

VAN DE VOORZITTER

Beste leden,

Sinds mevrouw Liane den Haan, voorzitter bestuurder van de ANBO eind september, de afdelingen de toegang van de website en ledenadministratie ontzegde en de rekening blokkeerde gaat het niet goed met de ANBO. ANBO directeur sprak over frauduleuze handelingen



Reactie afdelingsbesturen

De afdelingsbesturen reageerden furieus. Maar kritische opmerkingen worden niet getolereerd door mevrouw den Haan.

Reactie van leden

Veel leden hebben het lidmaatschap van de ANBO opgezegd.

Geroyeerd

Ton Kohlbeck, voorzitter van de afdeling is geroyeerd, omdat hij felle kritiek heeft geuit op de door het hoofdkantoor genomen maatregelen.

Protest bijeenkomst

Op 12 oktober 2015 heeft een aantal afdelingen uit Zuid-Holland een protestvergadering in Utrecht georganiseerd.

Er zijn 2 commissies ingesteld

- juridische commissie
- financiële commissie

Berichten in de pers

Het is duidelijk dat de onenigheid in de ANBO niet alleen een zaak is in de regio Zuidwest. Uit het hele land klinkt protest.

ANBO Anders

In ieder interview vertelt mevrouw den Haan hoort bij de verandering van de ANBO die is ingezet in 2012.

Helaas is dat de halve waarheid, want democratie, informeren en communiceren zijn kernmerken van een vereniging. De vraag is wat doen wij?

EXTRA LEDENVERGADERING

Graag willen wij u van weten hoe u over de situatie denkt. Kom op dinsdagmiddag 17 november 2015 naar Bernissesteyn.

EXTRA LEDENVERGADERING

Het bestuur nodigt u uit voor de ledenvergadering die wordt gehouden op

17 NOVEMBER 2015
BOATHUS IN BERNISSESTEYN

TOEKOMST VAN DE ANBO

14.30 uur	Inloop koffie en iets lekkers
15.00 uur	Welkom
15.10 uur	Toekomst van de ANBO en van de afdeling.
15.45 uur	Vragen

Wij rekenen op uw komst
Voor informatie: bel een bestuurslid.

REGIO BIJEENKOMST

Op 6 november komt mevrouw Liane den Haan aan de afdeling in de regio Zuidwest vertellen hoe de toekomst van de ANBO eruit gaat zien.

AFDELINGSBESTUUR

Het bestuur heeft hier uitgebreid over gesproken en unaniem besloten door te gaan met de activiteiten en de belangenbehartiging.

ACTIVITEITEN GAAN GEWOON DOOR

De activiteitencommissie werkt hard. Op iedere 3^e donderdag van de maand is de inloopmiddag en op de laatste zaterdag van de maand bingo. U bent van harte welkom! Natuurlijk zijn ook niet leden welkom.

TOT SLOT

Naast informatie en belangenbehartiging ligt bij het organiseren van activiteiten de nadruk op het elkaar ontmoeten. De afdeling Bernisse bestaat 27 jaar daar ben ik trots op.

Met hartelijke groet,
Jannie Valk. voorzitter

HOMMELRIJM

Laatst vroeg ik aan een hommel: 'waar gaat gij heen met spoed?' ze zei: 'ik ga naar Zaltbommel,' ik dacht: 'wat rijmt dat goed'

toen riep een tweede hommel: 'en ik moet naar het Gooi', ik dacht: 'wel-voor-de-drommel ook dát rijmt wederom mooi.'

Toon Hermans

WAAROM IS HET BESTUUR VERONT-WAARDIGD?

Mevrouw den Haan zegt onder meer: *De contributiegelden worden door de afdeling niet besteed voor de leden.* Dat geldt niet voor onze afdeling, zoals blijkt

Cijfers uit 2014

Contributie € 38,00 per jaar
229 leden x € 38,00 = € 8.702,00..
Daarvan ontving de afdeling € 984,70 (€ 4,30 per lid)

De kosten, zonder bijzondere aankopen en reises en bingo, waren € 3.100,00. Dat kan niet betaald worden van de contributiebijdrage.

Het bestuur zorgt voor extra inkomsten die komen uit: advertenties Nieuwsbrief, bingo en bijdrage activiteiten.

De boodschap van het bestuur aan mevrouw Den Haan is dan ook: **HERSTEL DE TOEGANG TOT DE LEDENADMINISTRATIE EN WEBSITE EN DE BLOKKERING VAN DE BANKREKENING.**

Dit zal het bestuur in Dordrecht op de regiobijeenkomst van 6 november a.s. duidelijk maken aan mevrouw Den Haan.



STEUNPUNT
ZORG - WONEN - WELZIJN
VOORZIENINGEN

DAGELIJKS TELEFONISCH
SPREEKuur
VAN 13.00 - 14.00 UUR
TELEFOON 06 - 82 10 33 47

WEEKLIJKS INLOOP
DONDERDAGMORGEN
VAN 10.00 - 12.00 UUR
ATRIUM BERNISSESTEYN
ZUIDLAND

CWO

ACTIVITEITEN



MIDDAGEN

De Nieuwe Sluis te Heenvliet

- 19 november Spelmiddag
- 17 december Kerstmiddag

BINGMIODDAGEN

De Nieuwe Sluis
te Heenvliet.

- 28 november
- 19 december



Aanvang: 14.00 uur
Zaal open 13.30 uur.

Een boekje voor 10 rondes kost € 3,50
Er zijn leuke prijzen te winnen.
Ook niet leden zijn welkom.

VERVOER SBO bus

Heeft u geen vervoer? Tegen een kleine vergoeding rijdt het SBO (Service Bureau Ouderen) u naar "De Nieuwe Sluis".
Aanmelden: 2 dagen van tevoren bij het SBO, tel.0181-452238.
Dit moet u persoonlijk doen.

