmee kunnen wij hen voortaan op de hoogte houden van alle activiteiten van de afdeling en krijgen zij ook de Nieuwsbrief, die trouwens deze maand voor het eerst grotendeels digitaal verstuurd wordt. Dat zal wel even wennen zijn, maar gezien het steeds afnemende aantal bezorgers een bijna onontkoombaar gegeven,

Op onze volgende contactmiddagen staat het Koninklijk Tehuis voor oud-militairen en Museum Bronbeek centraal. We kennen het ws. allemaal, maar ook de geschiedenis die ermee verbonden is? En misschien levert dit nog wel een leuke middagexcursie op?

Ik wens u al het goede en hoop velen van u op onze contactmiddagen in gezondheid te ontmoeten. Een hartelijke groet!

Ineke van Huissteden, ANBO-PCOB Rheden

Velp Rheden	10 maart 12 maart	Geschiedenis Bronbeek en museum 350 Jaar Koloniale Indonesië Dhr. Louis Gerdessen
------------------------	------------------------------	--

Data ledenmiddagen voorjaar 2026:

Velp: . 14 apr, 12 mei

Rheden: 9 apr, 21 mei

Plaats Velp:

De Elleboog, Nieuw Schoonoord 2, Velp

Tijd: 14.00 - 16.00 uur



Plaats Rheden:

Dorpshuis Willem de Zwijger, Meester B. van Leeuwenplein 1, Rheden

Tijd: 14.00 - 16.00 uur

Bronbeek, tehuis en museum

Op de contactmiddagen in maart blijven we dicht bij huis, nl. bij het Koninklijk Militair Tehuis en Museum Bronbeek. Dit keer geeft Louis Gerdessen, architectuurhistoricus, een presentatie over het Koninklijk Tehuis voor oud-militairen Bronbeek, gelegen op de grens van Velp en Arnhem. Hoe kwam het tot stand en hoe werd het ook museum van 350 jaar koloniale geschiedenis van Indonesië. Het beeld dat wij van onze koloniale geschiedenis hebben is lang bepaald door de mensen die er de macht hadden. Hun weergave hield een idylle in stand en liet de harde realiteit buiten beeld. Hoe was het in werkelijkheid? Het museum geeft daar een reëel beeld van. Ongetwijfeld weer een boeiende en leerzame middag!



Belangstellenden zijn welkom!

De toegang is voor leden gratis, wel een bijdrage voor koffie/thee.

Niet-leden: € 5, - incl. koffie/thee.

Belastinginvulhulp

Vanaf 1 maart kunnen de aangiftes Inkomstenbelasting weer worden ingediend. Zoals in de vorige Nieuwsbrief al werd aangegeven kunt u bij het invullen van uw belastingaangifte voor 2025 hulp krijgen via de ANBO-PCOB Belastinghulp. Betrouwbare belastinginvulhulpers helpen u met het doen van uw digitale aangifte inkomstenbelasting. Dat kan bij u thuis of op een andere locatie. Goed opgeleide vrijwilligers (belastinginvullers) helpen bij het (digitaal) invullen, controleren en indienen van uw belastingaangifte, checken gratis uw recht op zorg- en/of huurtoeslag en adviseren over de ouderenkorting in de heffingskorting. **Laat geen geld liggen!**

Heeft u eerder hulp gehad van een belastingvrijwilliger en wilt u dit jaar weer hulp van deze vrijwilliger? Dan kunt u rechtstreeks contact opnemen met uw belastingvrijwilliger.

Heeft u nog niet eerder hulp gehad maar wilt u nu wel hulp van een van onze belastingvrijwilligers?

De invulhulpers in de gemeente Rheden en Rozendaal zijn:

Voor Rheden en Dieren:

- Dhr. B. Veerbeek, Rheden, tel. 026 495 30 70
- Dhr. C. van den Haak, Rheden, tel. 026 495 35 24

Voor Velp en Rozendaal:

- Dhr. E.D. de Vries, Velp, tel. 026 363 56 24

Arnhemse (en eventueel Velpse/Rozendaalse) leden:

- Dhr. E. Bos, Elst, tel. 06 215 878 46 (wel graag bellen tussen 16.00 en 18.00 uur)

Doe mee aan de voedingsquiz!

Op de site van anbo-pcob.nl staat deze maand een voedingsquiz.

Hoe goed is uw kennis over Vitamine D? Waar is het belangrijk voor? En heb je vitamine D-supplementen nodig als je ouder bent dan 70 jaar? Test uzelf met onze voedingsquiz!

Het is leuk, leerzaam én u ziet meteen of uw kennis nog actueel is.

Hoe doet u mee? Beantwoord de vragen en vul onderaan uw antwoorden in, in het formulier. Vergeet niet het formulier te verzenden zodra u klaar bent!

Na het verzenden van het formulier krijgt u direct via de mail de antwoorden van de voedingsquiz en extra toelichting.



