

ANBO BODE

HILVERSUM

Maandblad

NOVEMBER 2011

voor senioren

Kom naar onze Woon-Informatie-Dag op 2 november

Bezoek een van de lezingen/workshops, bekijk de informatiestands van woongroepen

Op woensdag 2 november organiseren we als ANBO een informatiedag over wonen, zowel voor huurders als voor eigenaar-bewoners. De hele dag door zijn er interessante lezingen, waarin verschillende sprekers ingaan op belangrijke ontwikkelingen. De deskundigen geven de informatie vanuit een panel, en in gesprek met de aanwezigen. De informatiedag wordt gehouden in het St. Annagebouw, dat is het verenigingsgebouw achter de St. Vituskerk aan de Emmastraat. U kunt gratis aan één of meerdere onderdelen meedoen.

Informatiestands woongroepen

Vanaf 13.30 tot 14.00 uur presenteren verschillende woongroepen van ouderen presenteren zich. U kunt zich oriënteren op de mogelijkheden, waaronder woongroepen speciaal voor senioren.

Quiz

Tussen de bedrijven door kunt u meedoen met de quiz: *Ken Uw Woonplaats*. Er zijn foto's van woningen en details ervan, en aan u de vraag in welke straat deze woningen staan. Er zijn leuke prijsjes te winnen.

Voor mensen met een eigen huis

Om 10.00 uur beginnen we met het een workshop voor mensen met een eigen huis. Aan de orde komen vragen als: hoe staat de woningmarkt ervoor als het om verkoop gaat van je eigen huis, zijn er mogelijkheden om de overwaarde van je huis aan te wenden voor een groot-onderhoudsbeurt, of is dat op dit moment ongunstig? En wat zijn de voor- en nadelen van het verkopen van je huis aan de kinderen als je er zelf wilt blijven wonen? Deskundigen in dit panel zijn notaris Philip Simons, makelaar Ingrid Olivier en financieel deskundige Mark van Ginkel. U kunt deze inleiders na afloop ook individueel spreken.



Lees verder op de volgende pagina

Klassieke Muziek Ochtend november: Treur- en troostmuziek

De Klassieke Muziek Ochtend van vrijdagmorgen 4 november staat in het teken van treurmuziek. Claire Verlinden, degene die deze bijzondere ochtenden verzorgt, vertelt dat het voor veel bezoekers vaak niet droevig genoeg kan zijn. "Is het vreemd dat de meeste mensen erg houden van muziek die droevig klinkt, ook als zij zelf niet droevig zijn? En waarom biedt muziek zoveel troost in ieders leven?" Op die vragen zullen we waarschijnlijk geen antwoord krijgen. Claire laat u wel luisteren naar wat componisten doen om een bepaalde stemming over te brengen. Op het programma staan klaagliederen van allerlei culturen, door de hele muziekgeschiedenis heen, tot de treurige gezangen van de vorige eeuw.

Praktisch

De Klassieke Muziek Ochtend houden we op vrijdag 4 november in de theaterzaal van de Openbare Bibliotheek aan de 'sGravelandseweg. Aanvang 10.30 uur tot ongeveer 12.30 uur. Het leescafé van de bibliotheek gaat open om 10.00 uur. Opgeven vooraf is niet nodig. De entree bedraagt € 2,50, voor niet-leden € 3,50. Dit is inclusief een kopje koffie/thee in de pauze.



Vervolg van de voorpagina

Als u in een appartement woont

Om 12.00 uur gaan we met dhr. Fred Schuurs, directeur van de landelijke Stichting *VVE-belang*, de landelijke belangenbehartiger van 'Verenigingen van Eigenaren' in op het wonen in een appartementengebouw. Wat valt er normaal gesproken onder het collectieve onderhoud, en welk onderhoud moet je individueel uitvoeren? Hoe worden servicekosten berekend, wat zijn de bevoegdheden van het bestuur en welke beslissingen kun je aan een beheerder overlaten. De laatste ontwikkelingen in het appartementsrecht komen aan de orde.

Voor wie een andere woning zoekt, of wonen met zorg

Om 14.00 uur gaan we in op wat er te huur is in Hilversum, en hoe zorgwoningen verdeeld worden. Hoe meld je je aan, en wie maakt uit wie er een woning krijgt? Voor sommige aanleunwoningen moet je eerst een indicatie aanvragen, in andere gevallen kun je je zondermeer inschrijven. Sprekers zijn: Wonen, Welzijn en Zorgadviseur van Versa Welzijn Cecile Hartogh, Dudok Wonen-beleidsmedewerker Aleid Winkler en makelaar Ingrid Olivier.

Makkelijk je woning aanpassen, zowel huur als koop



Om 16.00 uur staat het aanpassen van je huis om er zo lang mogelijk te kunnen blijven wonen. Tom van Oostrum van de Ouderenwinkel vertelt over handigheidjes die beschikbaar zijn om comfortabel wonen te bevorderen, en Cecile Hartogh, consultant Wonen, Welzijn en Zorg legt uit welke voorzieningen de gemeente biedt om het mogelijk te maken dat je niet hoeft te verhuizen als je minder vitaal wordt.

