

NIEUWSBRIEF oktober 2021



Krachtig
Betrokken
Ondernemend

Niedorp



wekelijks

woensdag 10.00 - 11.15 uur
Niedorphal, badminton voor senioren

donderdag 10.00 - 11.00 uur
Prins Maurits, senioren gymnastiek

vrijdag 13.45 - 16.00 uur
dorpshuis Harmonie, biljarten dames

maandag 15 november

Prins Maurits, 14.00 uur
muzikale Sinterklaasbingo

vrijdag 17 december

Prins Maurits, 14.00 uur
kerstmiddag

Van de voorzitter

Beste KBO-ers,

Het is herfst, daar kunnen we niet omheen. Er is veel regen gevallen, maar bij ons gelukkig geen windhoos of wervelstorm. Laten we daar blij om zijn.

De feestdagen komen eraan. Sint Maarten voor de kleintjes en Sint-Nicolaas voor allen. De verschillende tuincentrums hebben weer een kerstshow. Ik zou zeggen, ga eens kijken, wat er allemaal te zien en te koop is voor het kerstfeest. Maak er een gezellig ochtend- of middag uitje van.

Vriendelijke groet,
Trudy de Kruijf.



Seniorenorganisaties KBO-PCOB, Koepel Gepensioneerden, ANBO en NOOM roepen het kabinet op indexeren van pensioenen nu echt mogelijk te maken.

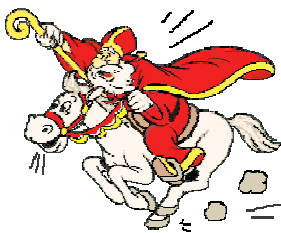
Veel senioren hebben zolang ze pensioen krijgen hun pensioen nog nooit verhoogd zien worden: een 'verloren generatie'. Als het kabinet nu niet ingrijpt, is ze zelf de hoofdverantwoordelijke voor het verlies aan draagvlak onder haar plannen om het pensioenstelsel te veranderen.

De meeste pensioenfondsen komen al veertien jaar niet aan indexatie toe. Dat is echt absurd.

Jaar na jaar groeien de vermogens van pensioenfondsen. Die rijzen inmiddels de pan uit, maar indexatie zit er niet in. Daarmee zijn de pensioenen 20% achter gaan lopen bij de gestegen prijzen. Dat is niet meer uit te leggen en echt onaanvaardbaar. Zeker tegen de achtergrond van een inmiddels (mede vanwege de stijging van de energiekosten) stijf oplopende inflatie. Senioren bungelen al jaren achtereen onderaan alle koopkrachtlijstjes en als er niet snel iets gebeurt blijft dat zo.

Sinterklaasbingo - 15 november

De muzikale bingo in het teken van de Sinterklaasviering wordt gehouden op maandag 15 november. In verband met de beschikbaarheid van de zaal lukte het niet om de bingo in de week voor Sinterklaas te plannen. Er zijn leuke prijzen te winnen en iedereen gaat met een chocoladeletter naar huis. Muzikanten Toby en Willem hebben er weer zin in. U ook? We hebben nog steeds te maken met coronamaatregelen waardoor er beperkte toegang tot de zaal is. Het is daarom nodig dat u zich aanmeldt bij Teuntje van Santen (0226-421656). QR-code is vereist.



Locatie: Prins Maurits, Nieuwe Niedorp
Aanvang: 14.00 uur
Kosten: € 5,- aan de zaal te voldoen, consumptie inbegrepen

Kerstmiddag - 17 december

Vrijdag 17 december organiseren we een kerstmiddag. Troubadour Rudolf Goedhart verzorgt deze middag met een interactief kerstoptreden met kerst- en andere muziek afgewisseld met enkele korte vertellingen.



In de volgende Nieuwsbrief krijgt u verdere informatie want met de toenemende stijging van het aantal coronabesmettingen is het afwachten wat dat voor gevolgen heeft. Noteer deze datum in uw agenda!

Donderdag 4 november is er in verband met vakantie van onze instructrice Barbara geen gym.

