

nummer 2502 - maart 2025



*Sneeuwklokjes... het begin van de lente*

## in dit nummer

- 2  
**Van het KBO bestuur - Onze Lieve Vrouwetoren**
- 3  
**Tentoonstelling van KBO lid Henk Stappers - Mandela's kleuren**
- 4  
**Sterk wachtwoord maken en onthouden**
- 5  
**Het ziekenhuis als luxe hotel**
- 6  
**Wethouder Tyas Bijlholt komt op 20 maart naar de Soos - Dagtocht op 19 maart 2025**
- 7  
**Lady's Day - Belastingaangifte 2024**
- 8  
**Meerdaagse reis naar Bad Laasphe in Sauerland**



Van de voorzitter KBO Amersfoort/Nijkerk  
Ans Huijbregts-Krijnen

Het voorjaar komt er weer aan. Ik hoorde vanmorgen de vogels weer fluiten.  
De zon laat zich af en toe wat sluimerend zien. We gaan weer met plezier naar buiten.  
Direct ben je druk met de tuin en de planten al is dat nog wat vroeg.  
Maar vast bewerken en opruimen. Dan is het meteen een mooie dag, direct genieten.

Maar ik heb veel meer te doen. Leest u dit hieronder eens goed. Ik hoop op wat respons.  
Wij zijn op zoek in de deze tijd naar nieuwe uitdagingen. Heeft u soms voor de KBO leuke suggesties?  
Een middag in de soos wat organiseren? In de vorm van een spel of spelletjes rondes.  
Helpen bij het rondbrengen van de bladen? Of het bestuur ondersteunen met een enkele taak?  
Al eens gedacht aan een leuke rubriek voor NIEUWS&INFO?  
Want zoals u heeft gelezen heeft Margreeth haar rubriek moeten stoppen om gezondheidsredenen.  
Wat ze altijd graag deed en goed gedaan heeft, chapeau!  
En heeft u best eens interesse om te helpen bij het maken van NIEUWS&INFO?  
Met elkaar kan er veel en niemand kan alles.  
Ieder heeft zijn eigen talenten en gebruik ze ook. Dan hebben we met elkaar een goed gevoel bij onze KBO

*Ga niet terzijde staan.  
Zeg niet: mijn tijd moet nog komen.  
Vandaag leef je. NU is het je tijd.  
Stel je pracht niet uit. Laat geen bloeikansen voorbijgaan.  
Hoe je omstandigheden ook zijn, luisterrijk mag je voor de dag komen.  
Indrukwekkend mag je zijn.  
Onderschat jezelf niet. Begaafd ben je, zeer begaafd.  
Ans Huijbregts*

## Een Amersfoorts weetje: **Onze Lieve Vrouwetoren** het kadastrale nulpunt van Nederland



### **Kadastraal nulpunt**

Sinds de oprichting van het Kadaster in 1832 vormt de Onze LieveVrouwetoren het kadastrale nulpunt van Nederland: de X- en Y-as zijn in de bestrating aangegeven.

In de toren bevindt zich nog altijd het 17de-eeuwse Hemony-carillon met 35 klokken, dat recentelijk is uitgebreid tot precies 100 klokken.

### **De bouw van de toren**

In het jaar 1444 werden rond het weggeworpen pijp-aarden Mariabeeldje wonderlijke verschijnselen waargenomen. Het Wonder van Amersfoort was een feit.

De Vrouwevaart was een bijzonder populaire religieuze tocht.

Een grote stroom van pelgrims kwam op gang.

In korte tijd offerde de pelgrims de bouw van de Onze Lieve Vrouwetoren bijeen.

Bron: Stichting Lieve Vrouweplein - [www.onzelievevrouwetoren.nl](http://www.onzelievevrouwetoren.nl)

Colofon KBO

Voorzitter: Ans Huijbregts-Krijnen

ans.krijnen47@gmail.com

Penningmeester: Martin Palte

penningmeester@kboamersfoort.nl

Bank: NL83 INGB 0002519265

t.n.v. : KBO Amersfoort-Nijkerk.

