



# Nieuwsbrief november 2023

**Belangenvereniging  
Senioren  
Vught**

## Mededelingen van het bestuur

### Beste Leden

Ook al is het dan een mooie nazomer geweest, we gaan nu dan toch echt de herfst tegemoet. In het weekend van zaterdag 28 op zondag 29 oktober begint de wintertijd, met tijdelijk wat eerder licht 's morgens en 's avonds eerder donker. Deze tijd heeft ook weer zijn charme, lekker knus op de bank met een boek of bij de tv met een lamp of kaarsje aan. Dat heeft toch echt iets kneuterigs-gezelligs.

Nadat we op 11 oktober onze vrijwilligers in het zonnetje hebben gezet, met een werkelijk heerlijk Italiaans buffet om onze dankbaarheid te tonen, gaan we weer over tot de orde van de dag. We hebben die avond ook op gepaste wijze afscheid genomen van Frans de Potter, die jaren de coördinatie heeft gedaan van de distributie van de nieuwsbrieven en de ONS. Ook heeft Frans onze website opgezet en onderhouden. We zijn hem veel dank verschuldigd. Hij heeft ons wel nog beloofd nog steeds elke maand een zoekplaatje te zullen toesturen, net als mooie gedichten, leuke mopjes en weerwijsheden. Waar we ook heel blij mee zijn, zijn de leden die zich meteen aangemeld hebben om een bezorgroute over te nemen van bezorgers die overleden zijn, of waarbij dat rondbrengen echt niet meer gaat. Wij hebben echt hulp en ondersteuning nodig! Al die leuke, gezellige activiteiten die we organiseren en aanbieden kan alleen met hulp van vrijwilligers. Wat hebben we jullie toch nodig! Wil je ons helpen? Weet je niet waarmee? Meld je bij Miny Reefman, tel: 06-53 17-19-78. Samen kun je dan met haar kijken, wat bij je past. Echt doen! Heel gelukkig zijn we ook met het bericht van de Rabobank over de uitslag van Rabo Club Support. Er is 57 x op ons gestemd en we hebben daardoor een bedrag van € 817,32 toebedeeld gekregen. Dat is veel meer dan het dubbele van vorig jaar. Het spreekt vanzelf dat we hier heel blij mee zijn. Ook voor ons zijn het dure tijden in veel opzichten en we willen toch graag onze koffie op € 1,- per kop houden.

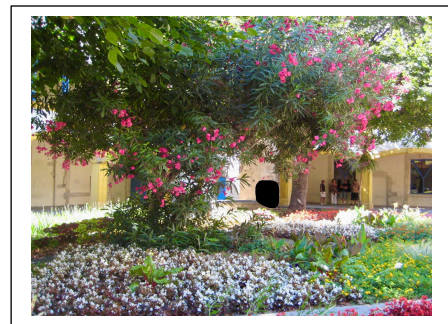
We proberen de drempel zo laag mogelijk te houden voor iedereen om toch onze bingo en andere activiteiten te kunnen blijven bezoeken en daar een kopje koffie te kunnen drinken. Verder is besloten dat we weer meedoen aan de Senioren Expo Brabant van dinsdag 16 t/m zondag 21 januari in 2024. Wij hebben besloten op **donderdag 18 januari** naar de expo te gaan. Het vertrek is vanaf Station Vught om 11.00 uur en we vertrekken vanuit Veldhoven om 17.00 uur. Het bedrag wat we vragen voor een retour met de bus inclusief de entree is € 20,-, U vindt een aanmeldstrookje op de laatste bladzijde van deze nieuwsbrief. U kunt dit in onze brievenbus doen op de Esschestraat 18A of even bellen met Joke Lexmond – Ackermans naar mobiel; 06-49-03-81-73. Dan komt u op een deelname lijst. We moeten natuurlijk wel weten met hoeveel mensen we naar Veldhoven gaan. Niet-leden kunnen ook mee en in dit geval voor dezelfde prijs als de leden. We worden nl. gesponsord met vervoer door KBO Brabant. Op de dag zelf is verder alles voor eigen rekening. Dat dagje maakt u dus zo duur als u zelf wilt.

**Aandacht vragen we bij deze ook voor onze themaochtend op 16 november "POSITIEF IN HET NAJAAR" in Ons Home. We beginnen om 10.00 uur en vanaf 9.30 uur kunt u bij ons terecht. De ochtend is helemaal gratis, óók de koffie/thee.**

Verder wensen we onze nieuwe webmaster Jeroen de Jong heel veel succes met het bijhouden van onze nieuwe website.

Ga vooral kijken op de website en zie de verschillen met de vorige.

Veel kijkplezier en tot de volgende nieuwsbrief.



Wij feliciteren alle leden, die in de maand november jarig zijn en wensen iedereen een heel fijne dag toe en nog vele jaren in een goede gezondheid.

### Bijzondere felicitaties gaan uit naar onze KROONJARIGEN

#### 75 Jaar

Hr. J.J.H. van Helmond

#### 80 Jaar

Mevr. W.M.M. Meijer

#### 85 Jaar

Hr. V.H.C. Hof

Mevr. A.M. Looijmans-Kusters

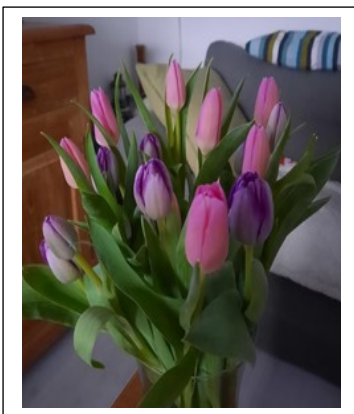
#### 95 jaar

Mevr. H. Aleva-van Oers

Mevr. J.T.M. Beekmans



Verder willen wij alle leden die te kampen hebben met ziekte, in welke vorm dan ook, heel veel sterkte toewensen en indien mogelijk een spoedig herstel. Ook degenen die vanwege ziekte niet meer in hun eigen woning kunnen verblijven, wensen wij de kracht om gelukkig te worden in hun nieuwe woonomgeving.