Uit eten in november



Natuurlijk gaan we ook in november weer uit eten. Deze maand gaan we naar het Japanse restaurant Kimono in de Kampstraat 35-41. U kunt zich aanmelden voor dinsdag 15 of donderdag 17 november. Er is voor ons een Riyori menu afgesproken voor ca. € 24,50, buiten de drankjes natuurlijk. Als u mee gaat op een van deze avonden, wordt u in het restaurant verwacht om 18.00 uur. Gastvrouwen op dinsdag zijn Truus Lankreijer en Bea Miedema, op donderdag Jannie Nieuwenhuizen en Anja Pons. Aanmelden vooraf is noodzakelijk omdat we van te voren moeten reserveren bij het restaurant. U kunt zich opgeven bij Bea Miedema, telefoon (035) 6244865. Een e-mailtje sturen kan ook, naar white-roses@zonnet.nl

Nieuwe leden september 2011

Mw. S. Arroo
Mw. J.W. Vlug- Natter
Mw. G.G. Klaui- v. Leeuwen
Fam. J.R.M. Eijsink
Hr. G. Bucciarelli
Mw. D. van der Loo
Mw. C. Bodbijn
Mw. P.H. Vlaanderen- v. Eeten
Hr. J.B.M. Waltmann
Mw. J.M.I. ten Brink- Sengers
Fam. B.E. Kramer

Mw. I. Langenberg- Jonge Poerink
Mw. C. Kippersluis- Oostendorp
Mw. J. Eerenberg- v. Munster
Hr. A.H.M. Fennema
Mw. J. Doorn
Mw. A. Stevens
Mw. R. Stafleu- Cromwijk (rect.)



Extra oefentreinreisje met de OV-chipkaart

Omdat het oefentreinreisje van Hilversum naar Baarn in september vol zat, gaan we dat dit jaar nogmaals herhalen en wel op vrijdagmiddag 11 november.

Voor degenen die hun OV-chipkaart ondertussen hebben geactiveerd voor 'Reizen op Saldo' (dus bij de NS-klantenservice aangegeven welke klasse u reist) en er nog niet (of weinig) mee gereisd hebben is dit een prima oefening om in de praktijk te zien hoe het nu precies werkt. Bijvoorbeeld waar staan de kaartlezers, hoe kan ik het beste mijn kaart ervoor houden bij het in- en uitchecken. Na afloop bekijken we bij de kaartautomaat ieders reishistorie en tevens kijken we hoeveel geld er nog op uw kaart staat.

We verzamelen op 11 november in de hal van station Hilversum om 14.00 uur en gaan dan naar Baarn. Bij restaurant de Generaal drinken we een kopje koffie of thee en nemen daarna de trein terug.

Hebt u interesse? Meldt u dan vooraf aan bij Jaap Lankreijer, via e-mail j.b.lankreijer@xmsnet.nl of bel (035) 6284504 of bel Heleen Assen, 06-41838579. Voor de organisatiekosten van dit oefenreisje betaalt u € 1,00 per persoon.



Vragenuurtje over de OV-chipkaart

Vanaf november kunt u met uw vragen over de OV-chipkaart op de eerste maandag van de maand terecht in restaurant de Jonge Haan, 's-Gravelandseweg 62. Jaap Lankreijer en Heleen Assen zijn daar dan van 10.30-11.30 uur aanwezig om u te helpen met problemen waar u tegenaan bent gelopen. Deze maand zal dat dus op maandag 7 november zijn.

agenda NOVEMBER

Wekelijkse activiteiten

Maandag:

- SeniorenCafé in Jonge Haan
- Klaverjassen

Woensdag

- Koffie-uurtje in Kerkelanden
- Nordic Walking

En verder:

- 2 Woon-Informatie-Dag
- 3 Korte dagtocht naar koffiebranderij
- 3 Lange herfstwandeling
- 4 Klassieke muziekochtend
- 7 Vragenuurtje over de OV-chipkaart
- 8 Filmprogramma
- 9 Museumlezing Hans Meerman
- 9 Korte wandeling, bel met de familie de Nooy voor meer informatie: 6853069
- 10 Museumlezing Hans Meerman
- 11 Oefenreisje met de OV-chipkaart
- 15 Poëzie in de kroeg
- 15 Samen uit Eten, bij Kimono in de Kampstraat
- 16 Naar Gemeentemuseum Den Haag
- 17 Samen uit Eten, bij Kimono in de Kampstraat
- 18 Bingo
- 21 Bingo
- 23 Korte wandeling (zie 9 november)

In dit nummer:

Voorpagina:

Kom naar onze ANBO- wooninformatiedag — Klassieke Muziek ochtend

- 2 Vervolg ANBO- wooninformatiedag — Uit eten in oktober — Nieuwe leden
- 3 Extra oefenreisje met OV-chipkaart — Agenda
- 4 Start van nieuwe serie museumlezingen — Lange wandeling
- 5 Poëzie in de kroeg — Mantelzorgers in 't zonnetje — Wegwijs in Welzijn en Zorg — Samen naar concert en toneel
- 6 Filmtheater
- 7 Midnight Express — Opriscursus voor automobilisten
- 9 Aanbiedingen van deVorstin en Theater AchterOm — Uit eten op tweede Kerstdag — IVN wandeling
- 10 Wijzigingsformulier
- 11 Rijbewijskeuring — Redactie — Colofon
- 12 Bijzonder Uitprogramma in de maand december — Bingo — Klaverjassen

Start van nieuwe serie museumlezingen, nu op 2 ochtenden

We starten in november met een nieuwe serie lezingen van Hans Meerman. Omdat het de laatste keren wel erg vol was in de theaterzaal in de bibliotheek gaat Hans op twee ochtenden dezelfde presentatie geven, namelijk op woensdag- en donderdagmorgen in dezelfde week. Dat we moeten overgaan naar twee ochtenden is tekenend voor het succes van de lezingen van Hans Meerman.

