



HET BLAD
SENIOREN VERENIGING
MIDDEN-HOLLAND

DECEMBER/JANUARI 2018/2019; NUMMER 106

MÉT ELKAAR, VÓÓR ELKAAR

Kerstnummer



Foto: P. Kossen

Garderen

KOPIJ VOOR DE VOLGENDE UITGAVE
INLEVEREN VÓÓR 10 JANUARI 2019

De vereniging

De SVMH (Senioren Vereniging Midden-Holland) heeft geen politieke of levensbeschouwelijke binding en is bedoeld voor senioren van 50 jaar en ouder.

De SVMH richt zich op Gouda en omstreken en staat open voor provinciale en landelijke contacten.

De SVMH stelt zich ten doel de belangen van senioren te begartigen.

De SVMH wil contacten onderhouden met andere ouderenorganisaties.

Voor de leden zullen activiteiten worden georganiseerd om senioren met elkaar in contact te brengen, actief te laten blijven en zich te ontplooiën.

Activiteiten kunnen zijn: reizen, fietsen, wandelen, jeu de boules, klaverjassen, bingo, museumbezoek, handwerken, samen eten, leesgroep, kortom alles wat mogelijk is en waar de leden om vragen.

Het bestuur van de SVMH geeft aan de leden het contactblad „Het Blad” uit.

Contributie:

16,50 euro per persoon per jaar of 28,50 euro per jaar voor een (echt)paar.

Opgeven

Bij de ledenadministratie SVMH,

Landluststraat 92

2804 KT Gouda

T: 0182-532556

E: verwoerd@xs4all.nl

Bestuur

Voorzitter

Mevr. C.M. Kanter

Rinkelaarwerf 6

2804 LX Gouda

T: 0182-602660

E: svmh-bestuur@hotmail.com

Vice Voorzitter

Dhr. J. Weggemans

Groenhovenweg 215

2803 DE Gouda

M: 06-30460652

T: 0182-570662

E: j.weggemans3@kpnplanet.nl

Penningmeester en Ledenadministratie

Dhr. Verwoerd

Landluststraat 92

2804 KT Gouda

T: 0182-532556

E: verwoerd@xs4all.nl

Secretaris

Mevr. M. Eichhorn

Leliepad 11

2803 AN Gouda

T: 0182-530823

E: marion.eichhorn@telfort.nl

Bestuurslid

Mevr. H. de Mooy

C. Huygensstraat 93

2802 LV Gouda

T: 06-25583666

E: helmademooy@hotmail.com

Bezorging Het Blad

Mevr. O. Kanter

Marga Klompestraat 78

2805 CX Gouda

T: 0182-559119

E: olga.kanters@gmail.com

Website

www.svmh-gouda.nl

Lief en Leed

Mevr. C.M. Kanter

Rinkelaarwerf 6

2804 LX Gouda

T: 0182-602660

E: svmh-bestuur@hotmail.com

Mevr. I. Stuart

Ronsseweg 666

2803 WX Gouda

T: 0182-605534

E: his.berk@simpe.nl

Mevr. E.W. Straver

R.C.B. v. d. Brinkstraat 11

2802 TS Gouda

T: 0182-580805

Reiscommissie

Dhr. Verwoerd

Landluststraat 92

2804 KT Gouda

I: 0182-532556

E: verwoerd@xs4all.nl

Dhr. J. Weggemans

Groenhovenweg 215

2803 DE Gouda

M: 06-30460652

T: 0182-570662

E: j.weggemans3@kpnplanet.nl

Kopij voor Het Blad

Dhr. P. Kossen

van Beverninghlaan 32

2801 AG Gouda

T: 0182-513799

E: het_blad@hetnet.nl

Girorekening

NL60INGB0005221323

ten name van:

Senioren Vereniging

Midden-Holland te Gouda



Van de voorzitter

De herfst is begonnen. Het is te zien aan de bomen, de bladeren zijn prachtig gekleurd. Ik vind de natuur in deze tijd op zijn mooist.