Secretariaat:

Margreeth Sjamaar

margreeth.sjamaar@hetnet.nl

Secretariaat/2e penningmeester

Ruby Davies

Leegwater 57

3825 MR Amersfoort

06-57923607

secretariaat@kboamersfoort.nl

Ledenadministratie:

Gerard Dorrestijn

ledenadministratie@kboamersfoort.nl

Lokale Website:

www.de-senior.nl

Bezorging Magazine:

Alleen voor KBO leden:

Janny Duffels, 033-4755907

Redactie NIEUWS&INFO:

Margreeth Sjamaar

redactie-info@kboamersfoort.nl

Productie NIEUWS&INFO:

Remmelt van Heerde

Reiscommissie Elly en Joke:

Joke Pot 033 4570160

## Tentoonstelling van KBO lid Henk Stappers in St. Pieters en Bloklands Gasthuis

In 2021 heb ik Henk Stappers geïnterviewd voor NIEUWS&INFO.

Hij was toen 91 jaar. Inmiddels is hij 95 geworden en schildert nog steeds.

Henk is een erg veelzijdig mens, schilderen, tekenen, boetseren, cartoons, hij kan het allemaal.

Hij heeft nu een solo tentoonstelling die zeker de moeite waard is om te gaan bekijken.

*Van de redactie, Margreeth Sjamaar*



**1 februari t/m 30 maart**  
**St. Pieters en Bloklands gasthuis**  
**Davidshof 1, Amersfoort**



## Mandala's kleuren met Esther Roelofs

**Op donderdag 13 maart komt Esther Roelofs naar de sociëteit**

Zij laat ons zien hoe we mandala's kunnen kleuren.

**Sociëteit Kom Bij Ons - Scheltussingel 81 - Aanvang 14.00 uur.**

Neem zelf uw kleurpotloden of vetkrijt mee aub.

*Overleden*

Dhr. C.F. Verschuur

Mevr. A. Koot

Mevr. A.M.C. van Nieuwenhuizen

Mevr. M.W.R. Voskuilen-Blom

*Wij wensen de familie, vrienden en kennissen veel sterkte.*

**ALV KBO**  
**17 april 2025**

-----

**ALV PCOB**  
**24 april 2025**

**Meer informatie komt  
in een volgende NIEUWS&INFO**

## Colofon PCOB

Voorzitter/secretaris:

J.J. van der Lee

E-mail:

[jacobus.vanderlee@gmail.com](mailto:jacobus.vanderlee@gmail.com)

Penningmeester:

Martin Palte

Betaling contributie op

bankrekeningnummer:

NL83 INGB 0003761738

Vragen over de bezorging:

Magazine of Nieuws&Info

J.W. van Duijvenbode

Tel: 06-53169339

e-mail: [janwvd@outlook.com](mailto:janwvd@outlook.com)

Locale website:

[www.de-senior.nl](http://www.de-senior.nl)

**ALV KBO**  
**17 april 2025**

-----

**ALV PCOB**  
**24 april 2025**

Meer informatie komt  
in een volgende NIEUWS&INFO

Nieuw lid  
Dhr. T. Leijen

Overleden  
Dhr. G. de Rijke

Er zijn deze maand geen mededelingen van de bestuurstafel van de PCOB.  
In plaats daarvan een interessant artikel van Seniorweb.

## Voor internet gebruikers: Sterk wachtwoord maken en onthouden



**Een sterk wachtwoord is lang en ingewikkeld.  
Moeilijk te kraken, maar vaak ook lastig te onthouden.  
Hoe maak en onthoud je ze dan toch?**

### Wat zijn goede wachtwoorden?

Je wil natuurlijk alle accounts privé houden. Daarom zijn sterke wachtwoorden zo belangrijk. Wachtwoorden als '12345678' of 'wachtwoord' zijn niet goed genoeg en vallen af. Toch gebruiken mensen ze heel vaak.

Waaraan voldoet een veilig wachtwoord dan eigenlijk?

### Combineer altijd:

*Kleine letters (a-z)*

*Hoofdletters (A-Z)*

*Cijfers (0-9)*

*Speciale tekens (zoals: # \$ % & \* ?)*

**Hoe meer tekens een wachtwoord heeft, hoe beter het wachtwoord is.**

### Voorbeelden.

Een veilig wachtwoord bestaat dus uit zomaar wat letters, cijfers en speciale tekens. Hoe langer het wachtwoord, hoe beter.

