

Augustus 2026 Zomereditie PSD nr 2

[illegible]

Beste leden

Als uw nieuwe tweekoppige bestuur groeten wij u van harte. Samen vormen wij een enthousiast team met een gedeelde missie. Wij zetten ons vol energie in voor een actieve, betrokken en gezellige vereniging.

Juist in deze tijd is de verbinding tussen onze leden ontzettend belangrijk. Wij kijken ernaar uit om u persoonlijk te ontmoeten tijdens een van de bijeenkomsten die wij proberen in de komende maanden te gaan organiseren.

KBO bruist weer! Het was vorig jaar nog spannend of onze inzet zou slagen om met dalend en verouderend ledental te overleven. Het lijkt gelukt. Onze inspanningen om met anderen samen PSD te organiseren werpen vruchten af. Nee, het is niet de oude vertrouwde KBO meer. Dat klopt. Maar we zijn wel bij de tijd! Lees bijvoorbeeld hieronder.

Heeft u ideeën of vragen? Of heeft u net als wij geen tijd maar toch zin om leuk met ons mee te doen? Spreek ons dan gerust aan.

Met een warme en hartelijke groet
Ben Brookhuis en Ineke van Rijn

En let goed op !!! Drink voldoende in deze hete zomer!

KBO modern en actiever

Naast ons als bestuursleden zijn er andere actieve leden en komen er weer meer bij! Voor onze twee statutaire taken: activiteiten en belangenbehartiging. We zetten ze voor jullie op een rijtje, met dank! fris en groen door elkaar.

- Zoals Jan Foppes en zijn collega's belastingondersteuning.
- Zoals Cor Peek met zijn bezorgersteam van de ONS en de papieren Nieuwsbrief.
- Zoals Onno Rutte voor de ledenadministratie.
- Vanuit de PSD waar we het bestuur trekken.
- Vanuit de PSD waar we met ons bestuur bijdragen aan de redactie. Waarbij lid Mieke Hendriks de puntjes op de i zet.
- Vanuit de PSD waar lid Piet Voermans en zijn collega's de Werkgroep Wonen vormen

en inmiddels fors meepraten. Wat gaat leiden tot initiatieven voor meerdere woonvormen voor senioren. En ze nu een beroep op u als KBO lid doen om hun Woonenquête in te vullen!

- Vanuit Odensehuis Dronten waar we via PSD het bestuur leiden.
- Vanuit Parkinson Dronten waar we via PSD werken aan ontmoetingsmogelijkheden in onze gemeente.
- Vanuit PSD waar we nu meepraten met het ZorgSamenPunt van de Meerpaal over mantelzorgondersteuning.. En met MeerSamen - ooit door KBO opgezet samen met PCOB en Burgers in de Knel - over samen activiteiten opzetten voor senioren en KBO activiteiten.

Uit met Rita

Zin in een leuke morgen op het Ontmoetingspark Buiten gevestigd aan de Dukdalf 2-4, vlak achter de kerk? Het bestuur nodigt u uit op dinsdagmorgen 8 september om 10.30 uur!!

Behalve voor een gezellig praatje bieden wij een kopje koffie een drankje en een hapje.

Als u wilt deelnemen meldt u dan aan bij Rita Tuin, telefoonnummer 0321-381475 of per mail ritatuin36@gmail.com De kosten hieraan verbonden worden door het KBO gedragen.



Er is plaats voor 25 personen. Wij verheugen ons op uw komst

Het bestuur

PSD Seniorenwoon-enquête: reminder!



Beste lezers: FF stiekem kijken Bij de eerste 50 reacties valt op dat de meeste respondenten in Dronten willen blijven wonen en een één etage woning willen.

De vrijwilligers werkgroep PSD Women. Jurgen Woltjer (makelaar), Rene Boelens (bouwkundige), Piet Voermans (bouwkundige en voorzitter), Hans Flee (architect). **Ga stemmen:**

<https://platformseniorendronten.nl/woonenquete-2026/>

Zingen met Zorg en Flevolands Mannenkoor 17 oktober

Wees er op tijd bij!



In de Hoeksteen

Op zaterdagmiddag 17 oktober vindt er een prachtige samenwerking plaats tussen het Flevo's Mannenkoor en de stichting Zingen met Zorg Flevoland in de Meerpaal te Dronten. Het zal een inspirerende en muzikale dag worden.

Een Event over wat Zingen voor een kwetsbaar brein kan betekenen (bij Dementie, Parkinson, na chemotherapie, bij afasie, na CVA, Longcovid, burn out of depressie, na trauma enz...).

Wat doet zingen op ons brein? Wetenschappelijke inzichten, tips en trucs hoe je zingen kan inzetten in het dagelijks leven en bij moeilijke momenten.

Tevens een optreden van het Flevo's mannenkoor, waar we ook samen bekende liedjes mee gaan zingen, liedjes die iedereen nog kent van vroeger.

Een uitnodiging dus voor iedereen met een kwetsbaar brein. De mantelzorgers en zorgprofessionals zijn ook van harte uitgenodigd.



De entree is gratis. Aanmelden kan met behulp van een aanmeldformulier dat binnenkort beschikbaar komt (en ook naar alle geabonneerden van deze Nieuwsbrief zal worden verstuurd!).