's Morgens en 's avonds is het al aardig fris, maar overdag is de temperatuur best nog wel aangenaam. Tenminste begin november, wanneer ik dit stukje schrijf. Toch lopen we al aardig naar het einde van 2018. Een jaar met een extreem



droge en zeer warme zomer en het najaar had voor zijn doen ook nog hoge temperaturen. Wat de december maand qua weer zal brengen, weten we nog niet. Wel weten we dat de feestdagen er weer aankomen, die voor een ieder van ons verschillend zullen worden beleefd.

Tot slot, wil ik iedereen een gezond en voor-spoedig 2019 toewensen.

Carolien Kanters.

Contributiebrieven

Geacht lid,

Het jaar 2018 is al weer bijna voorbij. Conform eerdere jaren staat in "Het Blad" een betalingsverzoek en krijgt u ook een brief. Deze brief kan u bij de te betalen rekeningen leggen of afgeven aan een persoon die u helpt bij het afhandelen van uw rekeningen. Dan kan u "Het Blad" ongeschonden bewaren.



ro. Uiteraard mag u ook meer betalen. We zijn u hiervoor uiterst dankbaar.

Ik verzoek u de contributie op korte termijn over te maken op giro **NL60INGB0005221323** welke op naam staat van **Senioren Vereniging Midden-Holland**. Deze

rekening moet u ook gebruiken voor het betalen van reizen en andere activiteiten van de SVMH.

We proberen via de contributie geen financiële drempels op te werpen. Daarom is de contributie voor 2019 wederom niet verhoogd. Dit is nog steeds hetzelfde bedrag als in 2016. De contributie voor één persoon is 16,50 euro. Voor twee personen op één adres is de contributie 28,50 eu-

Ik hoop dat u in goede gezondheid een voorspoedig 2019 zult hebben en nog lange tijd zult genieten van uw lidmaatschap. Tot ziens op onze activiteiten.

Met vriendelijke groet,
Willem Verwoerd, penningmeester



Geld terug???

We moeten aan Eemland betalen voor het aantal deelnemers dat we één week van te voren aanmelden. Bij de reis van 23 oktober zaten we in de unieke positie dat we een wachtlijst hadden. We hadden twee afzeggingen. We hebben twee, betalende, mensen van de wachtlijst mee kunnen nemen. Hierdoor heeft de vereniging geen strop doordat er op het laatste moment mensen afvielen. Voor nu en in de toekomst, als dit het geval is zullen de mensen die afgevallen zijn

hun geld terug krijgen.

In het verlengde hiervan kan u ook zelf regelen dat u uw geld terug krijgt als we geen wachtlijst hebben. Is er een ander die in uw plaats mee wil, dan kan die u het geld voor de reis betalen. Uiteraard wil de reiscommissie wel weten wie er in uw plaats meegaat. En is de persoon geen lid van de SVMH, dan moet de 10 euro extra voor niet leden wel worden betaald.

De reiscommissie

Vreemden aan de deur?

Vooraf ouderen zijn vaak het slachtoffer van mensen die het op uw geld en waardevolle zaken voorzien hebben. U kan veel voorkomen door zich te houden aan wat veiligheidsmaatregelen.

Er wordt gebeld aan de deur.

Zorg er voor dat de deur pas open kan om iemand binnen te laten als deze eerst weer dicht is gedaan. Dat kan bijvoorbeeld door een veiligheidsketting op de deur! Ook als u in een gebouw woont waar u de gezamenlijke voordeur moet openen voor iemand het gebouw in kan, is

het niet zeker dat uitsluitend mensen met goede bedoelingen aanbellen. Hoe weet u dat deze persoon niet is binnen gelaten door een andere bewoner die zo maar de

deur heeft open gedaan? U kijkt door het kiertje.

Bekenden kan u binnen laten, voor anderen maakt u de deur (nog) niet open.



Als iemand een pakketje komt bezorgen, bedenk u dan of u wel iets heeft besteld dat per post wordt bezorgd. Is dat het geval, vraag dan van welk bedrijf het komt. Via de afzender

kan de bezorger direct zien van welk bedrijf het is. Een bedrijf dat medische hulpmiddelen ver-



stuurt doet dit in een neutrale verpakking. Bij uw bestelling wordt u direct meegedeeld dat de goederen op een bepaalde dag, meestal de volgende, worden bezorgd. Dus u weet dat er iets komt. Heeft u niets besteld, doe de deur niet open.