### Nog even een bijzondere vermelding

Jan en Mien Swinkels waren begin oktober 60 jaar getrouwd. Wij hebben ze verrast met een bloemetje en een kaart uit naam van het bestuur. Als bestuur wensen wij dit echtpaar samen nog veel gelukkige jaren toe in een zo goed mogelijke gezondheid. Het is fijn dat je op deze leeftijd dit nog samen met je familie kunt vieren.



### Afgemelde leden;

Mevr. Rieky Beks van de Bosch

### Overleden;

Hr. Joop Uiterwaal in de leeftijd van 87 jaar

## Vaste Activiteiten van de BSV

MBVO op maandagochtend	Aanvang 9.30 uur	Ons Home
Koersbal op maandagmiddag	Aanvang 14.00 uur	in WZC Theresia
Vrij kaarten op maandagmiddag	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Handwerken op dinsdagmiddag	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Koor Ons Eigen Wijs op woensdagavond	Aanvang 19.30 uur	Ons Home
Line Dance op vrijdagochtend	Aanvang 10.30 uur	Ons Home

## Agenda van november 2023

Woe	1 nov	Bingo	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Zat	4 nov	Creatief met bloemen	Aanvang 10.00 uur	Ons Home
Woe	8 nov	Prij斯卡arten	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Woe	15 nov	Bingo	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
<b>Dond</b>	<b>16 nov</b>	<b>Themaochtend “ POSITIEF IN HET NAJAAR”</b>	<b>10.00 uur</b>	<b>Ons Home</b>
Zat	18 nov	Bloemschikken	Aanvang 10.00 uur	Ons Home
Woe	22 nov	Prij斯卡arten	Aanvang 13.30 uur	Ons home

Activiteit	Naam coördinator	Telefoonnummer
------------	------------------	----------------

(Prij)skaarten en Bingo	Hannie Schellen	06-41 53 82 74
Bingo en Handwerken	Meggie van de Ark – Maas	06-23 02 27 82
Bloemschikken en Koersballen	Carla Jonkers	073-656 38 66
Gym, Koor O.E.W.en Line Dance	Toos Op 't Hoog	06-34 49 78 20
Creatief met bloemen (tussenpersoon)	Joke Lexmond-Ackermans	06-49 03 81 73

tevens Fietsen, Scootmobielen, Dagreizen en alles omtrent de Nieuwsbrief.

**Deze mensen kunnen benaderd worden als u vragen heeft over deze activiteit of dat u zich voor deze activiteit wilt opgeven.**

## Het zoekplaatje van Frans van oktober

Deze keer heeft Ria van der Vleuten het zoekplaatje geraden. Gefeliciteerd Ria met je cadeaubon.

## De oplossing was;

Deze camera staat aan het begin van de parkeerplaats tegenover het Oriëntaals Restaurant “Tzong Don” begin Taalstraat

## Weer een nieuw zoekplaatje



Waar in de Gemeente Vught bevindt zich deze galerij.

Onder de goede inzenders wordt weer een cadeaubon verloot.

**De volgende nieuwsbrief komt uit in de week van 27 november**

**In die week vindt u hem dan weer in uw brievenbus.**

## **THEMA-OCHTEND IN “ONS HOME”; “POSITIEF IN HET NAJAAR” OP 16 NOVEMBER; AANVANG 10.00 UUR**

### **EIGEN REGIE, MEDICIJNGEBRUIK & ZORGAPPS**

Bent u een van de vele ouderen die het gevoel hebben dat ze de boot hebben gemist? Voelt u zich soms verstoken van mogelijkheden die uw leven kunnen verbeteren, terwijl ze eigenlijk voor iedereen toegankelijk zouden moeten zijn? Wij begrijpen uw frustratie en willen u graag laten zien dat er eenvoudige oplossingen zijn die morgen al een verschil kunnen maken voor u of uw dierbaren. We worden steeds ouder dankzij de vooruitgang in de medische wereld. Ziekten en gebreken kunnen langer en beter onder controle worden gehouden met behandelingen en medicatie. Maar de vraag is: worden we ook vitaal ouder? Het is belangrijk om niet alleen langer te leven, maar ook volop te genieten van een vitaal en gezond leven.

Het is begrijpelijk dat u zich zorgen maakt over bijwerkingen en medicatieveiligheid, vooral als u verschillende medicijnen moet gebruiken. Gelukkig kunt u rekenen op de expertise van apothekers, die een essentiële rol spelen in het waarborgen van uw gezondheid en welzijn. Zij kunnen u helpen bij het beheren van uw medicatie, het verminderen van bijwerkingen en het optimaliseren van uw behandelplan. Met hun deskundigheid en persoonlijke benadering staan ze altijd voor u klaar. Daarnaast zijn digitale zorgapps een opkomende kracht in de zorgwereld, zelfs als ze voor velen nog onbekend terrein lijken. Deze apps bieden een scala aan mogelijkheden om uw gezondheid te monitoren, herinneringen voor medicatie in te stellen en directe toegang te krijgen tot waardevolle informatie en ondersteuning. Ze maken de zorg meer toegankelijk en gebruiksvriendelijk, zodat u de regie over uw gezondheid in eigen handen kunt houden.

Laten we samen werken aan een vitaal ouder worden. Vertrouw op de expertise van apothekers en omarm de voordelen van digitale zorgapps. Ontdek hoe u uw medicatieveiligheid kunt vergroten en uw gezondheid kunt optimaliseren. Het is nooit te laat om de regie te nemen over uw welzijn en te streven naar een leven vol vitaliteit. De toekomst ligt in uw handen, en wij staan klaar om u te ondersteunen op uw weg naar een vitaal leven.