Voorbeelden van veilige wachtwoorden zijn:

*Zomers77\_hoera!muurbloem*

*Shakshuka\_10bezemsteel\**

*\*VerzinZomaar!ets\**

**Het is belangrijk dat je zelf een wachtwoord verzint.**

**Gebruik dus niet onze voorbeelden.**

### Sterk wachtwoord onthouden met een schema.

Probeer maar eens dertig veilige wachtwoorden te onthouden.

Dat is wel heel lastig. Sla ze bijvoorbeeld op in de browser of bedenk een schema dat je voor alle wachtwoorden kunt gebruiken.

Dit schema mag je gerust ergens opschrijven en bewaren als geheugensteuntje.

### Een voorbeeld van een schema is:

*[zomaar een willekeurig woord] [geluksgetal] [Naam website in kleine letters] [Postcode] [Leesteken]. Alleen de naam van de website is dan wisselend.*

De wachtwoorden voor bijvoorbeeld Gmail, SeniorWeb of DigiD zijn dan:

*Aardappelpuree8gmail3500AE!*

*Aardappelpuree8seniorweb3500AE!*

*Aardappelpuree8digid3500AE!*

Zo maak je wachtwoorden die van elkaar verschillen, lang zijn én die je kunt onthouden. Natuurlijk is bovenstaand schema een willekeurig voorbeeld.

Je kunt zelf allerlei combinaties bedenken. Voelt het niet veilig om zo'n (voorspelbaar) schema toe te passen? Stel dan ook tweestapsverificatie in.

Dat is kort gezegd een tweede controle, die op veel websites mogelijk is.

Dit is een publicatie van  seniorweb

Wilt u lid worden? ga dan naar [www.seniorweb.nl](http://www.seniorweb.nl) of bel 030 2769965

# Het ziekenhuis als luxe hotel



## Kerstmis 2024 lag ik in het ziekenhuis.

Nu is dat niet direct de plaats waar je wilt zijn met de kerst. Maar ik heb vroeger altijd geleerd dat iedere zwarte wolk een zilveren randje heeft. Zo ook in het Meander.

Allereerst kreeg ik een paar sokken aan met rubber nopjes, die ook nog lekker warm waren in bed en de eerste ochtend werd ik gewekt door een mijnheer die heel enthousiast riep dat hij warme washandjes had en of hij mijn rug zou wassen. Nou zo iets laat je je geen twee keer zeggen toch. Dat overkomt je in het gewone leven niet, of in ieder geval niet meer. Omdat je lijf vol zit met plakkers met slangen en draden kom je zelf ook niet verder dan je gezicht en je handen.



Vroeger heb ik wel eens in de Lichtenberg gelegen, op zaal of tweede klas, maar je lag toch altijd met meerdere mensen. Nu was er een grote kamer voor mij alleen en er was veel zorg. Later op de gewone afdeling had ik wat meer ruimte om me te bewegen (minder bedrading) en had ik een kleine maar wel gezellig kamertje met schemerlamp en een megabadkamer waar ik helaas nog niet kon douchen maar wel de ruimte had. De verzorging was geweldig, allemaal lieve mensen om me heen die alles voor je wilden doen. Ondanks alles heb ik van de luxe genoten van de zorg, van het eten, iedere dag een lekker ontbijtje, lunch en diner en je kon uit van alles kiezen. Tussendoor kwamen ze dan nog met koffie of iets anders, als het niet op de kar stond gingen ze het nog voor me halen.

Kortom ik heb het ervaren als een super hotel en ik heb nog meer waardering gekregen voor al die mensen die in de zorg werken en ook nog vaak van alles naar hun hoofd krijgen. Je hoort daar ook wel eens wat. De groene sokken heb ik nog steeds die ik van Ineke kreeg en de mijnheer met de warme washandjes vergeet ik mijn leven niet meer.