Iemand van de bank, thuiszorg, het energiebedrijf en dergelijke zal nooit onaangekondigd op bezoek komen. De komst is van te voren schriftelijk aangekondigd. Tevens wordt aangegeven waarover het gesprek gaat. Dan kan u zich voorbereiden en eventueel iemand vragen bij het gesprek aanwezig te zijn. Twee horen en begrijpen meer dan één. Heeft u geen bericht ontvangen, laat de persoon niet binnen. Heeft u wel een bericht ontvangen, vraag naar de legitimatie van de persoon. Deze moeten ze altijd bij zich dragen. Geen legitimatie, geen toegang tot uw huis!

Waar bergt u de sleutels en uw beurs met geld op? Heel vaak in de zak van uw jas die aan de kapstok hangt. En waar is de kapstok. Juist, vlak bij de deur! Dus als iemand belt en vraagt om een kind of tweede persoon even naar de WC mag, in principe altijd weigeren. En als u toch ja zegt, sluit de buitendeur voor de neus van de tweede persoon, loop mee naar het toilet, wacht daar tot de persoon klaar is en loop mee naar de voordeur. Zo heeft een tweede persoon, als deze kwaad wil, geen kans in uw kleding en huis naar

waardevolle zaken te zoeken. Een bekende truc is ook het vragen om een glaasje water. "Laat u de kraan even goed doorlopen, ik drink het graag koud". Dan bent u in ieder geval lang weg. Dus als u hier toch op in wil gaan, laat de aanbeller voor de gesloten deur wachten.

U wordt telefonisch of op straat benaderd.

Er komt een prachtig aanbod. Bijvoorbeeld zonder kosten drie overnachtingen in een luxe flat in Parijs. U betaalt 90 euro inschrijfgeld en kan daarna onbeperkt luxe flats huren in heel veel aantrekkelijke steden. Men vraagt heel gedetailleerd gegevens en vraag vaak een incasso machtiging voor de 90 euro. U blijkt dan een overeenkomst aangegaan te zijn om ieder jaar voor een kapitaal aan flats te huren uit hun aanbod. En na de eerste luxe flat blijken de andere flats maar zo, zo te zijn. En dan blijkt dat u voor een kwart van het geld via reisorganisaties naar dezelfde bestemmingen kan.

Iemand verkeert in grote nood en vraagt u om ondersteuning (geld). De meest mooie verhalen komen voor. Bijvoorbeeld: "Mijn geld is gestolen en ik heb geen geld om terug naar huis te gaan". "Mijn kind is ernstig ziek en moet naar Amerika voor een leven reddende operatie. Ik zamel daarvoor geld in". Dan willen ze graag dat u wat geld pint. De dankbare medemens staat vlak bij u bij de pinautomaat. Dus uw pincode is gezien. Daarnaast zijn er de nodi-



ge trucs om u even af te leiden. In die tijd wordt uw pasje vervangen door een bijna hetzelfde exemplaar van iemand wiens rekening net is leeggehaald. En u komt er meestal pas na verloop van tijd achter dat uw pasje niet meer werkt en daarop aansluitend, dat uw rekening is leeggehaald.

Er is inmiddels een app ontwikkeld om ouderen meer weerbaar te maken tegen dit soort trucs. De app is via Google Play store en de Apple store

gratis te downloaden. Alleen, ouderen zijn veel minder computervaardig. En met de leeftijd neemt de computer vaardigheid af. Ik schat dat voor de helft van ons ledenbestand het een stap te ver is om aan te nemen dat zij zelfstandig daar vaardigheden kunnen leren. Vandaar dat ik aandacht besteed aan wat zaken om de kans dat u slachtoffer wordt van bepaalde praktijken te verkleinen.

Willem Verwoerd

Verslag dagtocht Herfstkleuren Rijk van Nijmegen en per zonnetrein door de Ooijpolder

Op 23 oktober, een winderige herfstdag, vertrokken 55 deelnemers met de

Eemlandtouringcar met Wilma als chauffeuse richting Nijmegen.

Onderweg werd er eerst koffie/thee met een heerlijk gebakje genuttigd bij Restaurant Schimmel in Woudenberg.

