



Voorwoord

Onze eerstvolgende ledenmiddag is, zoals vermeld stond in onze vorige nieuwsbrief op donderdag 13 april; aanvang 14.00 uur in de Brink.

De meeste leden kennen de stichting "Wilde Ganzen", maar wat houdt de presentatie in? Het eerste deel (voor de pauze) staat in het teken van een quiz en wordt aan de hand van foto's en filmpjes verteld over het algemene werk van Wilde Ganzen. Na de pauze vliegen we naar twee landen en bekijken we twee projecten in meer detail. Ook op een interactieve manier.

Wij rekenen op veel leden; kom en neem een introduc e mee.

Leny Beumer

P
A
S
E
N



Elke Pasen denk ik weer aan de hoop die U ons heeft gegeven aan wat het kruis voor mij betekent een kans om  cht te leven!

Elke Pasen denk ik weer aan de wonden in uw zij aan de schreeuw vanaf het kruis en dat ook voor mij.

Elke Pasen wil ik stil blijven staan bij uw liefde, bij uw kracht, dat ik volledig vrij mag zijn door de woorden: Het is volbracht!

Bestuurssamenstelling

Functie	Naam	Telefoon	E-mailadres
Secretaris	Heleen van Wijk-Coumou	0318-301366	bennekom@pcob50plus.nl
Penningmeester	Gerda van Peurse-Drost	0318-416029	gerda@j-gvanpeurse.nl
Ledenadministratie	Herman Korblet (assessor)	0318-414158	h.korblet@hetnet.nl
Algemeen adjunct Voorzitter a.i.	Leny Beumer-Nap	0318-417104	leny.beumer@planet.nl
Lief en Leed	Corry Ros-Pronk	0318-417584	crospronk@gmail.com
Nieuwsbrief/Website	Geurt Huijgen	0318-431886	g.huijgen@solcon.nl

Banknummer PCOB Bennekom: NL64 RABO 0307 0800 48

Website: www.pcob.nl/afdelingen/bennekom

Ledenmutaties

Bedankt:

Per 27-02-2023 Dhr. L.H.J. de Jong en mevr. J.C.H. de Jong-Post
Per 28-02-2023 Mevr. E.G. de Hartog-Kater

Nieuw:

Per 03-03-2023 Mevr. A.C. van Amerongen-Prins
Per 21-03-2023 Mevr. P. Pothof (Wageningen)

Hartelijk
Welkom!

Activiteiten t/m augustus 2023

Ledenvergadering over Wilde Ganzen	donderdag 13 april
Dagtocht naar Broek op <u>Langendijk</u>	dinsdag 2 mei
Koffiedrinken in De Brink	vrijdagochtenden in juli / augustus

Contributie 2023

Bent u vergeten de contributie voor 2023 te betalen? Dan verzoeken we u vriendelijk hiervoor alsnog zorg te dragen.

De contributie voor het jaar 2023 bedraagt voor leefverbanden (echtparen en samenwonenden) € 49,- en voor individuele leden € 31,-.

U kunt het bedrag overmaken op banknummer NL64 RABO 0307 0800 48 t.n.v. PCOB Bennekom. Bij voorbaat dank voor uw medewerking.



Gerda van Peurse, penningmeester

Rijbewijskeuringen CBR in Bennekom

Een medische keuring voor het verlengen van uw rijbewijs is nodig wanneer u 75 jaar of ouder bent. U kunt zich via RegelZorg Rijbewijskeuringen in Buurtcentrum Broek-Akker op donderdag 13 april, 18 mei, 15 juni en 13 juli medisch laten keuren voor de verlenging van uw rijbewijs; dit kost € 55,-. Houders van rijbewijs C/D/E tot 75 jaar betalen € 70,-.

Een afspraak voor het spreekuur bij Regelzorg kunt u snel maken via de website www.regelzorg.nl of tijdens kantooruren via de afsprakenlijn: 088 2323 300.



Houd zelf de einddatum van uw rijbewijs in de gaten en begin 4 maanden vóór deze datum met het verlengen van uw rijbewijs. De eerste stap is het kopen en invullen van een Gezondheidsverklaring. Dat kan online op [Mijn CBR.nl](http://MijnCBR.nl), via DigiD met SMS- of App-verificatie. Een papieren Gezondheids-

verklaring kunt u kopen bij gemeente Ede (burgerzaken) of via 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, dat 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. Als dokter L.A. van Etten niet uw huisarts is, kunt u zich ook door hem laten keuren (0318-414498) en verder bij oud-huisarts A.M. Oldebeuving (0318-414444).