*Margreeth Sjamaar*

Geopend op donderdagmiddagen  
van 14.00 – 16.00 uur



Gebouw Amersfortia,  
Scheltussingel 81, Amersfoort



**Hoe duur wordt parkeren?  
Kan betalen alleen digitaal?  
En hoe werkt het met mantelzorgers?**

## **Wethouder Tyas Bijholt komt op 20 maart naar de Soos om deze vragen te beantwoorden.**

Amersfoort krijgt steeds meer inwoners en daar zijn meer huizen voor nodig.

Om de stad ook in de toekomst bereikbaar en leefbaar te houden moet er het een en ander gebeuren. Hierover zijn plannen gemaakt door de gemeente en de gemeenteraad.

Ook is er veel overleg geweest met inwoners en ondernemers om te weten hoe zij hiernaar kijken. Een belangrijk punt in deze plannen is het nieuwe parkeerbeleid.

Niet iedereen is hier gelukkig mee, terwijl anderen liever vandaag dan morgen een oplossing willen voor al die auto's die overdag in hun straat gestald worden.

En willen we niet allemaal liever wat groen in de straat in plaats van al dat blik.

**Wij hebben de verantwoordelijke wethouder van Amersfoort Tyas Bijholt bereid gevonden om naar de KBO te komen.**

Wat gaat het parkeren kosten; hoe zit het met een bezoekersregeling en mantelzorgers? Wat verandert er voor voetgangers en fietsers? Wordt het openbaar vervoer beter?

**Dit is dé kans om uw vragen te stellen.  
Laat deze mogelijkheid  
niet voorbij gaan.**

Als u vragen hebt, maar u vindt u het lastig om die aan de wethouder te stellen, dan kunnen wij u daarbij helpen. Bel me maar en voor vragen: Annemarie Mensinga tel. 033-4700904.

Opgeven kan bij Ruby Davies. Bij voorkeur per email: [secretariaat@kboamersfoort.nl](mailto:secretariaat@kboamersfoort.nl) of 06-57923007.



## **Dagtocht op 19 maart 2025**

**Wij hebben een bijzonder leuk dagreisje uitgekozen met daarin, natuur, cultuur en een culinair karakter  
We gaan naar Expo Madrid in Dalfsen.**

Bij aankomst krijgen we koffie met gebak, waarna we de unieke kopie op ware grootte van "De Nachtwacht" van Rembrandt van Rijn kunnen bewonderen, geschilderd door Jan van der Horst. De heer van der Horst had maar liefst 5 jaar nodig om dit schitterende werk te voltooien. Hoewel het geen exacte kopie is, heeft Jan zijn eigen creatieve invulling gegeven aan dit meesterwerk. Het schilderij is maar liefst 3,80 x 4,90 mtr groot, wat het een imposante verschijning maakt. U krijgt uitleg over het maken van dit schilderij en verdere detaillering van "De Nachtwacht".



Daarna rijden we door het prachtige Salland toeristisch naar Terwolde. Bij restaurant KriebelZ in Terwolde is de verrassing weer compleet met de Dekselse pannetjes. Vervolgens rijden we zoveel mogelijk over De Veluwe door de kleine dorpjes terug naar Amersfoort.

Tijdens deze tocht kunt u weer volop genieten van de prachtige natuur. We zijn rond 17.00 uur weer in Amersfoort terug.

Kosten voor deze dag € 52,50 p.p. te voldoen op rek: NL 47 INGB 0007316757 t.n.v. KBO Amersfoort-Nijkerk. U kunt zich opgeven bij Joke Pot. Tel: 033-4570160. **Betaling minimaal 5 dagen vóór vertrek.**

Opstapschema: 08.30 uur Holkerweg (Stastokerf), 08.40 uur Klokhuis, 08.50 uur Otto Scheltusflat, 09.00 uur Centraal station (touringcarplaats).

**Wilt u a.u.b. 15 min. vóór vertrektijd aanwezig zijn.**

*Elly Hakstege*

# Nieuws van de reiscommissie (Joke en Elly)

## Op 5 maart hebben wij de bekende Lady's Day afgesproken bij de firma Vander Klooster.

Een echte verwen dag. We kunnen dan weer heerlijk genieten van een sprankelende modeshow met de nieuwste voorjaars- en zomer collectie. Het enthousiaste team staat weer voor ons klaar.