Daarna reed Wilma met ons via een prachtige toeristische route naar de Thornsche Molen in Persingen. Een prachtig gelegen restaurant nabij de Waal. Wij gebruikten daar de lunch, een gezellig en goed verzorgde lunchplank. Het bezoekerscentrum bleek zich in het restaurant te

bevinden. Voordat wij met z'n allen in de zonnetrein stapten was er nog

voldoende gelegenheid om nog even een korte wandeling te

maken. Toch

bleven veel

deelnemers gezellig

in het warme restaurant

zitten want er waaide

buiten een stevige frisse wind.



Om 14.00 uur stond de zonnetrein voor ons klaar, of eigenlijk drie zonnetreinen met elk twee wagons waarin wij konden plaatsnemen. In elk treinstel was een enthousiaste gids aanwezig die ons uitvoerig en onderhoudend vertelde over de geschiedenis van de Ooijpolder en de



plaatsen Persingen en Ooij. We genoten van de op terpen geplaatste boerderijen, de mooie natuur, de overblijfselen van de steenindustrie en van de rivier de Waal waarin het water heel laag stond. Omdat de treinrit iets langer duurde dan was gepland, hetgeen wij als deelnemers niet erg vonden, koos Wilma ervoor

rechtstreeks weer naar Gouda te vertrekken. De files wisten we te ontlopen door een alternatieve route te rijden en daarom waren alle deelnemers tussen 18.00 uur en 18.30 uur weer gearriveerd bij de opstapplaatsen. We kunnen terugkijken op een gezellige dag vol cultuur en natuur!
Jan Weggemans

Samen eten

In december is er geen "samen eten" Dit is pas weer op 23 januari 2019.

Het menu van die dag is nu nog niet bekend.

Begin januari hoop ik het te weten. U kunt mij dan altijd even bellen, als U graag wilt weten wat er die dag op



het menu staat.

Graag opgeven voor 13 januari 2019. Dit kan via de mail svmh-bestuur@hotmail.com of telefonisch 0182-602660.

Heeft U een dieet of bent U vegetarisch, laat het even weten. Carolien Kanters.

Eigen bijdrage

Zorgverzekeringen: Hogere premie, lagere eigen bijdrage

In 2019 gaan we wederom meer betalen aan onze zorgverzekering. Dit wordt voor een aantal mensen deels gecompenseerd doordat de eigen bijdrage voor medicijnen van 385 in 2018 euro naar 250 euro in 2019 gaat. En als je daar bovenop nog een vrijwillig eigen risico hebt (tussen de 100 en 500 euro), betaal je

dat deel eerst ook zelf.

Veel medicijnen die je huisarts of een andere specialist voorschrijft, krijg je vergoed vanuit de basisverzekering. De kosten vallen wel onder je eigen risico. Daarnaast werken zorgverzekeraars met een preferentiebeleid. Dat betekent dat zij alleen de goedkoopste variant van een medicijn vergoeden.

Willem Verwoerd



Kerstlezing 2018

Donderdag 13 december;
10.00-11.30 uur; in de Buurt-
stee; Gildenburg 1; entr.3,50
incl.koffie en lunch (in-
dien gewenst).

Midwinter lezing met
beelden van de Winters
van Weleer, begeleid door
kerst-en winterse muziek.
Door Henk Lijding.

Een witte kerst is prachtig,
maar de laatste jaren zien we dat
niet vaak meer. In de Gouden Eeuw
was een witte kerst heel gewoon.En

dat heeft vele mooie schilderijen en
tekeningen over schaatsen en
ijsvermaak, over witte sneeuw
en ijzige kou, opgeleverd.

Op de Midwinterlezing zal
Henk die “wintertjes” laten
zien, omlijst met kerst- en
winterse muziek. Voor die-
genen die daar tijd voor
hebben, bieden we een
lunch aan. Graag tot ziens
namens de Themaachtenden werk-
groep, Gepke, Cocky, Eildert, Kitty,
Corrie en Gerda.



High Tea

Begin maart willen we een High Tea
organiseren. De afspraken moeten
nog worden gemaakt. In de volgende

uitgave van Het Blad vindt
u meer informatie.
Willem Verwoerd



Wist u dat?