**Andere onderwerpen zijn:** **MUZIEK & BEWEGING**  
**PERSOONLIJKE VERZORGING**  
**HERSENGEZONDHEID**

**DEZE THEMAOCHTEND IS VOOR IEDEREEN GRATIS.**

Breng gerust een vriend(in) of een familielid mee

**Ik heb besloten de auto  
een week of 4 te laten  
staan...**

**Ik zie het als een soort  
challenge.**

**Het idee kwam  
trouwens van de  
politie.**

**Vroeger stond  
Nederland  
bekend om de  
stamppotten,  
tegenwoordig  
lijkt t bekend  
te staan om de  
doofpotten..**

**Sommige vrouwen  
durven niet door de  
regen te lopen!**

**Dit zou kunnen  
leiden dat hun  
gezicht terug naar de  
fabrieksinstellingen  
gaat!!...**

## Nieuwsbericht; Valpreventie vergoed vanaf 2024

**Preventieve zorg** die het risico op vallen verkleint, wordt voortaan vergoed vanuit het basispakket. Met valpreventie wordt voorkomen dat mensen mogelijk meer en intensievere zorg nodig hebben. De Nederlandse Zorgautoriteit (NZa) stelt prestaties vast voor de valrisicobeoordeling met een maximaal tarief en de valpreventieve beweeginterventie met een vrij tarief. Zorgaanbieders kunnen vanaf 1 januari 2024 deze prestaties declareren.

### Valrisicobeoordeling

Bij de valrisicobeoordeling wordt aan de hand van een uitgebreide vragenlijst bekeken welke factoren de oorzaak kunnen zijn van het hoge valrisico. Daarna wordt er gelijk een advies op maat gegeven over eventueel te nemen vervolgacties. Dit advies kan bestaan uit verschillende maatregelen, zoals een controle op bijwerkingen van bepaalde medicijnen, een oogtest of een valpreventieve beweeginterventie. Na twee à drie maanden kan een evaluatiemoment volgen om te kijken of het advies is opgevolgd. Dit evaluatiemoment is onderdeel van de valrisicobeoordeling. Voor deze zorg geldt een maximumtarief. Lees hier over de beleidsregel valrisicobeoordeling.

### Valpreventieve beweeginterventie

Valpreventieve beweeginterventies kunnen plaatsvinden in zowel het sociaal domein (vanuit de gemeente) als in de Zorgverzekeringswet (Zvw). De prestaties die de NZa vaststelt, gelden alleen als de zorg valt onder de Zorgverzekeringswet. Een fysiotherapeut of oefentherapeut begeleidt de beweeginterventie die bestaat uit een intake gevolgd door een trainingsprogramma. Voor deze zorg geldt een vrij tarief. Lees hier over de beleidsregel valpreventieve beweeginterventie.

### Bewezen effectieve zorg

Het Zorginstituut Nederland heeft in april 2022 beoordeeld dat valpreventie bewezen effectief is en voor een deel onder de verzekerde zorg valt. Valpreventie is een goed voorbeeld van passende zorg omdat het risico op vallen wordt verkleind. Hiermee wordt voorkomen dat mensen mogelijk meer en duurdere zorg nodig hebben.

## INFO OVER DE SENIOREN EXPO IN VELDHOVEN

Het is feest want in januari wordt alweer de 20<sup>ste</sup> editie van de Senioren Expo georganiseerd. KBO-Brabant is wederom medeorganisator van het leuke evenement voor 50-plussers in Brabant.

De beurs wordt gehouden van dinsdag 16 tot en met zondag 21 januari 2024 in het NH Koningshof te Veldhoven. De 'Senioren Expo Brabant' is dagelijks geopend van 10.00 tot 17.00 uur. De combinatie van een complete huishoudbeurs, een informatiemarkt en optredens van orkesten, koren en artiesten is al vele jaren een succes te noemen.

Als BSV gaan we **op donderdag 18 januari** met een bus naar de Senioren Expo Brabant in Veldhoven.

Zowel leden als niet-leden zijn van harte welkom om mee te gaan. De prijs is voor iedereen gelijk deze keer nl. € 20,-, dankzij de sponsoring van KBO Brabant. In deze prijs is zowel de busreis retour naar Veldhoven als ook het entreebewijs inbegrepen.

Opstappen doen we op donderdag 18 januari op het Station van Vught en we vertrekken van daaruit om 11.00 uur. Om 17.00 uur gaan we vanuit Veldhoven weer terug naar Vught.

Bij Station Vught kunt u uw auto gratis parkeren.

**Opgeven vóór 30 november en betalen vóór 7 december!** We maken er weer een leuk dagje uit van. Een aanmeldstrookje staat op de laatste bladzijde.



## Brabantbreed pleidooi: ontzie ouderenzorg bij bezuinigingen

**Geef de Brabantse ouderenzorg de ruimte om de noodzakelijk overgang naar de toekomst te maken, in plaats van te bezuinigen. Anders loopt de zorg voor onze ouderen totaal vast. Dat bepleiten alle Brabantse ouderenzorginstellingen in een provinciebreed ondersteund manifest.**

Het gaat niet om méér geld, benadrukken de Brabantse verpleeg- en verzorgingstehuizen. Om de ook in de ouderenzorg schrijnende personeelstekorten en de toename van het aantal zorgbehoevende ouderen het hoofd te kunnen bieden, zijn ze al hard bezig de ouderenzorg anders te organiseren. “Meer thuis, meer zelf en meer technologische oplossingen – dat is de ouderenzorg van de toekomst”, erkent Jos Adriaans, bestuurder van Thebe in Tilburg, een van de ondertekenaars van het ouderenzorgmanifest. “Daar zijn we al hard mee bezig, maar dat lukt niet als de bezuinigingen doorgaan.”