Het programma voor deze dag is voor velen van u al bekend.

- Koffie met gebak
- Modeshow
- Lunch
- Kleding kopen/bingo
- Koffie/thee of fris
- Advocaat met slagroom

Kosten voor deze dag € 25,00 te voldoen op rek: NL 47 INGB 0007316757 t.n.v. KBO Amersfoort-Nijkerk.

**Wilt u s.v.p. minimaal 5 dagen vóór vertrek betalen.** U kunt zich opgeven bij Joke Pot, tel: 033-4570160.

Opstapschema: 09.00 uur Holkerweg (Stastokerf), 09.10 uur Klokhuis, 09.20 uur Otto Scheltusflat, 09.30 uur Centraal Station (touringcarplaats).

**Wilt u a.u.b. 10 min. vóór vertrek aanwezig zijn.**

Elly Hakstege

## Belastingaangifte 2024

### Belastingservice Ouderenbonden

#### Vanaf maart regelen wij de aangifte voor u.

**De Belastingdienst is bestemd voor gepensioneerde leden. Als inkomensgrens geldt: voor een alleenstaande € 40.000,- en voor gehuwden/samenwonenden € 60.000,- per jaar.**

Heeft u van de Belastingdienst een aangiftebrief ontvangen om aangifte te doen over 2024 en wilt u gebruik maken van de Belastingdienst ouderenbonden PCOB en UNIE KBO, dan kunt u zich vanaf 15 februari 2025 telefonisch aanmelden op:

**telefoonnummer: 033-4806412**

Bij uw eerste aanmelding vraag ik naar uw BSN. Wij kunnen niet zomaar bij uw belastinggegevens komen. Alleen met uw BSN en onze persoonlijke inlogcode is dit mogelijk en kunnen wij uitsluitend bij de Belastingdienst

inloggen. U vindt uw BSN op uw paspoort, ID-kaart, rijbewijs, zorgpas of aangiftebrief van de belastingdienst. Na aanmelding wordt er met u contact opgenomen door een belastinginvuller/ster bij u in de wijk. Samen bespreekt u de vervolgstappen.

Als u al meer van onze belastingdienst gebruik heeft gemaakt, dan kunt u ook direct uw "eigen" belastinginvuller/ster bellen. Zijn of haar naam staat op de "meegeefbrief" die bij u is achtergelaten. Leden die al een machtigingscode hebben voor het laten invullen van de aangifte, krijgen dit jaar een nieuwe machtigingscode toegestuurd door Logius als de code van vorig jaar nu verlopen is. De invuller/ster heeft de code wel weer nodig.

**De kosten bedragen € 15,-** (een onkostenvergoeding voor reis-, kopieer- en printkosten).

### De volgende gegevens zijn nodig voor de belastingaangifte 2024

*De aangiftebrief die u van de Belastingdienst heeft ontvangen om aangifte te doen.*

*Alle jaaropgaven van inkomsten die u in 2024 heeft ontvangen van uzelf en van uw echtgenoot of partner, jaaropgaven van pensioenen, geen buitenlandse pensioen, uitkeringen en bijverdiensten.*

*De WOZ – beschikking van de gemeente met peildatum 1 januari 2023 en de jaaropgave van de hypotheekverstrekker (alleen als u over een eigen koopwoning beschikt).*

*Afschriften van alle bankrekeningen. (spaar- en lopende betaalrekeningen).  
Het gaat om de saldo's op 1 januari 2024.*

*Rekeningen van specifieke zorgkosten / ziektekosten die u zelf heeft moeten betalen. Reiskosten die u zelf heeft gemaakt i.v.m. zorgkosten. (Let op: maar niet de kosten die onder het eigen risico vallen).*

*Bewijsstukken van gedane giften.*

*De gift moet zijn gedaan aan een instelling die beschikt over een ANBI-verklaring van de Belastingdienst (Algemeen Nut Beogende Instelling).*

*De voorschotbeschikking van huur en zorgtoeslag 2024 en 2025.*

*De kopie / print van de aangifte 2023 (gemakkelijk om op terug te kijken).*

Corrie Boon coördinator



Henk-Monster



## Nieuws van de reiscommissie

# Meerdaagse reis naar Bad Laasphe in Sauerland

van maandag 6 oktober t/m vrijdag 10 oktober.