Wij hebben een nieuwe rubriek. <Wist u dat?>
Voor en door leden.

- Wist u dat? Olga 2 dagen bezig is met het maken van het Blad?
- Wist u dat? Piet gaat stoppen met het Blad?
- Wist u dat? Korte Akkeren weinig aanbod heeft voor ouderen?
- Wist u dat? Er tijdens de bingo een verkeerde rollator is mee genomen?
- Wist u dat? Er met kerst geen stampot wordt gegeten tijdens de reis?
- Wist u dat? Er aangeklede bingo is op 27 december?
- Wist u dat? Marja en Willem geflyerd hebben bij de Leckenborg?

Deze rubriek is: voor en door leden, doet u ook mee?
U kunt uw bijdrage leveren door te mailen naar:
marion.eichhorn@telfort.nl of bellen 01825 30823



Reisinformatie november

Deze keer vindt u niet een uitnodiging voor een dagtocht of meerdaagse reis in dit nummer van Het Blad. In november zijn we nog met een groep deelnemers naar De Molen in Harskamp geweest om te genieten van de jaarlijkse stamppotten tocht en waar we uitleg met dia's hebben gekregen over de Veluwe. En op 28 december wordt het reisjaar afgesloten met een

bezoek aan het Kijk en Luistermuseum in Bennekom en met een feestelijk diner. U kunt zich hiervoor nog aanmelden!

De reiscommissie maakt in overleg met Dirk van Eemland een planning voor de dagtochten en meerdaagse reizen in 2019. In het volgende nummer van Het Blad wordt het reisschema voor 2019 gepubliceerd! Namens de reiscommissie,
Jan Weggemans

Wandelingen januari

De ervaring leert dat de animo voor wandelen in december meestal minimaal is dus in deze maand zijn er geen wandelingen.

Vrijdag 11 januari.

Lange wandeling. Afstand ongeveer 5 of 8 km.

Verzamelen om 9.10 uur bij de bushaltes van station Gouda.

Vertrek om 9.17 uur met bus 106 op perron K richting Nieuwegein.

Uitstappen bij de Stokjesbrug. We wandelen langs de Vlist in de richting Haastrecht. Daarna slaan we af en maken een omweggetje. We lopen door de Hooge Boezem en langs de volkstuinen naar Haastrecht. Daar drinken we koffie. Nu kun je met de bus terug naar Gouda of verder wandelen naar station Gouda Goverwelle.

Vrijdag 18 januari.

Korte wandeling in een rustig tempo van ongeveer een uur.

Verzamelen om 9.50 uur in of bij de bibliotheek.

Vertrek 10.00 uur. We maken een stadswandeling. In de komende tijd ga ik bedenken hoe we zullen lopen. We eindigen in ieder geval in het centrum van de stad.

Voor informatie:

Wietske van den Brink.
Tel. 0182-338339.

Email:
wietskevandenbrink@kpnmail.nl





Activiteiten december / januari

December 2018

Wo 5	Jeu de Boules..... Wilde Wingerdlaan.....	1330 uur
Do 6	(Nordic) wandelen.. Park.pl.Achterwillense bocht.....	10.00 uur
Ma 10	Bingo..... Buurtstee.....	13.30 uur
Di.. 11....	Kerststukjes maken..... Mozaïk wonen.....	14.00 uur
Wo 12....	Jeu de Boules..... Wilde Wingerdlaan.....	13.30 uur
Wo 12....	Kerstliederen zingen... De Bühne.....	10.00 uur
Do. 13....	(Nordic) wandelen..... Park.pl.Achterwillense bocht.....	10.00 uur
Do. 13....	Thema-ochtend, kerstlezing Buurtstee.....	10.00 uur
Wo 19....	Jeu de Boules..... Wilde Wingerdlaan.....	13.30 uur
Do. 27....	(Nordic) wandelen..... Park.pl.Achterwillense bocht.....	10.00 uur
Vr.. 28....	Kijk- en luistermuseum met feestelijk diner; Bennekom	