Lezing Hans Meerman op 9 en 10 november

We starten ons museumseizoen met een lezing en bezoek aan de tentoonstelling 'Parijs, stad van moderne kunst' die te zien is in het Gemeente Museum van Den Haag. Zie hieronder de informatie over de tentoonstelling. Ter voorbereiding van het bezoek aan de tentoonstelling zal Hans Meerman een lezing verzorgen. De lezing vindt plaats op woensdag 9 november en donderdag 10 november, steeds van 10.30 tot 12.30 uur in de theaterzaal van de bibliotheek aan de 's-Gravelandseweg 55. U kunt van te voren een kopje koffie drinken in het Leescafé van de bibliotheek die om 10.00 uur open gaat. Op het terrein van de bibliotheek is gelegenheid om te parkeren. Bus 105 en 106 stoppen er vlakbij. De entree bedraagt: € 2,50 voor ANBO leden en € 3,50 voor niet leden. U hoeft zich niet van te voren op te geven, we gaan ervan uit dat de belangstelling zich spontaan verdeelt over de woensdag - en donderdagmorgen.

Parijs, stad van moderne kunst

Speciaal voor het Gemeentemuseum Den Haag heeft het prestigieuze Centre Pompidou in Parijs een veertigtal topstukken ter beschikking gesteld. Beroemde meesterwerken van onder anderen Kandinsky, Brancusi, Picasso, Matisse, Miró, Giacometti, Léger, Braque en Delaunay zijn op deze tentoonstelling te bewonderen. De bezoeker krijgt dit najaar de eenmalige kans om Parijs als bruisende stad van de moderne kunst in Den Haag te beleven. De Parijse sfeer breidt zich dit najaar ook uit over het Fotomuseum Den Haag, dat naast het Gemeente Museum ligt. In het Fotomuseum is de tentoonstelling Gare du Nord te zien; met werk van Nederlandse fotografen die in de periode 1900-1968 in Parijs werkzaam zijn geweest.



Naar de tentoonstelling

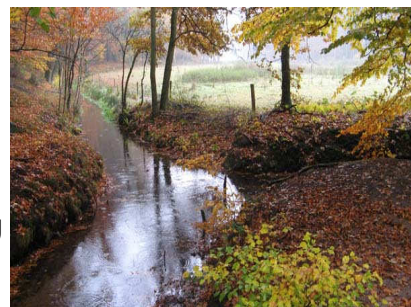
Op woensdag 16 november gaan we naar de tentoonstelling toe in Den Haag. De entreprijs bedraagt € 2,50 voor museumkaarthouders en voor anderen is dat € 12,50.

We gaan met de trein van 9.31 uur en verzamelen ons van tevoren in de stationshal van Hilversum CS. Wie mee wil kan zich opgeven bij Lies de Loos, liefst per e-mail: liesde@zonnet.nl of per telefoon 06-22119892.

Lange wandeling



Op donderdag 3 november: Lange wandeling. Vertrek station Hilversum om 9.31 uur van spoor 1, Overstap in Utrecht. De wandeling gaat van Ede naar Wageningen door een zeer bosrijk gebied. Het is een hele mooie herfstwandeling. Willy Thomas en Rik Brugman hebben de leiding van deze wandeltocht van circa 16 km. Van te voren opgeven is niet nodig. Voor meer informatie 06 25450689) en (035) 6210169



Poëzie in de kroeg over dichter Rutger Kopland

In de reeks *Poëzie in de Kroeg* staat op 15 november dichter Rutger Kopland centraal. Gedichten als 'Jonge Sla' en 'Onder de appelboom' zijn bij velen bekend. Deze keer is Ineke van de Rotte gastvrouw van *Poëzie in de Kroeg*, en zal zij gedichten van Kopland (vooral door hemzelf voorgedragen) laten horen, en met de aanwezigen bespreken.

Dat gebeurt op dinsdag 15 november van 16.00 uur tot ca. 17.30 uur in Café De Waag, aan het begin van de Groest. Gratis entree (op uw eigen drankjes na).

Wilt u ook een keer een *Poëzie in de kroeg* verzorgen, omdat u dol bent op een bepaalde dichter, of omdat u een bepaalde dichtvorm of stroming onder de loep wilt nemen? Neem dan contact op met Ko van den Bovenkamp, bijvoorbeeld via e-mail k.vandenbovenkamp@hotmail.com of bel (035) 6241587.



Mantelzorgers in het zonnetje op Dag van de Mantelzorg

Op 10 november is het de Dag van de Mantelzorg. Dan openen vestingwerken, kastelen en musea in de regio hun deuren voor mantelzorgers. Dit jaar wordt de Dag van de Mantelzorg in de regio Gooi en Vechtstreek en Eemnes wederom groots aangepakt. Mantelzorgers geven een zieke, gehandicapte of oudere vanuit een sociale relatie extra zorg. Zij vinden deze zorg vanzelfsprekend en zijn vaak te bescheiden om hiermee op de voorgrond te treden. Toch verdienen mantelzorgers het om, als blijk van waardering, één dag per jaar in het zonnetje gezet te worden..