Verslag Ledenbijeenkomst op 14 februari 2023

“Gezondheid: als je er niets van merkt, weet je dat je het hebt!”

Leny Beumer, alg. adjunct en waarnemend voorzitter, heet alle aanwezige leden welkom en leest een gedicht n.a.v. Psalm 1.

Bij de mededelingen vertelt Tynus Spaan, lid van de reiscommissie, over het reisje dat gepland staat voor 2 mei a.s.. Het plan is met de bus naar de Broekerveiling te gaan in Noord-Holland. Het wordt een heel verzorgde dag en men kan zich nu al opgeven. De kosten zijn aardig hoog: € 50.- p.p.; de bus is het duurste.

Dan worden Corry Boon en Anne-Marie Oosterwijk geïntroduceerd, zij zijn ambassadeurs van ‘Positieve Gezondheid’. Het uitgangspunt in de lezing en het filmpje is het gedachtengoed van huisarts Machteld Huber. Zij benadrukt het welzijn van de hele mens, i.p.v. alleen oog te hebben voor de ziekte en andere kwalen. M.a.w. veerkracht en eigen regie behoeven meer aandacht.

Machteld heeft in haar eerste jaren als arts zelf diverse ziekten gehad, waarin ze voelde dat ze méér ‘de ziekte’ was dan mens. Haar verhaal is te lezen op Wikipedia, op YouTube en <https://www.iph.nl>

Na de pauze wordt het Spinneweb uitgelegd en krijgt ieder een exemplaar uitgereikt; in groepjes beoordelen we dit, kijkend naar de eigen gezondheid.

Het web omvat alle aspecten, zoals lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren. Interactief wordt er gerekend en gesproken.

Daarna worden nog enkele vragen gesteld; o.a. worden wij er zelf wijzer van? Dat zal de tijd leren, een stap ‘in de goede richting’ zetten (veerkracht) kan de toekomst veranderen. Het is wel een middag om over na te denken.

Met een mooie bos bloemen zwaaien we de dames uit.

Heleen van Wijk sluit af met een gedicht van Nel Benschop “Carpe Diem” en wenst ieder wel thuis.



Elisabeth Eijgenraam

Uitstapje Broek op Langendijk

Zoals ook in de vorige nieuwsbrief is aangegeven, vindt onze jaarlijkse busreis plaats op dinsdag 2 mei a.s. naar museum de BROEKERVEILING in Broek op Langendijk. De BroekerVeiling is een voormalige tuinbouwveiling en sinds 1976 een uniek museum.

De prijs voor deze geheel verzorgde, interessante en mooie busreis bedraagt nu € 50,- p.p.!

Voor introducés geldt een bijdrage van € 60,- p.p. en een introducé kan alleen mee als er plaats is in de bus. Wees er dus snel bij.

Er zijn nu nog enkele plaatsen beschikbaar! De uiterste datum voor opgave is 27 april a.s.!



Wij verzoeken u uw deelname z.s.m. te bevestigen door overmaking van het genoemde bedrag op rekeningnummer NL64 RABO 0307 0800 48.

Ook willen wij u vragen uw museumkaart mee te nemen, als u die heeft; daar krijgen we dan een kleine korting mee.

Voor verdere informatie kunt u terecht bij Tynus Spaan (06 30 20 72 00) of Gerrit van Roekel (06 23 79 30 77). De bus vertrekt precies om 9.15 uur.

Wilt u daarom op tijd op de parkeerplaats aan de Krulweg zijn?

Gerrit en Tynus

Belastingaangifte 2022

Aangifte Inkomstenbelasting over 2022 kunt u nog doen tot 1 mei. Tegen een kleine vergoeding kunt u de aangifte laten verzorgen door een Belastinginvuller van KBO/PCOB. Zie ook onze vorige nieuwsbrief. Wilt u gebruik maken van deze belastingsservice? Neem dan contact op met één van de onderstaande Belastinginvullers:

- D. Smith, Bovenweg 2, 06-26613962, d.smith@planet.nl
- J.W. Pater, Ooievaarsbek 36, 06-13503403, j.w.pater@live.nl
- L.J. van den Berg, Kierkamperweg 23, 06-22662525, leovdberg07@gmail.com
- N.J. Brouwer, Hazekamp 6, W'ningen, 0317-414841, n.j.brouwer@outlook.com