De ouderenzorg is dit jaar geconfronteerd met een stortvloed van financiële tegenvallers: hogere lonen, een korting op hun vergoeding voor vastgoed, minder geld van het kabinet (het zgn. macrokader) en te weinig compensatie voor de inflatie. “De zorgkosten lopen overal enorm op en wij snappen best dat het ook in de ouderenzorg anders moet. Het kabinet heeft op Prinsjesdag de bezuinigingsplannen wel wat afgezwakt, maar veel te weinig om te voorkomen dat Brabantse ouderenzorginstellingen volgend jaar massaal in de rode cijfers duiken. Dan lukt het nooit om de noodzakelijke transformatie te maken.”

### Gefaseerd

In het manifest vragen de Brabantse ouderenzorginstellingen vooral om tijd. Adriaans: “De zorgkosten stijgen én we worden steeds ouder, maar het gaat niet om meer geld. Ook de Brabantse ouderenzorg snapt dat er moeilijke keuzes moeten worden gemaakt. Wat de Brabantse ouderenzorg nodig heeft is om dat gefaseerd te doen. Dat geeft ons de ruimte om die transitie te maken. Anders dreigt er een harde crash en dat kunnen we onze ouderen niet aandoen!”

### Ervaren onafhankelijke cliëntondersteuners

In de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) is geregeld dat iedereen die een aanvraag doet bij de Gemeente voor huishoudelijke hulp, zorg, hulpmiddelen of woningaanpassing, recht heeft op een onafhankelijke cliëntondersteuner. Bij een WMO-aanvraag is er een gesprek (ook wel keukentafelgesprek genoemd) tussen de gemeente en de inwoner of cliënt. Het is heel prettig om bij zo’n officieel gesprek iemand naast u te hebben, onafhankelijk én met verstand van zaken.

### Hoe zijn cliëntondersteuners te bereiken?

Via de website van Ouderen Samen [www.ouderensamen.nl](http://www.ouderensamen.nl).

Daar vindt u ook uitgebreide informatie over cliëntondersteuning.

Via het telefoonnummer van Welzijn Vught; 073 - 656 5350.

Via de website van de BSV [www.bsv-vught.org](http://www.bsv-vught.org)

## **NIEUWS OVER ARTROSE. ER KOMT EERST NOG VERVOLGONDERZOEK m.b.t. ARTROSE**

Patiënten met artrose hebben pijnlijke en stijve gewrichten. De huidige behandelopties zijn pijnstillers of een ingrijpende operatie waarbij het gewricht vervangen wordt. Onderzoek van het Radboudumc en de Sint Maartenskliniek laat nu zien dat colchicine, een eeuwenoud middel tegen jicht, waarschijnlijk effectief is tegen artrose.

Zo'n anderhalf miljoen Nederlanders hebben last van artrose. Hierbij is het kraakbeen van één of meerdere gewrichten beschadigd, verandert het bot onder het kraakbeen en zijn gewrichten vaak ontstoken. Artrose is pijnlijk en beperkt de bewegingsvrijheid van patiënten flink. De enige behandelopties zijn pijnstillers en een ingrijpende operatie waarbij het gewricht vervangen wordt. Daar gaat wellicht verandering in komen. Onderzoek van de Sint Maartenskliniek en het Radboudumc geeft namelijk sterke aanwijzingen dat een eeuwenoud middel tegen jicht ook effectief is tegen artrose.

### **Colchicine**

Het gaat om het medicijn colchicine, dat al sinds de eerste eeuw na Christus gebruikt wordt tegen jicht. Het remt de ontsteking bij deze aandoening. Samen met collega's kwam hoogleraar Cardiologie Jan Hein Cornel van het Radboudumc jaren geleden op het idee dat dit middel zou kunnen werken tegen hart- en vaatziekten. Cornel legt uit: 'Ook daar speelt ontsteking een belangrijke rol. En we hadden gelijk: in ons onderzoek bij ruim 5000 hart- en vaatpatiënten verminderde colchicine de kans op een hartinfarct, dotterbehandeling, bypass of beroerte met dertig procent.

Reumatoloog Calin Popa van de Sint Maartenskliniek was onder de indruk van deze resultaten en dacht: misschien remt dit middel ook de ontsteking bij artrose. Hij legde contact met Cornel, die meteen enthousiast was, en maakten samen een plan. Ze wilden achterhalen hoeveel van de hart- en vaatpatiënten uit het colchicine-onderzoek een nieuwe knie of heup hadden gekregen.

### **Veilig en goedkoop**

Michelle Heijman, onderzoeker bij de Sint Maartenskliniek, voerde het onderzoek uit. 'Het middel lijkt inderdaad te werken tegen artrose. Het aantal patiënten met een knie- of heupvervanging was in de groep behandeld met colchicine ruim dertig procent lager dan in de placebogroep. Omdat het zo'n oud medicijn is, weten we dat het veilig is. En de behandeling is makkelijk: eenmaal daags een tabletje, door de huisarts voorgeschreven.'

Ook Popa ziet een veelbelovende toekomst voor colchicine als artrosebehandeling: 'Er zijn andere middelen die ook wat lijken te doen tegen artrose, maar die zijn óf minder veilig, óf heel duur. Colchicine kost maar een paar tientjes per jaar. Omdat artrose zoveel voorkomt, kan de kostenbesparing enorm zijn.'

### **Vervolgonderzoek**

Patiënten met artrose kunnen nog niet behandeld worden met colchicine. Omdat het onderzoek gebruik maakte van gegevens van een studie naar hart- en vaatpatiënten, kunnen dokters het middel nog niet voorschrijven voor artrose. Daarom willen Popa en Cornel vervolgonderzoek doen dat specifiek gericht is op artrose.

'Als we daarmee kunnen bevestigen dat colchicine werkt, is dat fantastisch nieuws', vertelt Popa. 'We kunnen artrosepatiënten dan eindelijk een veilig en effectief middel aanbieden. Dat verbetert hun kwaliteit van leven sterk en zou in sommige gevallen een zware operatie kunnen uitstellen of zelfs voorkomen. Dat bespaart zorgkosten. Kortom: een win-win-win situatie.'