De verschillende vestingwerken, kastelen/musea bieden een gevarieerd programma voor de mantelzorgers, die deze dag gratis kunnen bijwonen. Mantelzorgers worden rondgeleid op de diverse locaties, kunnen deelnemen aan verschillende workshops en/of aan een warm/koud buffet, lunch of high tea. Mantelzorgers kunnen zich opgeven voor deze gezellige dag op telefoonnummer 0900 6662222 (lokaal tarief) of via de website www.ridderlijkeroeping.nl. Op deze website vindt u ook meer informatie over de verschillende programma's op de diverse locaties.



Wegwijs in welzijn en zorg

Bij het gemeentelijke WWZ loket aan de Larenseweg 30 kunt u terecht met al uw vragen die te maken hebben met welzijn en zorg. De afkorting WWZ staat voor Wonen, Welzijn en Zorg.

Een paar voorbeelden van vragen die u daar kunt stellen:

Wonen: Welke woning past het beste bij me? Kan ik nog zelfstandig blijven wonen? Zal ik mijn huis aanpassen of toch maar verhuizen?

Welzijn: Hoe kom ik aan nieuwe contacten? Kan of wil iemand vrijwillig boodschappen voor me doen.?

Zorg: Kan ik informatie krijgen over persoonlijke ondersteuning? Waar kan ik terecht voor maaltijdservice en waar kan ik terecht

met vragen over (beginnende) dementie en depressie?

Hulp en klachten: Hoe kan ik een gehandicapten-parkeerkaart aanvragen, mijn woning aanpassen, hoe kom ik aan een OV-taxipas of een rolstoel.

U kunt de vragen telefonisch stellen of aan het loket. Ook met klachten over thuiszorgleveranciers en over het vervoer met de taxipas kunt u bij het WWZ loket terecht.

Het WWZ loket, geopend op werkdagen van 9.00 – 13.00 uur, vindt u aan de Larenseweg 30, telefoon 035 629 2151. U kunt ook een e-mail sturen naar wwzloket@hilversum.nl

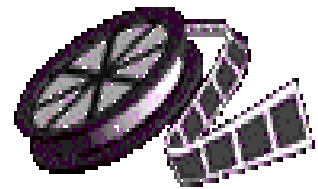


Samen naar concert en toneel

In oktober is de bijeenkomst voor 'samen uit naar toneel en concert' in het water gevallen omdat we hem op dezelfde dag gepland hadden als de Klassieke Muziek Ochtend. We denken erover om nu op vrijdag 25 november bij elkaar te komen, om 10.30 uur in het Annagebouw. Meldt u zich van te voren even aan bij Leni Sperna Weiland, zodat we u op de hoogte kunnen houden of het dan ook echt door gaat. Bel naar (035)6834367 of stuur een mailtje aan lopesdias@upcmail.nl



FILMtheater HILVERSUM



Filmprogramma 8 november

ANBO en het Filmtheater Hilversum organiseren samen een maandelijkse filmmiddag voor ANBO-leden en hun introducés. Hieronder het programma van 8 november, aanvang 14.00 uur. Reserveren is niet nodig. De toegangsprijs is in € 6,00. Een gratis kopje koffie of thee met iets erbij zit bij de prijs in.

Nannerl, la soeur de Mozart (Nannerl, het zusje van Mozart)

Het is 1763. De muzikale familie Mozart is op tournee en reist per koets langs de belangrijkste hoven van Europa. Het is een vermoeiend en uitputtend leven, maar het succes is groot. De adel vergaapt zich aan het wonderbaarlijke talent van de 10-jarige Wolfgang, die steeds bekender wordt. Hij wordt begeleid door zijn vijf jaar oudere zus Nannerl. Zij is ook een muzikaal talent en speelt magistraal klavecimbel en viool en heeft een prachtige zangstem...

Maar haar vader moet ze stoppen met de viool: dat is geen instrument voor vrouwen. Ook componeren is alleen iets voor mannen: Wolfgang krijgt daar les in, maar zij mag daar niet bij zijn. De familie arriveert in Versailles, waar de kinderen zullen optreden voor koning Lodewijk XV en diens zoon, de kroonprins (Dauphin), die net weduwnaar is geworden. Krijgt Nannerl de kans hier te laten horen wat ze op muzikaal gebied in haar mars heeft?



inovum



Een cursus voor iedereen die goed uit
de voeten wil kunnen en fit wil blijven

voor mensen
door mensen

Beter in Balans

Informatie • Praktijk • Tests • Balansoefeningen

- Cursus valpreventie
- Onder begeleiding van Inovum fysiotherapeuten
- Vijf wekelijkse bijeenkomsten van een uur

Start van de cursus:

Dinsdag 1 november
9:30 uur - 10:30 uur
4^e etage Emtinckhof
Eikenlaan 51, Loosdrecht

Meld u nu aan:

Fysiotherapie Inovum
Tel: 035 58 88 492
e-mail: fysio@inovum.nl

Inovum is een gespecialiseerde zorgorganisatie in Wijdemeren en Hilversum met een algemene signatuur. Hoog gekwalificeerde artsen, verpleegkundigen, verzorgenden, fysiotherapeuten, ergotherapeuten, psychologen, relax- en muziektherapeuten bieden een scala aan zorg- en ondersteunende diensten. Bij Inovum staat de haalbare zelfstandigheid en het comfort van de cliënt voorop. Door middel van dag- en welzijnsactiviteiten proberen we de kwaliteit van uw leven te optimaliseren. Preventiecurssussen van Behandel- en adviescentrum Inovum bevorderen uw zelfstandigheid en houden u langer fit en op de been.

www.inovum.nl

Midnight Express

Uit de Cursus 'Korte Verhalen schrijven' die we onlangs organiseerden samen met Emilie Lindenbergh hier een verhaal van Hannie van Hest.

