

Mei-juni 2026

**Van de KBO-bestuurstafel**

Ineke van Rijn, secretaris

Hierbij treffen jullie het KBO Dronten jaarverslag 2025 aan:

Jaarverslag 2025.

In dit jaar is het bestuur gehalveerd tot 3 personen.

De invallend voorzitter voor de bestuursvergaderingen, Wim Lanphen, is per 31 december gestopt. Hij is zich verder gaan toeleggen op het Platform Senioren Dronten.

Noortje Verschure is gestopt met lief en leed, Hans van Vliet is ook gestopt als bestuurslid ( doet nog wel hand en span diensten).

Het bestuur heeft regelmatig deelgenomen aan de bijeenkomsten van het overkoepeld orgaan KBO Flevoland. De Unie KBO is nog steeds bezig met het afronden van de opheffingsprocedure.

In 2025 waren er de volgende activiteiten, de verslagen kunt u deels aantreffen in de Mededelingen op [www.kbo-dronten.nl](http://www.kbo-dronten.nl)

- april Paasbrunch
- 7 mei ALV
- 12 juni Bowlen en spelletjes
- 18 september Bowlen en spelletjes
- 12 december Vrijwilligers bijeenkomst
- 18 december Kerst bijeenkomst
- Jan Foppes en “zijn” belasting invullers hebben in 2025 325 adressen bezocht
- Annie Taks verzorgt nog steeds de Klaverjas bijeenkomsten

Wim Lanphen verzorgde de Mededelingen

Cor Peek en zijn vrijwilligers verzorgden het bezorgen van de “ONS” met de Mededelingen.

Op [www.kbo-dronten.nl](http://www.kbo-dronten.nl) zijn de Mededelingen van 2025 te raadplegen.

Ineke van Rijn, secretaris



Secretariaat  
B.D. van Rijn  
Herfst 110  
8251NP Dronten  
0651830311



**UITNODIGING**

**ANBO-PCOB afdeling Dronten  
PCOB Dronten 1986-2026 40 jaar**

Ter gelegenheid van het 40-jarig bestaan van PCOB Dronten nodigt het bestuur u uit voor een gezellige dag.

**Een feestelijke dag van ontmoeting en verbinding.**

U bent welkom op **dinsdag 2 juni 2026** in zalencentrum Open Hof, Dronten, De Zuid 2, 8251 BH Dronten.

**Programma**

- 10.30 tot 11.00 uur:** ontvangst met koffie / thee en iets lekkers.
- 11.00 uur:** opening door voorzitter Arie Arkenbout, ANBO-PCOB afdeling Dronten.
- 11.10 uur:** 40 jaar PCOB in Dronten door secretaris Truus Reinhoudt.
- 11.30 uur:** "De toekomstige ouderenzorg", door Eric Schlangen, ANBO-PCOB.
- 12.30 uur:** gezellige ontmoeten met een lunchbuffet.
- 14.00 uur:** Verhalen verteld door Gert Talens, verteller en schrijver.
- Sluiting om 16.00 uur.**

U komt natuurlijk naar deze gezellige dag. Gaarne aanmelden bij onderstaande adressen voor 22 mei 2026.

<a href="mailto:arieadriearkenbout@ziggo.nl">arieadriearkenbout@ziggo.nl</a>	0321-383831
<a href="mailto:reinhoudt@solcon.nl">reinhoudt@solcon.nl</a>	0321-321390
<a href="mailto:h.m.ijzerman@solcon.nl">h.m.ijzerman@solcon.nl</a>	06-21917082
<a href="mailto:baakvantoor@gmail.com">baakvantoor@gmail.com</a>	0321-337405