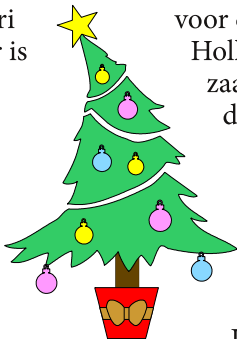
Januari 2019

Wo.. 2....	Jeu de Boules..... Wilde Wingerdlaan.....	13.30 uur
Do... 3....	(Nordic) wandelen..... Park.pl.Achterwillense bocht.....	10.00 uur
Ma... 7....	Handwerken..... Inl.: tel. 0182-513799	
Wo.. 9....	Jeu de Boules..... Wilde Wingerdlaan.....	13.30 uur
Do. 10....	(Nordic) wandelen..... Park.pl.Achterwillense bocht.....	10.00 uur
Do. 10....	Themaochtend, Groei. Buurtstee.....	10,00 uur
Vr.. 11....	Lange wandeling langs de Vlist Verzam.: bush. NS station.	9.17 uur
Ma 14....	Bingo..... Buurtstee.....	13.30 uur
Wo 16....	Jeu de Boules..... Wilde Wingerdlaan.....	13.30 uur
Wo 16....	koffieochtend..... Kleischuur.....	10.30 uur
Do. 17....	(Nordic) wandelen..... Park.pl.Achterwillense bocht.....	10.00 uur
Vr.. 18....	Korte wandeling..... Bibliotheek	9.15 uur
Ma 21....	Handwerken..... Inl.: tel. 0182-513799	
Wo 23....	Samen eten..... Prinsenhof.....	17.30 uur
Wo 23....	Jeu de Boules..... Wilde Wingerdlaan.....	13.30 uur
Wo 23....	Bingo..... Buurtstee.....	13.30 uur
Do. 24....	(Nordic) wandelen..... Park.pl.Achterwillense bocht.....	10.00 uur
Wo 30....	Jeu de Boules..... Wilde Wingerdlaan.....	13.30 uur
Do. 31....	(Nordic) wandelen..... Park.pl.Achterwillense bocht.....	10.00 uur



Koffieochtend

Woensdag 16 januari
van 10.30 tot 12.00 uur is
de eerste koffieochtend
in het nieuwe jaar. We
gaan naar Restaurant
'De Kleischuur', Vest 2.
De gerenoveerde en
verbouwde 'schuur' heeft
de status van
Rijksmonument.
Vroeger werd hier klei
opgeslagen dat werd aangevoerd



voor de Plateelbakkerij Zuid-
Holland. Het is een gezellige
zaak met een groot terras aan
de Turfsingel. Helaas kunnen
we daar nu niet zitten!
Iedereen is zonder
aankomst welkom, maar
vergeet niet te betalen bij
het weggaan!
Tot ziens,
Ina Appers (0182-527928) en
Lili Koot (0182-373162)

Themaochtend Groei

Eerste Themaochtend op 10 januari
van 10 tot 11.30 uur in De
Buurtstee, Gildenburg 1,
Kosten 3,50 euro incl.
2 keer koffie.

Onderwerp:
GROEI; zelf ons leven
vorm geven en hoe we
dat nog beter kunnen.
Welke rol hebben we
als oudste generatie
t.o.z.v.de jongere ge-
neraties.

Spreekers:
Arie-Jan v.d. Wetering
en Gerda Paans.

Het beste instrument, dat we
hebben, zijn we zelf. Of het nu gaat
om persoonlijke keuzes, om lastige
situaties in de familie, uitdagingen
in de buurt. Misschien denkt u,
waarom zou ik nog willen groeien.

Wij denken dat juist als je ouder
wordt, het leven niet echt
makkelijker is. Veel van het
oude vertrouwde is ver-
dwenen, je hebt fysiek
minder mogelijkhe-
den. (zacht uitge-
drukt). Hoe gaan we
daarmee om. En tot
slot welke rol in de
samenleving hebben
we als oudste gene-
ratie ten opzichte
van de jongere gene-
raties. Voor GROEI ba-
seren we ons op „De zeven

eigenschappen van Stephen Covey”
om meer grip te krijgen op ons
leven. We ontdekken: dat we elkaar
hard nodig hebben en ook hoe mooi
ieder mens is.
Tot ziens,
de werkgroep Themaochtenden