Op 6 oktober was het zover, dan kwam er onverbiddelijk een einde aan mijn vierweekse verblijf in Turkije. Niet alleen zag ik op tegen kou en regen in Nederland, maar vooral tegen de terugreis. Ik zou 's nachts om 1.35 u op Schiphol aankomen. Mijn zoon kon me niet afhalen en anderen durfde ik het niet goed te vragen, want het kwam neer op een doorwaakte nacht. Een taxi vond ik te duur, ik had al extra kosten in de vakantie gehad. Nee, bedacht ik : het beste was gewoon op de eerste trein te wachten, die van 4 uur naar Utrecht. En dat viel eigenlijk eerst nogal mee. Er was zo midden in de nacht nog redelijk wat volk op de been op Schiphol en ze zagen er niet crimineel uit. Ik zag zelfs politie surveilleren met een gevaarlijk uitziende hond, die ik niet graag in het wild zou tegenkomen. En de jongen in het tentje van de cappuccino en de muffins was in een uitstekend humeur en maakte grapjes. Er was ook nog een meeting point, een soort huisje in roodwitte blokken: op alle banken lagen mensen te slapen of deden alsof, ook binnen zag ik iemand liggen. Ik nam de lift naar perron 6, met ook alleen maar keurige medepassagiers. Ik had voor het wachten op Schiphol een breiwerkje meegenomen, maar daarvoor ontbrak me de energie. In de trein begon ik lekker te knikkebollen en voor ik het wist waren we in Amsterdam. Daar stapte een wankelende man in en toen hij voorbijliep wist ik waarom: hij was straalbezopen, zo erg dat hij niet stil kon zitten en steeds heen en weer liep. De lucht die hij verspreidde, sprak boekdelen. Hij kwam terug van de WC, luidkeels verkondigend dat die niet schoon was. Hij kwam gezellig naast mijn bank staan en naast mijn koffer (met laptop die ik er voor de zekerheid op Schiphol in had gedaan) en liet zijn blik een tijdje op mij rusten,



voor zover hij daartoe in staat was. Wat zag hij? Een geheel verreide vrouw aan de verkeerde kant van de zestig, blote benen in oktober, gekleed in een zomerjurk met daarover een dun vestje. Een zwerfster, dakloze, die Nederland afreist op haar OV-chipkaart om maar warm binnen te zitten? Na een tijdje ging de dronken man weer weg en waggelde naar de volgende coupé, maar mijn rust was voorbij en ik durfde niet meer te proberen te slapen. 5 Uur in Utrecht. Op het perron van de trein naar Weesp waaide een ijzige wind: oh had ik maar op Schiphol een lange broek aangetrokken uit de koffer. Op een bankje op het verder verlaten perron zaten twee jongens met capuchontruien: weer een

bedreigd gevoel, een donkere man ging op een stoeltje achter me zitten: weer dreiging. Gelukkig, daar kwam iemand in uniform, de machinist, en ik ging naar binnen samen met een keurige oudere heer met een vouwfiets, die me in Bussum hielp met de koffer uit de trein te komen." Uw boeltje ga ik niet verder slepen", zei hij verontschuldigend, wijzend op de Bussumse stationstrappen. "Hoef niet ik ga verder rollen." Ik liep om het station heen en daar stond godzijdank een taxi, 5.45 uur. De chauffeur gaf me zijn kaartje. "Voor € 60 haal ik u van Schiphol." Deze treinrit had € 3,50 gekost: de afstand Bussum- Schiphol. Dat ik nog van Utrecht en Amsterdam had genoten, vermeldde de chipkaart niet, want ik was daar meteen doorgereisd. Dat was niet de enige ervaring die deze reis me opleverde, verbaasd ben ik ook dat ik me bijna de hele tocht bedreigd heb gevoeld, terwijl niemand mij bedreigd heeft, eigenlijk integendeel. Hoe komt dat en wie praten ons dat misschien aan? Of heb ik gewoon geluk gehad? Het overwegen waard!

Overigens hebben mijn kinderen mij verboden nog eens zo iets te doen en ik was het ook niet van plan. Het recupereren kostte een week.

Hannie van Hest

OPFRISCURSUS voor AUTOMOBILISTEN

Op maandag 7 en 21 november is er een bijscholing voor de oudere automobilist. Deze BROEM-opfriscursus wordt door de ANBO, VVN en Versa Welzijn georganiseerd in Wijkcentrum de Koepel, Hilversum. De cursusochtenden zijn op de maandagochtend van 10.00-12.00 uur. Er is instructie over veranderende verkeersregels, verkeerssituaties en veilig weggebruik. De rijvaardigheid wordt getest middels een proefrit in uw eigen auto. Ook is er aandacht voor een test van gehoor en ogen. Voor leden van de ANBO kost de cursus (dus 2 ochtenden, testrit, instructieboek en de koffie) €35.00. Voor niet-leden zijn de kosten € 45.00 euro. Het is in Wijkcentrum de Koepel, Kapittelweg 399, Hilversum. Aanmelden vooraf : Versa Welzijn, (035) 6231100 of gbos@versawelzijn.nl .