Lees over koor Zingen met Zorg:

<https://zingenmetzorgflevoland.nl/>

Van harte aanbevolen door onder andere:



LAAT ZE BLIJVEN ZINGEN

U weet het inmiddels wel: PSD steunt bestuursmatig het Odensehuis en is gestart met een Parkinson ontmoetingsmogelijkheid in Dronten.



Alles samen met de Thuiszorgen, Alzheimer Café Dronten en véél vrijwilligers. We vragen regelmatig om een bijdrage om PSD in stand te houden. Het PSD bestuur doet dat nu niet maar beveelt u aan Zingen met Zorg te sponsoren!!! Met de QR code hiernaast. OF:
Zingen met Zorg NL78 RABO 0380 4855 16
Dank u wel en kom ook. Als we het vol krijgen moeten ze vaker!! En dat is goed.

WERKGROEP PARKINSON GESTART



Na een oproep gedaan in de Flevopost heeft PSD een werkgroep kunnen realiseren die binnenkort start Om onder meer een Parkinsoncafé op te zetten .

Het is een breed beeld dat mensen met een chronisch vaak progressieve ziekte en zeker de mensen om hun heen niet de kracht meer hebben voor mee-organiseren van een voorziening. Met de mensen die gereageerd hebben kunnen we wel echter al beginnen! Toppers!

...

[illegible]

PLATFORM SENIOREN DRONTEN

SAMEN VOOR EEN
SENIORVRIENDELIJK DRONTEN

Een oudere valt en breekt wat en belandt bij opname door ruimtegebrek buiten Dronten. De partner redt het thuis niet meer en moet vervuild enkele weken later ook ver buiten Dronten opgenomen worden op weer een andere locatie.. De hulpverlener: "Daar is gelukkig nog plaats".

De PSD waarschuwt gemeente en politiek in deze Nieuwsbrief hier al jaren voor maar adequate actie blijft uit. Intussen moeten we elke 4 jaar een nieuwe wethouder inwerken. Weer een jaar verloren.

5

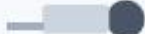
GGD Flevoland valt over de vele vallende senioren: een tip van PSD

Het aantal valincidenten onder senioren in Flevoland waarbij ambulancezorg nodig was, is sterk gestegen. In 2025 waren dat er 1.198, het jaar ervoor: 922. Deze forse stijging is zichtbaar in alle Flevolandse gemeenten. Dat blijkt uit cijfers die GGD Flevoland heeft verzameld en geduid. 'Het is een groot probleem, maar er zijn oplossingen'. Om op het toilet te hangen!

Wat te doen na een val?

Blijf na een val eerst rustig liggen. Controleer uzelf op pijn of letsel voordat u probeert op te staan. Volg daarna dit stappenplan.

1



1. Rust en controleer

Blijf rustig liggen. Haal diep adem. Controleer of u ergens pijn heeft of bloedt. Als u ernstige pijn heeft, probeer dan niet op te staan en roep om hulp.

2



2. Draai op uw zij

Als u niet ernstig gewond bent, buig dan uw knieën en rol rustig op uw zij. Duw uzelf vervolgens omhoog tot u op handen en knieën zit.

3



3. Kruip naar steun

Kruip op handen en knieën naar een stevig meubelstuk, zoals een zware stoel, een bank of het bed. Gebruik geen wankel tafels of rollators die kunnen weggrollen.

4



4. Zet uw sterkste been voor

Plaats uw handen plat op de zitting van de stoel voor stabiliteit. Breng uw sterkste been naar voren en zet uw voet plat op de grond.

5



5. Duw uzelf omhoog

Zet kracht met zowel uw armen als uw sterke been. Duw uzelf gecontroleerd omhoog en draai u rustig om zodat u op de stoel kunt gaan zitten. Blijf hier even rustig uitrusten.

KBO Dronten: www.kbo-dronten.nl

KBO Flevoland: 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 wordt afgeschreven. Opzeggen lidmaatschap schriftelijk voor het begin nieuw kalenderjaar. Opzeggen van het lidmaatschap per 1 januari van 2027 dient voor 1 december 2026 per e-mail of schriftelijk te worden gemeld aan **orrutte@hotmail.com Onno Rutte 0613783299**

Bestuur

Voorzitter: vacant

Secretaris: Ineke van Rijn 0321-316146
Postadres: Herfst 110, 8251 NP
Dronten
inekevanrijn4@gmail.com

Penningmeester: Ben Brookhuis 0321-312834

benbrookhuis@hotmail.nl

Mededelingen: Ineke van Rijn, lid werkgroep redactie PSD
info@platformsenioren-dronten.nl

Activiteiten: vacant

Lief & Leed Coördinatoren: vacant

Bezorging ONS:en | Mededelingen Cor Peek 0617238386 cjpeek49@gmail.com

Belasting invullers: Jan Foppes 0321-841213 foppesjan@gmail.com

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

Eetclub "Het proefpanelJan Kurk 0321-319802 j.ckurk1992@kpnmail.nl

Medische keuring voor rijbewijs In "De Meerpaal" Dronten 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