Thema-avond Juridische bescherming voor Ouderen

Er wordt veel gesproken over de vergrijzing en over de negatieve gevolgen hiervan. Hierbij wordt veelal uit het oog verloren, dat veel ouderen meer zijn dan hun leeftijd. Ze zijn een bron van levenservaring en kennis en leveren een essentiële bijdrage aan de samenleving. Toch moet niet uit het oog worden verloren dat soms de ouderdom komt met gebreken. Hierover wil *Kees Blankman* met ons in gesprek gaan. Zoals voor de situatie dat een oudere niet meer zijn eigen belangen goed kan behartigen, bijv. door dementie, kent het recht verschillende mogelijkheden. De rechter kan een beschermingsmaatregel uitspreken waardoor er voor de oudere een vertegenwoordiger wordt benoemd.

Ook is mogelijk dat de oudere zelf op een moment dat hij wilsbekwaam is, een vertegenwoordiger benoemt en iemand anders een volmacht geeft om hem te vertegenwoordigen in financiële zaken of zorgaangelegenheden. In dat geval is het levenstestament een geschikte mogelijkheid. Ook zal hij ingaan op het voorkomen van financieel misbruik van ouderen.

Kees Blankman is bijzonder hoogleraar Ouderenrecht aan de Vrije Universiteit in Amsterdam en heeft als rechter-plaatsvervanger vaak bewindvoerders, curatoren en mentoren benoemd en ook besloten tot gedwongen opnames in verpleeghuizen.

De werkgroep Geloof en Maatschappij van de Raad van Kerken Veluwezoom organiseert deze avond.

Toegang gratis, vrije gift na afloop.

Datum: zondagavond 1 maart

Plaats: Ontmoetingskerk, Dieren

Tijd: 20.00 - 22.00 uur



Praktische cursus helpt op weg in het openbaar vervoer

Veilig en gemakkelijk reizen met het openbaar vervoer moet voor iedereen mogelijk zijn. Voor wie nog nooit met het openbaar vervoer heeft gereisd, of dat al lange tijd niet meer heeft gedaan en zich daar wat onzeker over voelt, is de praktische cursus 'Reizen met het openbaar vervoer' een goede kennismaking!



Wanneer: 4, 11 en 16 maart 2026

Tijd: 13.30 - 15.30 uur

Waar: de Zoomerij Velp-Rozendaal, Den Heuvel 32, Velp



De cursus bestaat uit drie bijeenkomsten waarin OV-ambassadeurs uitgebreid uitleg geven. In de eerste twee bijeenkomsten wordt er verteld over de reismogelijkheden, het aanschaffen van een geldig vervoersbewijs en hoe een reis te plannen. In de laatste bijeenkomst wordt het geleerde in de praktijk gebracht door een stukje met de bus en trein te reizen. Er is ruim de tijd om vragen te stellen.

*“Wat een gezellige middagen. Ik kijk uit naar het proefreisje. Dan ga ik oefenen met de automaten op het station en de samenreiskorting op de OV-chipkaart zetten.” Lea (74 jaar) *

Aanmelden

Net als Lea ervaren hoe makkelijk het is om te reizen met het openbaar vervoer? Aanmelden voor deze cursus kan door een e-mail te sturen naar ov-ambassadeur@ervaarhetov.nl of te bellen met 038 – 45 40 130. Deelname is gratis, de reiskosten van het proefreisje zijn voor rekening van de deelnemer. Kijk voor meer informatie op

www.ervaarhetov.nl/ov-ambassadeur

Gemeenteraadsverkiezingen 18 maart 2026

Meer rekening houden met ouderen, graag!

Nederland telt nu 3,7 miljoen inwoners van 65 jaar of ouder. Dat is meer dan één op de vijf mensen. In 2040 loopt het aantal 65-plussers op tot 4,8 miljoen – een kwart van de bevolking! Deze veranderende



bevolkingssamenstelling vraagt om belangrijke aanpassingen.

Gemeenten in Nederland zullen in toenemende mate rekening moeten houden met een verouderende bevolking. Gelukkig zijn 65-plussers gemiddeld

genomen momenteel best positief over hoe seniorvriendelijk die gemeenten zijn. Om dat zo te houden, is het voor bestuurders noodzakelijk om goed met ouderen in gesprek te blijven. Wat hebben ze nodig? Wat willen ze? Waar lopen ze tegenaan? Alleen zo worden ze in staat gesteld ook nog bij te dragen aan de maatschappij. Mensen

worden niet alleen ouder, ze blijven gelukkig ook langer fit. Daar liggen kansen: ouderen kunnen langer blijven meedoen.

Meer woningen voor senioren



Duidelijk is waar senioren zich momenteel zorgen over maken. Voor gemeenten is er zeker nog wat te winnen op het gebied van sociale inclusie, communicatie, transport en veiligheid. Ook zijn er twijfels over de toekomstbestendigheid van woningen. Ouderen blijven het liefst zo lang mogelijk thuis wonen.

Dat is niet zo gek, want daarin is vanuit de overheid geïnvesteerd. Als thuis wonen niet meer gaat, heeft een woning met de privacy van een eigen voordeur en zorg dicht bij huis de voorkeur. Aan deze woningen is een gebrek. Hier ligt een uitdaging voor gemeenten.