Lekker leven van uw overwaarde? Dat kan!

Bel 0800-1800



60-plussers doen zichzelf tekort.

Benieuwd hoe het met de overwaarde van uw woning is gesteld? Laat u eens vrijblijvend informeren door de Van Bruggen Adviesgroep Het Gooi, specialist op dit gebied. U zult al gauw merken dat u rijker bent dan u denkt. Of u nu grootse plannen hebt, of alleen verlangt naar een prettige aanvulling op uw inkomen of pensioen. Graag helpen wij u met een advies op maat om uw overwaarde fiscaal vriendelijk én optimaal aan te wenden voor u. Maak gerust tijd vrij voor een vrijblijvend gesprek. Dat kost u niets en leidt in veel gevallen tot verrassend veel nieuwe inzichten. Bel 0800-1800 (gratis) of 035-642.35.05 voor een verhelderende afspraak.

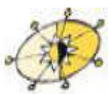


Van Bruggen
ADVIESGROEP

Een leven lang profijt.

K.M. van Ginkel, Van Bruggen Adviesgroep Het Gooi, Gijsbrecht van Amstelstraat 56, 1213 CL Hilversum

THUIZORG WOONDIENSTEN VERPLEGING VERZORGING



HilverZorg Thuis

Met zorg wonen in het Gooi

Thuiszorg voor iedereen!

HilverZorg maakt het u gemakkelijk. Onze klantadviseurs helpen u graag en beantwoorden uw vragen over:

- AWBZ, Wmo en PGB (persoonsgebonden budget)
- Informatie over het aanvragen van CIZ indicaties
- Wanneer wordt thuiszorg wel of niet vergoed
- HilverZorg service en diensten voor buurtbewoners
- HilverZorg aanleunwoningen en serviceappartementen
- HilverZorg woondienstencentra
- HilverZorg verpleeghuizen
- Dagbehandeling / Dagverzorging

**HilverZorg Klantcentrum
voor Advies en Informatie**

035 - 6260477

www.hilverzorg.nl

Komt u gerust eens langs!

Op werkdagen kunt u tussen 10 en 16 uur met of zonder afspraak binnenlopen bij ons Klantcentrum, Franciscusweg 137 (locatie Flat Kerkelanden), 1216 SB Hilversum



drukwerk voor jong en oud

tenherkel
grafisch compleet

de zodde 8 1231 mb loosdrecht t: 035-5826209 www.tenherkel.nl



Aanbiedingen van De Vorstin en Theater Achterom

Muziekcentrum De Vorstin aan de Koninginneweg en Theater Achterom (Eemnesserweg 7a) bieden concerten en toneelvoorstellingen aan waarbij ze speciaal aan ANBO-leden korting geven. U krijgt namelijk 2 kaarten voor de prijs van 1. Hieronder de voorstellingen in november.

Chris Hinze – Van Tibet tot Tanger, woensdagavond 9 november

Na het grote succes van vorig seizoen (bomvolle zalen!) nu dan de reprise van Chris Hinze's theatertoernee *Van Tibet Tot Tanger*. Muziek, geïnspireerd op de adembenemende documentaire-achtige video's die Chris Hinze maakte gedurende zijn reizen door o.a. Tibet, Afrika, Marokko, India, Japan, The Caribbean, Mongolië en Birma. Schitterende reisimpressies vertoond op een groot scherm, in combinatie met zijn magisch fluitspel en verhalen over ontmoetingen met geweldige muzikanten als bijv. Peter Tosh, en grote persoonlijkheden zoals o.a. de Dalai Lama. Voor reis- en muziekliefhebbers een absolute must!

Het concert van Chris Hinze vindt plaats op woensdagavond 9 november, 20.00 uur. Kosten per kaartje (en voor ANBO dus voor 2 personen) € 15,00. Als u naar onderstaand concert wilt, stuur dan een e-mail naar publiciteit@devorstin.nl o.v.v. ANBO Chris Hinze.



Toneelgroep Dorst speelt Spiritus, maandagavond 3 november

Na het succes van *De Brontë Sisters* spelen rascomédiennes Trudy de Jong en Elsje de Wijn samen met routinier Theo de Groot en jong aanstormend talent Annelien van Binsbergen de speciaal voor hun geschreven tragi-komedie: *Spiritus*. *Spiritus* speelt zich af in wat eens een bloeiende ambachtelijke jeneverstokerij was. Wat te doen met de erfenis? In zee gaan met glatte marketinggoeroes? De ziel van je producten te grabbel gooien? Je kans grijpen en een rigoureuze "move" maken naar het avontuur van een totaalconcept? Of gewoon elkaar de tent uitknokken!

De toneelvoorstelling vindt plaats op 3 november, aanvang 20.15 uur. De prijs van een kaartje (en voor ANBO - leden dus 2 kaartjes) is € 15,00. Wilt u gebruik maken van de actie dat ANBO-leden 2 kaarten krijgen voor de prijs van 1, stuur dan een e-mail naar info@theaterachterom.nl o.v.v. ANBO Toneelgroep Dorst.