# Voorlichting over online fraude bittere noodzaak



**Samen met de Nederlandse Vereniging van Banken, de Nationale Politie en het ministerie van Justitie en Veiligheid stond KBO op de 50PlusBeurs in Utrecht. In de gezamenlijke stand werd voorlichting gegeven over online fraude. Hard nodig, want nog steeds worden veel mensen – waaronder veel senioren – slachtoffer van phishing, internetcriminaliteit, hulpvraagfraude en spoofing.**

Op de drukbezochte beursstand werden onder meer presentaties gegeven over waar je op moet letten om geen slachtoffer te worden van fraude. Bezoekers van de beurs konden testen of zij wel genoeg voorbereid zijn tegen fraudeurs. Er werden ook video's vertoond over de verschillende werkwijzen van oplichters. En er werden veel en goede gesprekken gevoerd over deze problematiek.

## **Alert zijn**

Uit de gesprekken kwam naar voren dat bijna iedereen wel eens te maken heeft gehad met pinpasfraude of fraude via Whatsapp, of pogingen daartoe. De meeste mensen gaven aan alert te zijn en er niet (meer) in te trappen. Bij een 'raar' telefoonnummer wordt er simpelweg niet opgenomen of mensen hangen op. Veel beursbezoekers gaven aan een vreemd telefoonnummer op te zoeken op internet en het nummer vervolgens te blokkeren.

## **Veilig voelen**

Op de stand bleek dat de meeste ouderen zich over het algemeen wel veilig voelen. Ze mijden risicovolle handelingen, zoals het pinnen bij een afgelegen automaat. Senioren zijn zich er redelijk goed van bewust dat ze waaks moeten zijn op online fraudepogingen. Het gevaar is wel dat mensen soms te zelfverzekerd zijn. 'Dat overkomt mij niet', is een vaak gehoorde opmerking. Maar juist daardoor kunnen mensen alsnog slachtoffer worden.

## **Slim handelen**

Zelfstandig wonende mensen met beginnende dementie zijn vaker slachtoffer van fraude, bijvoorbeeld door telefonische of huis-aan-huis verkoop. Zorgen dat hen dat niet (meer) overkomt is een uitdaging; nu kan vaak uitsluitend achteraf de schade worden hersteld. Enkele bezoekers van de beurs gaven aan slim te handelen door een pinpasoplichter aan huis te laten komen en 112 te bellen. Dat lijkt een mooi lik-op-stukbeleid, maar het brengt ook risico's met zich mee. Voorlichting over online fraude is en blijft bittere noodzaak.

Opletten geblazen als je geld uit de muur trekt. Oplichters hebben een nieuwe truc bedacht waarmee ze jouw geld, dat uit de pinautomaat moet komen, kunnen stelen. Cashtrapping heet het en het is in opkomst, vertelt Fleur Mosterdijk van de politie.



## **Nog wat meer info over bankfraude. Je kunt tegenwoordig niet voorzichtig genoeg zijn en ook niet te veel hierover weten.**

Door de voortschrijdende digitalisering van bankzaken dreigen mensen die minder digitaal zijn – onder wie veel ouderen – buiten de boot te vallen. De vier grootste banken experimenteerden drie maanden met laagdrempelige bankinformatiepunten waar mensen terecht konden met hun bankvragen.

Kwetsbare groepen, waaronder veel ouderen, kunnen niet altijd voldoende meekomen met de voortschrijdende digitalisering van onze maatschappij. De kloof die daardoor ontstaat wordt door steeds meer partijen onderkend. Banken bijvoorbeeld hebben oog voor mensen die digitaal niet uit de voeten kunnen met het verrichten van hun bankzaken. De vier grote banken van Nederland zetten daarom begin dit jaar in het kader van het programma Toegankelijk Bankieren een pilot op, met bankinformatiepunten. KBO-Brabant was betrokken bij deze pilot.

### **Een 10**

Bij de pilot, die liep van 1 juni tot eind augustus, werden in tien gemeenten bankinformatiepunten opgezet. In de gemeente Gemert-Bakel verzorgde KBO-Kring Gemert-Bakel dit informatie-spreekpunt bankzaken. Bezoekers, voornamelijk ouderen, gaven dit infopunt een 10 als rapportcijfer. Gemiddeld kregen alle bankinformatiepunten een 8,4; een geweldig resultaat. In Gemert-Bakel werd het infopunt bemenst door vrijwilligers van de KBO. In andere gemeenten varieerde de bemensing van vrijwilligers tot professionals, zowel bancair als niet-bancair.

### **Doelstellingen**

Bezoekers waardeerden het dat er een plek is waar ze face-to-face hun bankvragen konden stellen. De geboden hulp was veelal helpen met een praktische oplossing, verwijzen naar een bestaande oplossing of instantie – waaronder naar KBO-Brabant – of gezamenlijk informatie opzoeken of de bank bellen. Voorafgaand aan de pilot waren diverse doelstellingen geformuleerd. Zo wilde de projectgroep – waar KBO-Brabant deel van uitmaakt – graag dat meer dan 85 procent van de bezoekers geholpen zou worden met hun vraag. Daarnaast was de wens, dat zowel bezoekers als informatieverstrekkers het bankinformatiepunt met een cijfer boven de 7,5 zouden waarderen. Deze doelstellingen zijn behaald! Alleen het streefaantal bezoekers van gemiddeld 2 per uur per locatie werd helaas niet gerealiseerd. Alle professionals en vrijwilligers op de bankinformatiepunten werden na afloop van de pilot als eersten geïnformeerd over de resultaten. Tijdens de bijeenkomst werden ook al nuttige adviezen voor het vervolg met elkaar gedeeld.

## BANK HELPDESK FRAUDE

Het komt helaas steeds meer voor dat oplichters zich voordoen als medewerker van uw bank. De crimineel misbruikt dan de naam of het telefoonnummer van de bank.