**Dringend verzoek: gaarne aanmelden voor 22 mei 2026.**  
indien u dieetwensen hebt, bij aanmelding kenbaar maken.

**KBO Dronten feliciteert ANBO-PCOB Dronten met het mooie 40 jarig jubileum rond mede belangenbehartiging voor de Dronter senioren en werken aan een seniorvriendelijk Dronten. Het bestuur van ANBO-PCOB Dronten nodigt hierbij KBO Dronten en de vaste leden van de PSD Platformvergadering uit voor de feestelijke viering van het 40 jarig bestaan. Meld u tijdig aan!**



**De Klaverjasdata**

**Wij gaan 27 mei en 10 Juni nog kaarten en dan is het de zomerstop.**

**We beginnen weer op 2 September.**

**Groet Annie Taks.**



**OVERLEDEN**



Mw. van de Bilt,  
Mw. Schouten-Roskam,  
Hr. C.P.D. Weevers,

*Mooi het. Middelandse Zee? Nee. Strand bij Beachclub NU (bij brug Elburg)*







Nu al zitten 240 huishoudens met zware lichamelijke beperkingen in een woning die eigenlijk niet geschikt voor ze is. Vijf vragen over hoe de zeventigers van nu in Dronten hun oude dag moeten doorbrengen.

### **Wat is precies het probleem?**

Met vergrijzing komen vaak gebreken. Kijk alleen al naar de huidige generatie 65-plussers: in een vorig jaar gepubliceerde enquête van het CBS, het RIVM en de GGD'en zegt [een derde van alle 65-plussers in Dronten](#) al geen goede gezondheid meer te hebben. De helft van die groep kampt met één of meerdere chronische aandoeningen. Hoe ouder, hoe groter de groep met lichamelijke kwalen bovendien wordt.

---

## **UIT HET PLATFORM WERKGROEP PREVENTIE**

Onverhoopt mantelzorg moeten gaan bieden en/of zelf opeens geconfronteerd te worden blijkt voor veel senioren de eerste keer dat ze nadenken over wat dat betekent. Naast onze Partner Marjo de Groot, buurtsportcoach van de Meerpaal, heeft zich onlangs ook Fabian Warrink als deskundige bewegen en alles er om heen aangesloten. Kersvers eigenaar van Cross Fit (in voormalig Ijsbaan in Dronten West. Een man met een ideaal. Die dus meegaat doen met ons doel collectieve preventie voor alle senioren te bereiken op het gebied van bewegen en alles er om heen. Dat gaat ook *collectieve korting* betekenen voor de leden van de seniorenverenigingen in Dronten! Later meer hierover!

### **Fabian Warrink van CrossFit Dronten verwelkomt senioren (55+)**

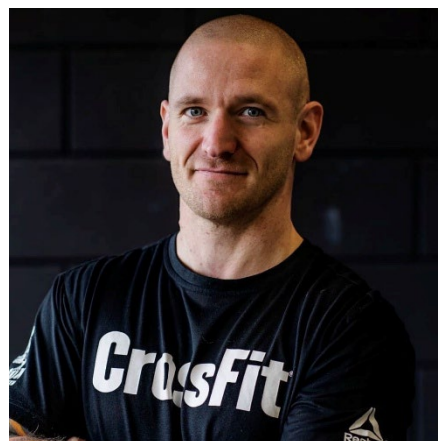
Met trots introduceren wij **Fit55+**: een nieuw programma van CrossFit Dronten. Speciaal ontwikkeld voor senioren die actief willen blijven of het sporten weer willen oppakken in een gezellige groepsomgeving met leeftijdsgenoten.

Naarmate we ouder worden, veranderen ook onze doelen binnen sport en beweging. Het draait niet meer om snelheid of het tillen van zware gewichten, maar juist om fit, sterk en zelfstandig blijven in het dagelijks leven.

Binnen Fit55+ ligt de focus op functioneel trainen: veilige en toegankelijke oefeningen gericht op je evenwicht oefenen, mobiliteit, motoriek en conditie. Daarbij staan persoonlijke aandacht, plezier en samen bewegen centraal.

Iedereen is welkom, ervaring is niet nodig.