Senioren woonadviseur Hollands Kroon

De Senioren woonadviseur is een geschoolde onafhankelijke vrijwilliger en staat klaar voor alle inwoners van Hollands Kroon vanaf 55 jaar. Voor iedereen die informatie wil over wonen. Het maakt niet uit of u in een huur- of koopwoning woont. De Senioren woonadviseur adviseert over alle vragen die met wonen te maken hebben.



Zo kan de Senioren woonadviseur u helpen om u in te schrijven voor een woning en hoe Woonmatch werkt. Ook kan de Senioren woonadviseur kijken welke (zorg) organisaties u kunnen helpen zodat u langer thuis kunt blijven wonen. Er kan ook gekeken worden welke aanpassingen in uw woning gedaan kunnen worden en we vragen eventueel het wijkteam hierbij om hulp. Het wijkteam beoordeelt of u recht heeft op een vergoeding voor de gewenste aanvraag. Als u wilt verhuizen kunt u samen met de Senioren woonadviseur de stappen die nodig zijn bespreken.

Wij adviseren in geval iedereen om zich in te schrijven voor een woning (via Woonmatch). Zo bouwt u punten op en zodra u het nodig vindt om te verhuizen heeft u een veel grotere kans om een geschikte woning te vinden. Veel mensen wachten hiermee veel te lang en op het moment dat verhuizen nodig is hebben ze dan niet voldoende punten opgebouwd en komen ze op een lange wachtlijst te staan. Dus schrijf u in! De Senioren woonadviseur kan u hierover verder informeren.

De Senioren woonadviseur is ontstaan uit een samenwerking tussen Wooncompagnie, Beter Wonen, Woningstichting Anna Paulowna, de gemeente Hollands Kroon en Wonen Plus Welzijn. U kunt via het Servicepunt van Wonen Plus Welzijn hiervoor een aanvraag doen. Het Servicepunt is bereikbaar onder telefoonnummer 0224 542660.



De grieprik halen? Doen!

Het griepseizoen staat voor de deur. Tijd dus voor de griepvaccinatie. Een grieprik halen is juist nu een must. Hoe dat zit? Griepdeskundige Ted van Essen, ook bekend als Dokter Ted van Tijd voor Max, legt het uit.

Wat is eigenlijk griep? En bestaat 'een griepje'?

'Griep, een griepje en verkoudheid worden vaak op één hoop gegooid. Van een flinke verkoudheid kun je je rillerig en naar voelen, maar het is geen griep. Griep oftewel influenza is een besmettelijke ziekte die wordt veroorzaakt door het griepvirus. Net als bij corona kun je griep hebben zonder er heel ziek van te zijn, maar je kunt ook lang last hebben van de gevolgen of daaraan zelfs doodgaan. Longontsteking is een veelvoorkomende complicatie, omdat je slijmvlies kapotgaat en bacteriën zo naar binnen kunnen komen. En net als bij corona komen hartklachten na griep vaak voor of verergeren ze. Wie griep heeft gehad loopt zelfs vier keer zoveel kans op een hartinfarct. Griep kan ook diabetes ontregelen.'

Waarom is het juist nu belangrijk om de grieprik te halen?

'Mede door de coronamaatregelen is er het afgelopen jaar amper griep geweest. Zelf ben ik al twee jaar niet eens verkouden geweest. Nu we dankzij de versoepelingen elkaar weer opzoeken en minder afstand bewaren, kun je op je vingers natellen dat de griep de komende maanden weer stevig zal toeslaan. Daar moet je bij optellen dat onze weerstand is verminderd juist doordat we geen griep hebben gehad. Goede redenen om je te beschermen tegen de mogelijke nare gevolgen van griep.'

Wat hebben we geleerd van de coronavaccinatie?

'Een heldere les: dat vaccineren een heel goed idee is. Je voorkomt er een hoop ellende mee. Bij een epidemie of pandemie is vaccinatie zelfs de enige weg eruit. In het geval van corona is dat inmiddels heel duidelijk, maar voor griep geldt hetzelfde. De afgelopen tien jaar zijn in ons land jaarlijks gemiddeld 2800 mensen aan griep overleden. En we lijken het te zijn vergeten, maar de zware griep epidemie van 2017 op 2018 maakte in nog geen vijf maanden 9500 slachtoffers. Onder hen waren veel senioren. Zeker voor 60-plussers staat het griepvaccin dus voor voorkomen in plaats van genezen.'