**U kunt bankhelpdeskfraude herkennen wanneer één of meer van de ondergenoemde situaties zich voordoen:**

- U wordt onverwacht en ongevraagd gebeld door uw bank of u ontvangt een onverwacht tekstbericht van uw bank.
- Een zogenaamde bankmedewerker beweert dat fraudeurs ongeoorloofde betalingen vanaf uw bankrekening proberen te doen.
- Een zogenaamde bankmedewerker beweert dat uw bankrekening niet meer veilig zou zijn of dat fraudeurs daarop proberen in te breken.
- Een sms-bericht beweert dat u een verdachte betaling, automatische incasso of instelling moet controleren door op een hyperlink in het bericht te klikken.
- Een zogenaamde bankmedewerker probeert u te overtuigen om zelf overboekingen te doen, om uw pincodes en beveiligingscodes af te geven of te wijzigen of om hem of haar directe toegang tot uw computer te geven.
- Een zogenaamde bankmedewerker zegt dat u uw banksaldo moet 'veiligstellen' op een 'kluisrekening' of 'veiligheidsrekening' van de bank.

**Dit zal uw bank nooit doen:**

- Uw bank vraagt nooit aan de telefoon of in een tekstbericht om geld over te boeken naar andere rekeningen, ook niet in noodgevallen.
- Uw bank stuurt nooit een medewerker thuis langs om uw bankpas, inlogapparaatje voor internetbankieren of pincodes af te halen.
- Uw bank vraagt nooit om uw bankpas of inlogapparaatje voor internetbankieren per post op te sturen, ook niet via hun website.
- Uw bank vraagt nooit aan de telefoon of in tekstberichten om uw pincodes, wachtwoorden of andere beveiligingscodes af te geven.
- Uw bank vraagt nooit om toegang tot uw computer of smartphone of om software of apps op uw computer, tablet of smartphone te installeren.

Een afgedankte bankpas kunt u doorknippen, in de lengte, dwars door de kopergouden betaalchip heen, en weggooien. U hoeft uw bankpas nooit af te geven aan uw bank of aan de politie en u hoeft die ook nooit op te sturen.

**Wat kan ik doen als ik er toch intrap?**

**Bel direct uw bank en volg de aanwijzingen van de bankmedewerker. Doe aangifte bij de politie via telefoonnummer 0900-8844 (lokaal tarief) of via de website van de politie.**

In geval van nood kan uw (echte) bank op afstand al uw bankrekeningen, saldo's, bankpassen of inlogapparaatjes voor internetbankieren blokkeren. Daar hoeft u zelf helemaal niets voor te doen. Uw bank zal u dan meestal wel even bellen, alleen om u te waarschuwen, niet om u iets te laten doen.

## Gedicht van de maand

Ik weet nu nog wat ik doe,  
al vergeet ik steeds meer, af en toe...  
Ook weet ik soms niet waar ik woon,  
maar ik heb geleerd; dan vraag ik het gewoon.  
Zo kom ik altijd toch weer thuis,  
en voel ik me veilig, in mijn eigen huis

Daniel Schmidt

## Weer Wijsheden voor November

Houden de kraaien school,  
zorg dan voor hout en kool.  
Als het vriest in november,  
sneeuwt het in december.  
Komt van het veld de veldmuis,  
haal turf en hout in huis.

West-Brabant	Organisaties West Brabant	Midden-Brabant	Organisaties Midden Brabant	Noord-Brabant	Organisaties Noordoost Brabant	Zuidoost-Brabant	Organisaties Zuidoost Brabant

## Drag bij aan de noodzakelijke transformatie in de ouderenzorg Voor uw ouders, uzelf en uw naasten

### Wij, ouderenzorgorganisaties in Brabant...

- ...houden zorg beschikbaar voor de meest kwetsbare ouderen van Brabant vanuit een demografisch complexe situatie. (groei volume ouderen en afname arbeidskrachten). De bevolkingsopbouw verandert tussen 2023 en 2033: de groep 75+ ers groeit relatief sterk, waardoor er druk komt op de beroepsbevolking. De vraag naar ouderzorg verdubbelt de komende jaren (indicatie verpleeghuiszorg gaat bij gelijk beleid van 76.000 naar 165.000 in 2040) en alleen al in Brabant wordt een tekort van 8.000 medewerkers in de ouderenzorg verwacht (ROAZ beeld). Dit betekent dat de ouderenzorg anders moet gaan werken om zorg beschikbaar te houden voor de meest kwetsbaren ouderen.
- ...zijn mede verantwoordelijk voor de noodzakelijke veranderingen om de zorg toegankelijk, duurzaam en betaalbaar te houden. Wij werken verder aan de transformatie in de zorg door keuzes te maken wie welke zorg waar ontvangt. We werken intensief samen in de keten met huisarts en ziekenhuis om dit te realiseren.
- ...onderschrijven de recente akkoorden zoals WOZO & IZA en werken aan: *Zelf, Thuis en Technologie*. De norm wordt om zo lang mogelijk actief te blijven, thuis te blijven wonen en ondersteuning (zoveel mogelijk zelfstandig) te organiseren. Zorgdomotica en zorgtechnologie worden vanzelfsprekend ingezet. We zetten de schaarser wordende professional of het schaarse verpleeghuisbed alleen in wanneer het echt nodig is.
- ...zien de noodzaak om binnen de zorgverlening cliënten, familie en mantelzorgers te faciliteren bij de taken en verantwoordelijkheden in de zorg. Noodzakelijke zorg wordt professioneel bepaald. De cliënt is, samen met zijn naasten, eigenaar van de kwaliteit van zijn leven.
- ...zijn aanjager van de maatschappelijke dialoog over de noodzakelijke veranderingen in de ouderenzorg. We creëren bewustzijn voor deze verandering en motiveren alle generaties in hun maatschappelijke verantwoordelijkheid om solidariteit tussen generaties te bevorderen.