Meer informatie? Mail naar [info@crossfit-dronten.nl](mailto:info@crossfit-dronten.nl) of bel, sms of app naar 0623002493. Dit is de website: <https://crossfit-dronten.nl/program/fit55>



---

## **THEMA COMMUNICATIE**

Recent is maar weer gebleken hoe belangrijk een belcirkel is. Iemand van de KBO belcirkel werd iedere ochtend om 8.30u gebeld door een belcirkellid. Toen er op een ochtend niet gebeld werd is



iemand bij het huis gaan kijken, de auto stond er, de politie is gebeld. Het belcirkellid was helaas overleden maar wel heel snel gevonden.

Als er niet veel contact is kan dit soms nare gevolgen hebben. Een belcirkel is een even simpel als doeltreffend middel om de veiligheid en het sociale welzijn van ouderen te vergroten. In de kern is het een groep mensen die elkaar dagelijks volgens een vast schema even opbelt om te checken of alles goed gaat.

**Waarom is dit concept zo waardevol ?** KBO bestuurslid Rita Tuin zet het op een rijtje.



### 1. **Veiligheid en snelle hulp**

Voor veel ouderen die zelfstandig wonen, is de angst om te vallen en urenlang onopgemerkt te blijven een grote bron van zorg.

- **Dagelijkse controle:** Door het vaste tijdstip wordt er direct opgemerkt wanneer iemand de telefoon niet opneemt.
- **Actieprotocol:** Als er geen gehoor is, wordt direct de volgende persoon in de cirkel

of een contactpersoon (zoals een buurman of familielid) ingeschakeld om poolshoogte te nemen.

- **Gemoedsrust:** Het biedt niet alleen de oudere een veilig gevoel, maar ontlast ook kinderen of mantelzorgers die weten dat er elke dag toezicht is.

### 2. **Bestrijding van eenzaamheid**

Een belcirkel is meer dan een veiligheidscheck; het is ook een sociaal rustpunt.

- **Sociaal contact:** Voor ouderen die weinig de deur uitkomen, kan dit het enige gesprek van de dag zijn.
- **Betekenisvol zijn:** Deelnemers zijn niet alleen ontvanger; van zorg, maar dragen zelf ook verantwoordelijkheid door de volgende persoon te bellen. Dit versterkt het gevoel van eigenwaarde.
- **Signalering:** Tijdens een kort gesprek vallen subtiele signalen sneller op, zoals verwardheid of somberheid, waardoor er tijdig extra hulp gezocht kan worden. Een belcirkel bouwt een sociaal vangnet dat levens kan redden en de kwaliteit van leven aanzienlijk verhoogt door simpelweg verbinding te maken.

KBO leden kunnen voor verdere info contact opnemen met Rita Tuin 0321-381475

## Nieuws van PSD PARTNERS

### WANDELEN en FIETSEN MET DE MEERPAAL

Nieuws van buurtsportcoach van de Meerpaal Marjo de Groot

#### WANDELEN



**Maandag 18 mei** start Dronten Wandelt Samen

20 wandelingen onder begeleiding van een buurtsportcoach. We trainen in 20 weken naar 3 of 5 km. <https://www.meerpaal.nl/uitgelicht/18-mei-dronten-wandelt-samen/>

## FIETSEN



**Woensdag 27** mei organiseren wij een Doortrapdag. Veilig blijven fietsen is belangrijk om onafhankelijk te blijven. Via onze website vinden jullie daarover alle informatie.

**Het dragen van een fietshelm** is in Nederland niet verplicht, maar wordt wel sterk aangeraden. Het aantal ernstig gewonde fietsers stijgt namelijk al jaren, in de afgelopen tien jaar zelfs met 21 procent. In 2024 werden 74.300 mensen behandeld op de spoedeisende hulp als gevolg van een ongeval met de fiets. Van alle fietsers in Nederland die ernstig gewond raken door een fietsongeval, heeft een derde hoofd- of hersenletsel.