Uit eten op tweede Kerstdag



Bij het samenstellen van dit blad zijn we in overleg met de leiding van De Jonge Haan over een diner op tweede Kerstdag. Dit restaurant is dan normaal gesproken gesloten, maar zou voor het kerstdiner van ANBO Hilversum open gaan. Met onze sponsors gaan we ook nog in gesprek de komende maand. Al met al hopen we uit te komen op een heerlijk diner en een gezellige avond, voor een bedrag van rond de € 30,00. Als u nu al weet dat u mee wilt, kunt u zich aanmelden bij Nel Stornebrink, telefoon (035)6281480 Een e-mail sturen kan ook, naar p.stornebrink@kpnplanet.nl



IVN-wandeling in november

Op vrijdag 18 november is er weer een IVN wandeling. Onze gids is Gerd Rutten en zij zal ons rondleiden op Gooilust. De wandeling begint om 10.00 uur en duurt zo'n anderhalf a twee uur. We beginnen bij het hek na de parkeerplaats op de oprijlaan van Gooilust (ingang 's Graveland, Zuidereinde). Deelnemers betalen € 2,50 per persoon.



WIJZIGING IN UW SITUATIE? OF EEN NIEUW LID AANMELDEN?

VUL DIT FORMULIER IN EN STUUR HET AAN: LEDENADMINISTRATIE ANBO AFDELING HILVERSUM
 J.MUDDE, BEUKENLAAN 11 1231 BV LOOSDRECHT OF E-MAIL: ledenadm.anbo.hilv@hetnet.nl

CONTRIBUTIE: PER 2011 € 32,85 per jaar. 2e lid op hetzelfde adres € 2925 per jaar
 Betaling gaat jaarlijks per acceptgiro of automatisch.

De wijziging betreft:

Verhuizing Opzegging lidmaatschap Overlijden Nieuw lid

Naam 1 :M / V

Adres:..... Plaats:

Postcode: Tel.nr.:.....Lid.nummer:

Geboortedatum:..... E-mailadres:

Reden opzegging:.....

Naam 2 (partner): M / V

Geboortedatum:..... Lidnummer:Tel.nr.:.....

Datum: **Handtekening:**

Bij verhuizing Adres, Plaats, Postcode: het nieuwe adres vermelden.



Steunzolen

Veel lichamelijke klachten vinden hun oorsprong in de plaatsing van de voeten. Niet zelden blijkt dat ook pijn elders in het lichaam is te verminderen of weg te nemen door de voeten met inlays (inleg- of steunzolen in de schoenen) wat extra steun te geven of in de juiste positie te dwingen.

Inlays zijn zeer persoonlijk, en moeten exact op uw voeten zijn toegesneden. Daarom

maakt Meijer Orthopedie uw inlays zélf, in de eigen orthopedische instrumentmakerij.

Wij leveren de volgende diensten en producten:

- Groot orthopedische apparatuur
- Klein orthopedische apparatuur
- Therapeutische elastische kousen
- Thuiszorgartikelen
- Verhuurartikelen



Meijer Orthopedie

sinds 1938 Orthopedische hulpmiddelen

www.meijerorthopedie.nl - www.thuiszorgwinkelonline.nl



NUMMER 1 IN NL

Vestigingen Meijer Orthopedie Bussum - Brinklaan 26 - 1404 EV Bussum - Tel: 035-6936238

Meijer Orthopedie Amsterdam - 1e Constantijn Huygensstraat 68 - 1054 BW Amsterdam - Tel: 020-61 80 555

Meijer Orthopedie Hilversum - Gijsbrecht van Amstelstraat 256 - 1215 CR Hilversum - Tel: 035-62 43 001

Meijer Orthopedie Ziekenhuis Hilversum - Van Riebeeckweg 212 - 1213 XS Hilversum - Tel: 035-64 71 322



Wij hebben contracten met alle zorgverzekeraars in Nederland



Keuring voor rijbewijs

Wat moet u meenemen?

- Eigen Verklaring (keuringsformulier), dit kost € 23,05 en kunt u kopen bij uw gemeente of bij de rijbewijskeuringsarts. De voorkant van het formulier moet u zelf invullen;
- potje urine;
- lijstje met de medicijnen die u gebruikt;
- huidig rijbewijs.

Bij wie

Rijbewijskeuringen voor 70-plussers, voor € 25,00 incl. btw. **In wijkcentrum De Koepel en Woonzorgcentrum Gooiersef.** Door dokter R.M.F. Sadiëk. Voor afspraken kunt u bellen dagelijks van 10.00 – 22.00 uur. Tel. 06-10444535. Bij geen gehoor inspreken, u wordt binnen 24 uur teruggebeld. Of stuur een e-mail naar info@rijbewijskeuringsarts.nl

Wijkcentrum Nova Zembla, Peter Planciusplein 10, Hilversum.
Voor afspraak: 0613031321

Of bij mevrouw A. Koster, Vosmaerlaan 12, Hilversum. Om een afspraak te maken, belt u 06-5127 4606, liefst na 19.00. Kosten € 35,00.

De wachttijd bij het CBR voor het leveren van een nieuw rijbewijs kan wel vier maanden bedragen. Vraag het dus tijdig aan.