*Eemlandreizen Hilversum heeft in 2024 een prachtige reis naar de Eifel voor de KBO/PCOB verzorgd. We hebben genoten van het goede hotel, het lekkere eten, de leuke excursies. Nooit vóór 10.00 uur weg voor een excursie, nee, we hadden vakantie. Vooral Theo onze chauffeur, die heel ondernemend was en ons allerlei mooie plekjes liet zien, was geweldig. Zijn motto was: "als je het niet probeert heb je het niet gezien!" We kijken terug op een hele fijne, ontspannende vakantie.*

### Daarom dachten Joke en Elly: "We gaan voor de herhaling".

We hebben opnieuw de heer J. van Leeuwen, directeur van Eemlandreizen, benaderd met de vraag om opnieuw een meerdaags reisje te organiseren voor de KBO/PCOB.

### Ondanks zijn drukke programma is het gelukt!

### Eemlandreizen biedt ons de volgende fantastische reis aan:

Er is gekozen voor een all-inclusive hotel in het prachtige Sauerland/Noord-Rijnland-Westfalen.

Het hotel "Am Fang" in Bad Laasphe is mooi gelegen en dicht bij het centrum ( 5 min.) Er zijn liften en geen trapjes.

De beoordeling van dit hotel is, zeer goed ( 3070 beoordelingen). Er is een heerlijk zwembad, sauna en er zijn wellness faciliteiten. Vrij gebruik van bowling , gratis wifi. De kamers zijn compleet met tv enz.

**Ook Joke en Elly zijn weer van de partij , alleen wel als passagiers.**

### In de omgeving zijn onvergetelijke excursies te maken.

De reissom bedraagt € 628,-pp met verblijf in een 2-persoonskamer. Toeslag voor 1- persoonskamer bedraagt € 80,- pp Aan het aantal rollators is een maximum verbonden, omdat de kofferruimte onder de bus beperkt is kunnen er helaas maar 10 rollators mee. Ook gaan we voor géén vaste plaatsen in de bus.

Bij de reissom is inbegrepen:

- Ontbijtbuffet
- Middagsnack tussen de middag
- 3-gangen diner buffet
- Koffie met koek of taart tussen 16.00 en 17.00 uur
- Gratis drankjes in het hotel tussen 10.00 en 24.00 uur
- Vrij gebruik van de bowling
- Vrij gebruik van het zwembad, sauna en wellness faciliteiten
- Gratis wifi
- Op de heenreis koffie met gebak en een koffietafel
- Op de terugreis een 3-gangen afscheidsdiner

### De volgende excursies worden georganiseerd:

**Maandag:** Vertrek 09.00 uur vanuit Amersfoort Centraal Station ( touringcarplaats). Bustocht naar Bad Laasphe.

**Dinsdag:** Rondrit Sauerland, boottocht over De Ederstausee.

**Woensdag:** Winterberg: bezoek Kahler Asten, ,Hangbrug, vrije tijd in Winterberg om te shoppen..

**Donderdag:** Bezoek aan de modernste bierbrouwerij Warsteiner Welt. In het Duitse Warstein.

**Vrijdag:** vertrek 10.00 uur vanuit Bad Laasphe . Stop in het winkelcentrum Oberhausen.

**De toegangsprijzen voor de excursies zijn niet inclusief.**

Indien u geïnteresseerd bent in deze reis neem dan contact op met Dhr. J. van Leeuwen, Eemlandreizen. Tel : 035-6234247

**Vergeet uw paspoort niet en vergeet ook niet indien nodig uw reis-annuleringsverzekering af te sluiten bij uw verzekering!**

Elly Hakstege

### Uiterlijk kopij inleveren in 2025 en verschijningsdatum

nummer	kopij vòòr	bezorging op
2503 - april	10 maart	27 maart
2504 - mei	14 april	1 mei
2505 - juni	12 mei	28 mei

U kunt de vorige edities van ons blad bekijken op

[www.de-senior.nl](http://www.de-senior.nl)