Breed baan voor 'langzaam' verkeer

Ieder mens is gebaat bij een gezonde en toegankelijke buitenruimte. Wel is het belangrijk om te kijken naar de breedte van trottoirs en fietspaden. Doordat steeds meer snelle tweewielers - zoals elektrische fietsen, snorfietsen en fat bikes - het fietspad in beslag nemen, komen de wat langzamere weggebruikers in het gedrang. Dat binnensteden vaker autoluw zijn, is mooi. Maar het heeft meer drukte op fietspaden en trottoirs tot gevolg. Wellicht is het daarom tijd om na te denken over stroken voor snel en langzamer verkeer?

Hoe ANBO-PCOB invloed uitoefent

Met de resultaten van de peiling in de hand en de gemeenteraads-verkiezingen voor de deur (die zullen op 18 maart 2026 plaatsvinden) heeft ANBO-PCOB een gids voor gemeenten gemaakt. Hierin staan concrete handvatten om seniorvriendelijk beleid te maken: van mobiliteit tot zorg, van wonen tot zingeving.

Verder zijn er enorm veel overleggroepen waarbij we zijn aangesloten en waarmee we direct of indirect onze invloed op gemeentelijk niveau laten gelden. Een paar voorbeelden? We

schuiven aan bij **PostNL** om brievenbussen zo bereikbaar mogelijk te houden en we zitten aan tafel met de **NS en ProRail** om te praten over het openbaar vervoer. De grote banken en **Geldmaat** (van de pinautomaten) hebben ons toegezegd zich meer in te spannen om het betalingsverkeer ook voor kwetsbare groepen (zoals senioren die



digitaal minder makkelijk uit de voeten kunnen) bereikbaar te houden. En dan zijn er ook nog onze afdelingen die door heel Nederland op gemeentelijk niveau laten weten wat echt belangrijk is voor ouderen.

Advies en Hulp

Als ANBO-PCOB-lid kunt u met allerlei vragen bij ons terecht zoals:

- Wie helpt mij met een aanvraag bij de gemeente?
- Wie helpt mij met mijn belastingaangifte?
- Wie geeft advies over mijn digitale veiligheid?
- Wie helpt mij met het opstellen van een bezwaarschrift?
- Wie helpt mij met consumentenzaken zoals bijvoorbeeld rechten/plichten bij een koopovereenkomst?
- Wie geeft mij advies over erfrecht, nalatenschap, erfenamen en het (levens)testament?
- Wie helpt mij met het opzeggen van een abonnement?

Het ANBO-PCOB Adviesteam bekijkt of zij u direct kunnen helpen of dat het handig is om u in contact te brengen met een ANBO-PCOB Consulent, die bij u thuis kan komen.



Wilt u advies of hulp?

Heeft u een vraag en wilt u advies en/of hulp? Neem dan contact op met ANBO-PCOB Advies:

- Telefonisch via 0348 - 46 66 88 (maandag tot en met vrijdag tussen 10.00 en 15.00 uur)
- E-mail naar adviesteam@anbo-pcob.nl

Het Adviesteam neemt dan zo spoedig mogelijk contact met u op.



Het bestuur vraagt u dringend om uw e-mailadres door te geven aan onze administratie. Hebt u dat nog niet gedaan?

Stuur een e-mail aan pcobrhedenrozeniaal@gmail.com met uw naam, adres en tel.nr. Dat is al voldoende. Alvast bedankt!



Digicafé

Ruzie met je smartphone of tablet? Lukt het niet om een e-book te lenen? Hapert je e-mail? Heb je een vraag over Windows of Apple, of wil je meer weten over X, Facebook of andere digitale ontwikkelingen? Kom naar het Digicafé!

Of je nu beginner of gevorderde bent, we zoeken samen met jou naar een antwoord en laten je stap voor stap kennismaken met nieuwe digitale ontwikkelingen.

Het Digicafé is altijd op maandag in:

Dieren: Bibliotheek: 10.00 - 12.00 uur op 2 maart

Velp: Bibliotheek: 10.00 - 12.00 uur op 9 maart

Dorpshuis Rheden 14.00 - 16.00 uur op 23 maart

Zie ook www.bibliotheekveluwezoom.nl

Tot slot...

Zie de Lente

Barst plots in de sneeuw de helleborus open,
trompettert leven en knalt geel forsythia.
Guur waait de lente weg de stille winter,
dun hoog licht verdrijft behaaglijk vuur.

Ineens moet alles uit zijn grond of tak
in bermen joelen paardenbloemen,
de kromme wilg rilt in zijn lichte groen.

Daar staan wij ook,
naakt en koud met bloesem
in grijsig haar en willen warm en wild
en dat we houden van die schrille kleuren
van elkaar.

Marjoleine de Vos



Eindredacteur Nieuwsbrief: Ineke van Huissteden, 026-495 45 79
De volgende Nieuwsbrief verschijnt in de laatste week van maart.