Van de redactie

Uiterlijke inleveringdatum voor uw copij is

10 november 2011

naar e-mailadres

corrie.vanleeuwen@chello.nl

Colofon

Hulp en advies

Met algemene vragen over wonen, zorg, welzijn, mobiliteit, koopkracht en inkomen, kunt u terecht bij de servicelijn van de ANBO: (030) 2330060, ma. t/m vrij. 9.00 – 17.00 uur

Vragen over diensten in Hilversum? SeniorenWegwijzers, contactpersonen Hennie Zandee tel. 6218132, of Corrie v.d. Horst tel. 6400722.

Vervoer van leden voor leden

ANBO-Werkgroep Vervoer. Contactpersoon Ria Drenthe, tel. 6241052, of ria.drenthe@kpnmail.nl Voor vervoer naar een arts e.d.

Hulp bij computergebruik

ANBO-Werkgroep computerhulp. Contactpersoon Jaap Lankreijer. Telefoon 6284504 pc@anbo-hilversum.nl

Belastingadvies

Coördinatie G. Bennink 6851067, bennink3@zonnet.nl

Vragen over bezorging dit blad

Bas de Paauw, bel 6832434 of 06-10632023

Onze website www.anbo-hilversum.nl

Ledenadministratie ANBO Hilversum

ledenadm.anbo.hilv@hetnet.nl of zie formulier pag.10.

Redactie van dit blad

Corrie van Leeuwen (036) 8445052
corrie.vanleeuwen@chello.nl



Contactpersonen bestuur

Voorzitter

Ineke van de Rotte, 6241880 of 06-24866749
inekevanderotte@anbo-hilversum.nl

Secretaris

Henja Kronenburg, Loosdrechtse Bos 118 1213 ZD
Van ma. t/m vr. van 9.00-21.00 uur 6247512
afd.hilversum@anbo.nl

Penningmeester

Gien Lutgerink, gien@hengstum.com 6241492
ING 2405540, t.n.v ANBO Hilversum

Bijzonder Uit-programma in de maand december

Op deze pagina kijken we alvast vooruit naar de activiteiten in de feestelijke decembermaand. U kunt zich er nu al voor aanmelden.

Naar de Messiah van Händel in de Grote Kerk van Naarden, met vervoer



De Nederlandse Händelvereniging bestaat 65 jaar en dat viert op zaterdag 10 december met een bijzondere uitvoering van de Messiah van Händel in de Grote Kerk van Naarden. De vereniging biedt aan dat mensen die dit jaar 65 jaar worden of geworden zijn, voor een tientje dit concert kunnen bijwonen. Er zijn 300 plaatsen gereserveerd voor 65-jarigen. Uiteraard zijn ook anderen welkom.

Wij willen dit graag meemaken en hebben meteen kaartjes gereserveerd voor onze leden – van alle leeftijden. En we regelen vervoer per touringcar. Gaat u mee? Wie dit jaar 65 wordt of is geworden, betaalt € 10,00 voor het concert. Anderen betalen € 35,50 (ouder dan 65) of € 38 (jonger dan 65).

Daarnaast betaalt u € 10,00 voor de bus. Opstapplaatsen om 18.30 uur bij winkelcentrum Kerkelanden, GooiersErf 18.40 uur en in Hilversum Noord bij het Vierkerkenhuis om 18.50 uur. U kunt zich aanmelden bij mevr. Leni Sperna Weiland, tel. (035) 6834367, of stuur een e-mail naar lopesdias@upcmail.nl Mensen die dit jaar 65 jaar zijn geworden, moeten wel een kopie van hun identiteitsbewijs inleveren (Lopes Diaslaan 17, 1222 VA Hilversum) om in aanmerking te komen voor het goedkope kaartje.

Kerstlichtjestoer op 15 december

Op donderdag 15 december maken we eerst een kleine rondrit door het Gooi, daarna gaan we genieten van een onbeperkt soepbuffet in 's-Graveland. Vervolgens rijden we via Amsterdam en daarna naar Den IJp om alle verlichte winkelstraten en huizen te zien. We vertrekken om 16.00 uur en zijn ongeveer half 10 weer thuis.



Vertrek 16.00 uur bij het Vierkerkenhuis en om 16.30 uur bij café Jan Kruis in Kerkelanden. De prijs bedraagt € 23,00 per persoon voor leden en voor niet leden € 24,00. U kunt zich aanmelden op dinsdag t/m donderdag bij Olga Debe tel. (035) 6230513 of bij Sylvia de Haas (035) 6024154. Als u zeker bent van deelname kunt u het bedrag overmaken op rekeningnr. 2405540 ten name van ANBO Hilversum, onder vermelding van Lichtjestoer.

Verder gaan we natuurlijk weer uit eten op tweede Kerstdag. Zie daarvoor de informatie op pagina 9



Elke 3e maandag v.d. maand
21 november 2011

In de Koepel Kapittelweg Kerkelanden

Welkom vanaf 13.30 uur

Aanvang 14.00 uur

6 ronden met leuke prijzen

Prijs Bingokaart € 2.50

(Alleen voor leden)

Informatie bij:

Bas de Paauw (035) 6832434 of

Corrie van Leeuwen (035) 6249666

Ontspanning

KLAVERJASSEN

- Klaverjassen vanaf, 13.30 uur in de gemeenschappelijke ruimte van het Vierkerkenhuis op de Lopes Diaslaan. Nieuwe mensen zijn van harte welkom. Het is een gezellige groep en een ontspannen sfeer, er wordt geen competitie gespeeld.