Hoe staat het eigenlijk met de vaccinatiegraad onder ouderen?

'In 2020 hebben veel meer ouderen de grieprik gehaald dan voorgaande jaren. Dat heeft te maken met de coronapandemie, denken we. Die heeft haarscherp duidelijk gemaakt hoe belangrijk vaccineren is bij het beheersen van luchtweginfecties. De overheid rekent ook dit jaar op een grote opkomst en heeft ruim voldoende vaccins ingekocht.'

Kun je griep krijgen van de grieprik?

'Nee, dat kan niet. De grieprik is volkomen veilig. Griep krijg je alleen van levend virus en het vaccin is gemaakt met dode stukjes griepvirus. Je kunt wél een ander virus oplopen. In deze tijd van het jaar waren er immers heel wat luchtweginfecties rond. Daarvan kun je flink last hebben, maar zo'n infectie is veel onschuldiger dan griep.

Wat het effect betreft kun je de griepvaccinatie en coronavaccinatie goed met elkaar vergelijken: ze beschermen je tegen complicaties van de ziekte en dus tegen ziekenhuisopname en alle mogelijke ellendige gevolgen van dien'.

Colofon

bestuur

voorzitter

Trudy de Kruijf 0224-212474
Dorpsstraat 12, 1769 HB Haringhuizen
kruij182@planet.nl

vice voorzitter

Peter Couwenhoven 0226-413019 / 06-25311671
Dorpsstraat 62, 1733 AN Nieuwe Niedorp
p.a.couwenhoven@quicknet.nl

secretaris/ledenadministrateur

Gerard Goudsblom 0226-421778 / 06-53184689
Oranjelaan 30, 1735 HR 't Veld
oranjelaan@ziggo.nl

penningmeester

vacant

jaarprogramma

Teuntje van Santen 0226-421656
Dreef 43, 1735 HM 't Veld
johnenteuntjev.santen@kpnmail.nl

wandelen/fietsen

Gré Blankendaal 0226-422503
Oranjelaan 23, 1735 HP 't Veld
greblankendaal@gmail.com

banknummer

NL53 RABO 0377 6115 65 tnv KBO Niedorp

distributie nieuwsbrief

Gerard Goudsblom

redactie nieuwsbrief

Peter Couwenhoven

website

www.kbonoordholland.nl
LSBO - Hollands Kroon
www.lsbo-hollandskroon.nl

Bij de volgende ondernemers en winkeliers krijgt u op vertoon van uw KBO-pas aantrekkelijke kortingen op aangeboden diensten of aangekochte artikelen.

ComputerService Broersen

Peter Broersen, 06-52692823

ComputerService Broersen komt aan huis en geeft 5% korting op aanschaf van apparatuur en 10% korting op het tarief bij onderhoud of reparatie.

Van der Brug Optiek

Winkelhart Niedorp

Van der Brug Optiek geeft een korting van 25% op de monturen.

**rijbewijskeuringen
boven de 70 jaar**

€ 35,--

bellen voor een afspraak:

06-19104098

van 10 - 12 en van 14 - 16 uur

dokter J.J.A. de Vreede

Wilt u een stukje schrijven, een reactie geven op onze activiteiten of heeft u kopie over een interessant onderwerp, stuur het dan naar Peter Couwenhoven.

Leden van KBO-PCOB kunnen met vragen op het gebied van wonen, zorg, welzijn en gezondheid terecht bij de Servicetelefoon. U wordt dan persoonlijk te woord gestaan door ons telefoonteam, bestaande uit goed opgeleide vrijwilligers, die u een passend antwoord geven of u, als dat nodig is, doorverwijzen.

U kunt de Servicetelefoon van maandag t/m donderdag van 10.00 tot 13.00 uur bereiken via tel. 030-340 06 55 .

Ook kunt u met uw vragen terecht bij de vrijwillige onafhankelijke adviseur. De VOA is een samenwerking tussen Wonen plus Welzijn, de LSBO en de gemeente Hollands Kroon.

Voor een afspraak met de Vrijwillig Onafhankelijk Adviseur belt u naar Wonen plus Welzijn, 0224 542660. (Iedere werkdag van 9.00 tot 12.00 uur bereikbaar).