*BETER JE HAAR IN DE WAR DAN JE HOOFD*

---

### Zo maakte oma **RABARBERJAM**:

1. Neem een kilo rabarber, snij de bladeren van de stengels af, was ze en snij ze in fijne ringetjes..
2. Doe de stukken samen met 50 milliliter water en 1 eetlepel citroensap in een ruime pan. Zet de pan op middelhoog vuur en laat de rabarber in ongeveer 5 minuten zachtjes koken tot het een grove moes is.
3. Voeg 1000 gram geleisuiker en 1 theelepel vanille-extract toe. Roer het geheel goed door en breng het mengsel al roerend opnieuw aan de kook.
4. Laat de jam, zodra het mengsel flink borrelt, exact 4 minuten goed doorkoken. Let op !. Blijf ondertussen constant roeren om aanbranden te voorkomen.
5. Verdeel de jam direct over 5 gesteriliseerde jampotten. Sluit ze goed af met het deksel, zet de potten 5 minuten ondersteboven om ze vacuüm te laten trekken, en laat ze daarna rechttop volledig afkoelen. Let op je vingers! Later aflikken mag.



---

## **Alles rond het ouder worden**

Naast het magazine **OuderenWijzer** introduceerde ANBO-PCOB eind april ook het digitale **OuderenWijzer.nl**. Hier vindt u alles over krachtig en gelukkig ouder worden overzichtelijk op één plek. Met veel extra's voor u én voor mensen in uw omgeving. Vol inspiratie en betrouwbare informatie voor iedereen die alles uit het leven wil halen en mee wil blijven doen.



\*\*\*\*\*

## DEMENTIE LANDELIJK EN IN DRONTEN "EEN WARME KETEN"

PSD heeft voor de visie op zorg rond dementie in de gemeente Dronten bij het ondersteunen van de komst van Odensehuis Dronten, in afstemming met Alzheimer Cafe Dronten en na overleg met Coloriet een concept discussiestuk "Een Warme Keten" opgesteld.

Inmiddels is door Platform Odensehuizen Nederland een compliment afgegeven voor de Dronter visie. Hun reactie: " Jullie concept geeft de gedachten van Alzheimer.NI en Platform Senioren Nederland een tastbare vorm. Van algemene inloophuizen via dementievriendelijke inloophuizen met huiskamersfeer naar verpleegvormen ondersteund door cenralere Odensehuizen "



In Biddinghuizen is binnen deze vorm Stichting Sociaal Domein gestart met vormgeven van een huiskameractiviteit.

**Van harte gefeliciteerd!!**

<https://www.dedrontenaar.nl/nieuws/biddinghuizen/362019/geslaagde-start-de-huiskamer-in-inloophuis-biddinghuizen>

De komende maanden wil PSD in overleg met andere betrokken organisaties en personen aan de noodzakelijke visie verder werken om Dronten niet alleen dementievriendelijk maar DEMENTIE-INCLUSIEF te maken.



Odensehuis Dronten maakt zich op voor de zomer. Goed nieuws voor mensen met beginnende dementie en hun mantelzorgers : Odensehuis bij de IJbaan in Dronten is in de zomer iedere maandag geopend. Zonodig wordt vervoer geregeld. Eind mei worden er dankzij een anonieme gift door Woodbarn buiten winterbestendige banken geplaatst en parasols om een drankje te genieten. Of buiten te smikkelen van de door de gasten zelf gemaakte lunch.

Wandelen in het aangrenzend bos, genieten van de vogels, kijken naar de paarden. Prikkelarm. Én heel belangrijk: mantelzorgers krijgen zonodig - en dat is vaak- evenveel aandacht en zo nodig advies. Ook over regelingen en wetten.  
[www.odensehuisdronten.nl](http://www.odensehuisdronten.nl)



\*\*\*\*\*  
Harmonie Eendracht verzorgt zaterdag 30 mei een concert in de Ludgeruskerk in Dronten. Het concert staat in het teken van het thema: Geloof, Hoop en Liefde.