### Dat betekent dat...

- ...de zorgorganisaties ruimte, tijd en financiering moeten krijgen die passend is bij deze opgave. Voldoende om innovatie en verandering mogelijk te maken en scherp aan de wind te varen. Dit in een passend tijdsbestek om deze transformatie mogelijk te maken. Dit betekent ander beleid dan wat er nu voorligt. We worden geconfronteerd met de aangekondigde maatregelen voor 2024-2026 met een macrokorting, te beperkte compensatie voor cao en indexatie van inflatie, daling van de vergoeding voor huisvesting en inrichting én een algemene beperking van het richttarief naar 95,5 %. Deze opeenstapeling van maatregelen maakt dat de ouderenzorgorganisaties in Brabant collectief in de rode cijfers terecht gaan komen. Dit vertraagt het transformatieproces en geeft onrust.
- ...de sector aantrekkelijk moet blijven voor (toekomstige) medewerkers met moderne arbeidsvoorwaarden en ontwikkelmogelijkheden. We zullen keihard moeten werken om medewerkers te behouden en de sector aantrekkelijk te houden om aan de toekomstige vraag te kunnen voldoen.
- ...uzelf samen met uw omgeving vorm moet geven aan en eigenaarschap heeft over de laatste levensfase, waarbij zorgaanbieders er zijn wanneer het echt nodig is om (tijdelijk) zorg te verlenen. U heeft de regie. Zorg wordt alleen gebruikt wanneer dat noodzakelijk is. Vanuit hun profissie beoordelen zorgaanbieders wanneer het echt nodig is om zorg te verlenen.
- ...de overheid en de koepels (ZiN, V&VN, VERENSO, ACTIZ) belemmerende (kwaliteits)kaders en bureaucratie moeten afschaffen. Denk aan het vereenvoudigen van financiering over de domeinen (Wlz, Zvw, Wmo) heen en het stimuleren van regionale samenwerking.
- ...de politieke wil er moet zijn en er keuzes gemaakt moeten worden om de maatschappij ervan bewust te maken dat deze transformatie nodig en onvermijdelijk is. De ouderenzorg moet dan ook toprioriteit zijn! We worden anders zeker ingehaald door de demografie met een crisis tot gevolg.

**Samen blijven we in volle vaart vooruitgaan,  
zodat we blijven instaan voor goede en betaalbare zorg!**

## Cursus 'Positief gezond ouder worden'

'Positief gezond ouder worden' is een cursus van 8 bijeenkomsten waarin je actief vormgeeft aan je eigen leven. Je staat stil bij de veranderingen die het ouder worden met zich meebrengt en hoe je daar mee om wil gaan. Daarnaast schenken we aandacht aan een gezonde leefstijl en het versterken van je netwerk. Je gaat aan de slag met inspirerende toekomstplannen voor deze nieuwe levensfase.

### Programma

In het programma sluit het beste aan bij senioren tussen de 55 en 75 jaar. We richten ons op de volgende vragen:

- Wat betekent gezondheid voor u en hoe wilt u daaraan bijdragen?
- Wat vindt u werkelijk belangrijk en waar wilt u de komende jaren uw aandacht op richten?
- Welke kwaliteiten wilt u daarbij inzetten?
- Hoe wilt u omgaan met de veranderingen in uw leven?
- Hoe ziet uw netwerk eruit en hoe houdt u voldoende contact met de mensen om u heen?

De cursus is op woensdag 1/11, 8/11, 29/11, 6/12 en 13/12 2023 en 10/1, 17/1 en 24/1 2024 van 14.00 – 16.30 uur. Locatie De Rode Rik, Van Sonstraat 49, Vught.

Kosten € 40,--. Moeite met betalen? Neem contact op met ABZ om gebruik te maken van de meedoenregeling of het volwassenenfonds.

Ouderen Samen organiseert deze cursus samen met Welzijn Vught, de GGD en ABZ. Er zijn nog plekken vrij, dus reageer snel en mail naar ABZ: [info@abzvught.nl](mailto:info@abzvught.nl), of bel 073 – 657 20 00.

Voor meer informatie kunt u terecht bij Moniek van Oss: [moniekvanoss@farent.nl](mailto:moniekvanoss@farent.nl), tel. 06 46 76 81



In het HelvoirThuis worden regelmatig films vertoond en worden lezingen gegeven.

In november zullen dat zijn; Lezing op 14 november; OUDERDOM HEEFT DE TOEKOMST

Aanvang 19.30 uur

Op 24 november; de film; Horse Normes

Aanvang 19.30 uur

In december zal dat zijn; de film; Mrs. Harris goes to Paris

Aanvang 19.30 uur

## **Bij tienduizenden ouderen is in augustus de eigen bijdrage Wlz twee keer geïnd: één keer als incasso en één keer via verrekening met de AOW-uitkering. De Nationale ombudsman grijpt in!**

Bij mensen die zorg krijgen vanuit de Wet langdurige zorg (Wlz) int het CAK elke maand een eigen bijdrage. Bij ouderen die AOW ontvangen wordt deze inkomensafhankelijke eigen bijdrage verrekend met de AOW-uitkering. De Wlz-bijdrage wordt dus afgetrokken van de AOW, die vervolgens dan voor deze ouderen lager is. Deze automatische verrekening heet 'broninhouding' en wordt uitgevoerd door de Sociale Verzekeringsbank (SVB).

### **Dubbel betaald**

In augustus ging deze 'broninhouding' bij zo'n 50.000 mensen mis. Bij hen werd door een fout bij het CAK plots de eigen bijdrage – die bij hen normalerwijs apart wordt geïncasseerd – van de AOW afgetrokken. Zonder dat zij daarvan op de hoogte waren. Bij 30.000 Wlz-ontvangers werd bovendien hun eigen bijdrage ook nog eens los afgeschreven van hun rekening. Daardoor betaalden ze die maand dubbel, namelijk één keer via de incasso en één keer via de verrekening met de AOW.

### **Snel oplossen**

Mensen die dit tot hun grote schrik overkwam, klaagden bij de Nationale ombudsman. Ouderen zouden door deze grove fout in financiële problemen kunnen komen, vond de ombudsman en hij ging direct in gesprek met het CAK en de SVB. Het CAK moet snel met een oplossing komen, stelt de Nationale ombudsman. Het CAK is nu volop bezig om iedereen zo goed mogelijk te helpen. Wie vragen of problemen heeft, kan contact opnemen met [het CAK](#), adviseert de ombudsman. Ouderen die er dan nog niet uitkomen, kunnen zich voor hulp melden bij de [Nationale ombudsman](#).

## **WIST U DAT**

- Er nog plaats is op de 1<sup>e</sup> zaterdag van de maand in onze "Creatief met Bloemen" groep? Opgeven bij Joke Lexmond, mobiel; 06-49-03-81-73
- Men zich ook als nieuw lid op kan geven in "Ons Home"? Behalve op de website kunt u ook een aanmeldingsformulier invullen, die bij ons in het rek in de "kopieerhoek" liggen. Leuk en een goed idee ook voor b.v. uw familie en uw burens vanaf 50 jaar, om eens met ons kennis te komen maken en mee te doen aan onze activiteiten. Een paar keer mee doen en dan kijken of het iets voor u is, mag altijd. Bij interesse opgeven bij; Joke Lexmond, mobiel; 06-49-03-81-73. Tenslotte maken we ons ook landelijk sterk voor de belangen van senioren!
- Er op 22 november, aanvang 19.30 uur, weer een Geheugencafé is in WZC Theresia. Aanmelden per mail; [geheugencafevught@gmail.com](mailto:geheugencafevught@gmail.com)**
- We geen Sinterklaas meer gaan vieren, maar daarvoor in de plaats de Kerstviering, dit jaar op 15 december, wat uitgebreider gaan doen.
- Ook KBO Brabant eind van het jaar een nieuwe naam gaat krijgen en we heel benieuwd zijn hoe ze dan gaan heten.
- De bridge bij 55+ Helvoirt elke vrijdagmiddag in de Van Goghzaal gespeeld wordt in het HelvoirThuis, Kloosterstraat 30 in Helvoirt. De aanvang is 13.30 uur en gaat zomer en winter door. Geïnteresseerd? Melden bij Joke Lexmond, mobiel; 06-49-03-81-73. De Seniorenbus kan u brengen en halen.
- We een themaochtend organiseren in "Ons Home" genaamd; "POSITIEF IN HET NAJAAR" op 16 november om 10.00 uur en dat u daar van harte voor bent uitgenodigd.
- Vugherstede dringend op zoek is naar vrijwillige bezorgers om de warme maaltijden aan huis te bezorgen bij senioren in Vught en Cromvoirt. Wilt u zich aanmelden of heeft u vragen? Neem gerust contact op met Annemieke Verhoeven, coördinator Tafeltje-Dekje. Telefoon: 073-658 11 99 of e-mail: [tafeltjedekje@vugherstede.nl](mailto:tafeltjedekje@vugherstede.nl)**

# De sponsoren van de B.S.V.



Peugeot Autobedrijf Vught  
Kempenlandstraat 19 Vught



De BSV ontvangt subsidie  
van de gemeente Vught

Van Grinsven Extrabikes

Van Grinsven Sport & Rijwielen  
Industrieweg 3 P Vught  
10% korting op vertoon ledenpas bij  
aankoop accessoires voor de fiets



Otto van Iersel verf – glas - behang  
Voorst tot Voorststraat 71 Vught



Ebbing oogwereld  
Moleneindplein 33 Vught  
10% korting op vertoon ledenpas



Dorien de Nijs uitvaartbegeleiding  
Industrieweg 28 Vught



Beddenspecialzaak Q - Bed  
De Schakel 9 Vught  
10% korting op vertoon ledenpas



Laak-Swinkels Techn. Installaties  
Baarzenstraat 23 C Vught

POURVOUS

Pour Vous van der Doelen  
Moleneindplein 37 Vught  
10% korting op vertoon ledenpas



Drukkerij Formaat  
Kantstraat 93 Haaren



Germa Zonwering  
Helvoirtseweg 128 Vught



Bijnen uitvaartzorg  
Wolfskamerweg 16 Vught  
10% korting op vertoon ledenpas  
op het aanname tarief

Voor verdere info over onze sponsoren, zie de website [www.bsv-vught.org](http://www.bsv-vught.org)



**formaat**  
druk print belettering

Kantstraat 93 Haaren | 0411-642300  
[www.drukkerijformaat.nl](http://www.drukkerijformaat.nl)

Volg ons op social media!  
  

### Antwoordstrookje Zoekplaatje

Oplossing; .....

Naam; .....

Straat; ..... Tel. no; .....

Uw oplossing Inleveren in de brievenbus van “Ons Home” aan de Esschestraat 18A te Vught vóór 17 november 2023 of digitaal sturen naar [jokelexmond@hetnet.nl](mailto:jokelexmond@hetnet.nl). U ontvangt dan een bericht retour.

### Antwoordstrookje Senioren Expo Brabant op 18 januari 2023

Naam .....Tel. no; .....

Adres .....

Naam.....Tel. no; .....

Adres .....

Betalen op rek. nr.; NL 24 RABO 0155 4028 38 t.a.v. KBO Vught. Aanmelden bij Joke Lexmond, mobiel; 06-49 03 81 73 óf u doet dit antwoordstrookje in de brievenbus van “Ons Home” in de Esschestraat 18A. U kunt ook een email sturen met bovenstaande gegevens naar [jokelexmond@hetnet.nl](mailto:jokelexmond@hetnet.nl)

**Opgeven vóór 30 november 2023 en betalen vóór 7 december 2023** Het motto is wel; vol = vol