Tijdens het concert worden diverse muziekstukken uitgevoerd, variërend van concertwerken als *Fantasia* en *Cathedral Mountain* tot bewerkingen van nummers van Ed Sheeran en muziek uit de film *Grease*.

Volgens de muziekvereniging sluit het programma aan bij verschillende interpretaties van het thema, waarbij zowel klassieke als moderne muziek voorbijkomt. Het concert op zaterdag 30 mei begint om 20.00 uur. De zaal gaat open om 19.30 uur. Kaarten aan de zaal kosten 12,50 euro, voor kinderen tot en met 12 jaar 5 euro. In de voorverkoop zijn de toegangskarten goedkoper. <https://harmonie-eendracht-dronten.weticket.io/>

## KBO CONTACT INFORMATIE

**KBO Dronten:** [www.kbo-dronten.nl](http://www.kbo-dronten.nl)

**KBO Flevoland:** [www.kbo-flevoland.nl](http://www.kbo-flevoland.nl)

**Bankrelatie:** Rabobank Dronten rek.nr. NL63 RABO 0112551998 t.n.v. KBO-Midden Flevoland.

De **contributie** is € 35,00 per persoon per kalenderjaar, bij voorkeur per machtiging die aan het beging van het kalenderjaar word afgeschreven. Opzeggen lidmaatschap schriftelijk voor het begin nieuw kalenderjaar. Opzeggen van het lidmaatschap per 1 januari van het volgend jaar dient voor 1 december 2025 per e-mail of schriftelijk te worden gemeld aan [orutte@hotmail.com](mailto:orutte@hotmail.com) **Onno Rutte 0613783299**

### Bestuur

**Voorzitter:** vacant

**Secretaris:** Ineke van Rijn 0321-316146  
Postadres: Herfst 110, 8251 NP  
Dronten  
[inekevanrijn4@gmail.com](mailto:inekevanrijn4@gmail.com)

**Penningmeester:** Ben Brookhuis 0321-312834  
[benbrookhuis@hotmail.nl](mailto:benbrookhuis@hotmail.nl)

**Mededelingen:** Ineke van Rijn , lid werkgroep redactie PSD  
[info@platformseniorenndronten.nl](mailto:info@platformseniorenndronten.nl)

**Activiteiten:** Rita Tuin 0321 381475 [ritatuin@kpnmail.nl](mailto:ritatuin@kpnmail.nl)

**Lief & Leed Coördinatoren:** vacant

**Bezorging ONS:** Cor Peek 0617238386 [cjpeek49@gmail.com](mailto:cjpeek49@gmail.com)

**Belasting invullers:** Jan Foppes 0321-841213 [foppesjan@gmail.com](mailto:foppesjan@gmail.com)

**Kaartmiddagen:** ... Annie Taks 0640601742...0321-314776

**Eetclub** "Het proefpanel .....Jan Kurk 0321-319802 [j.ckurk1992@kpnmail.nl](mailto:j.ckurk1992@kpnmail.nl)

**Medische keuring voor rijbewijs** In " De Meerpaal " Dronten [www.regelzorg.nl](http://www.regelzorg.nl) of tel: 088 – 23 23 300

**Collectieve Zorgverzekering voor 2026** Zilveren Kruis **Collectiviteitsnr.: 207088614**

Disclaimer notitie. Alle rechten en gebruik van beeldmateriaal zijn door ons voor zover mogelijk geverifieerd en indien noodzakelijk met bronvermelding opgenomen in onze communicatie. Deze publicatie is uitsluitend bedoeld voor intern gebruik naar onze leden er kunnen geen rechten aan worden verbonden of verplichtingen mee worden aangegaan zonder schriftelijke toestemming van het bestuur



Steun ons: NL60 RABO  
0319 2265 57 t.n.v.  
Stichting Platform  
Senioren Dronten