ACTIVITEITEN KALENDER



06 nov. Regiobijeenkomst	Dordrecht
17 nov. Lunch	Brielle
17 nov. Ledenvergadering	Zuidland
19 nov. Inloop	Heenvliet
28 nov. Bingo	Heenvliet
17 dec. Inloop	Heenvliet

LUNCHEN MAERTLANT COLLEGE



Op **dinsdag 17 november** om 11.30 uur staan de gedekte tafels voor ons klaar en tot ongeveer 13.30 uur wordt een warme lunch (meerdere gangen!) geserveerd.

- Er zijn 18 plaatsen beschikbaar.
- Opgeven tot 6 oktober bij Paula Eijs tel. 0181- 662886 of per e-mail pceijs@hotmail.com
- Kosten: € 9.00 per persoon
- drankjes 1 euro per stuk
- Graag betalen met de pin.

Vervoer regelen we onderling, vertrek van de parkeerplaats bij AH Heenvliet tussen 11.00 uur en 11.15 uur.

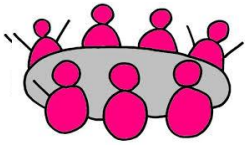
Adres : Maerlantcollege,
Hossenbosdijk 14-16, Brielle.



De afdeling kan geen berichten of foto's op de website plaatsen. Dat is erg vervelend. Wel is de mogelijkheid om aan het hoofdbureau te vragen dit voor de afdeling te doen. Maar er wordt gecensureerd en alleen positieve berichten worden geplaatst. Daar heeft het bestuur niet voor gekozen.



Daarom zal het bestuur naast de Nieuwsbrief steeds meer gebruik maken van email. Wilt u op de hoogte blijven en tussentijds geïnformeerd worden en heeft u een email-adres, meld u dan aan henny.vandervalk@hotmail.com



LOKAAL OVERLEG

Woonstichting De Zes Kernen

Op 9 oktober 2015 hebben ouderenorganisaties overlegd met Anja van der Sijde, directeur van de Woonstichting De Zes Kernen. Zij vertelde dat het Centrum Nieuwsluis in Heenvliet niet wordt gesloten.

Verder zijn de volgende zaken zijn besproken

- de huur 2016
- kandidaten voor de huurdersraad
- het vormen van een klankbordgroep
- ontwikkeling van een beleidsvisie
- Hart van Zuidland. een voorziening voor zware zorg voor Careyn

De volgende vergadering is op vrijdag 26 februari 2016.

Samenwerkingsverband ANBO PCOB SBO

Viering van dag van de ouderen

is goed geslaagd. Wethouder Dirk van der Schaaf was aanwezig.

Samenwerkingsverband ANBO PCOB SBO

Besloten is door te gaan, in principe met informatiebijeenkomsten in het voor- en najaar en de viering van de dag van de ouderen.

Samenwerkingsverband Nissewaard

Doel: overleg wethouder welzijn en woningcorporaties. Het SWO Spijkenisse en de PCOB Spijkenisse zijn afgehaakt. Voorlopig is Peter Reniers, voorzitter (SBO) en Jan Bakker secretaris (ANBO Spijkenisse). Volgende vergadering 23 november 2015

Volgende vergadering: 11 januari 2016.

ANBO Rayonvergadering ZHE

19 oktober zijn de afdelingen van het Rayon Zuid-Hollandse eilanden bij elkaar geweest.

Dat zijn de afdelingen van Bernisse, Brielle, Hellevoetsluis, Rozenburg en Spijkenisse, Westvoorne, Oostflakkee en Midden en Westflakkee.

Alle afdelingen zijn boos op mevrouw Den Haan en verontwaardigd op de door haar genomen maatregelen.

De centrale vraag is:

Wat kan het rayon doen om de situatie te stoppen.

Helder is dat wanneer dit bereikt worden de krachten moeten worden gebundeld. Besloten is dat het rayon Zuid-Hollandse Eilanden

- Een brief stuurt naar de Raad van Bestuur van ANBO,
- Aanwezig zijn op de regiobijeenkomst van 6 november 2015

Opzeggen

lidmaatschap

Het zijn roerige tijden bij de ANBO.

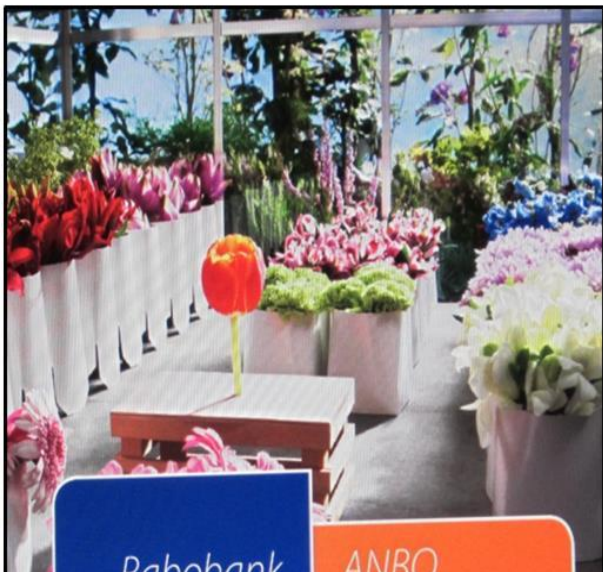
Wij kunnen ons voorstellen, dat u erover denkt om maar uw lidmaatschap van de ANBO op te zeggen.

Wilt u uw ANBO-lidmaatschap beëindigen, dan moet u dat doen vóór 1 december 2015. Zegt u na 1 december 2015 uw lidmaatschap op, dan bent u lid van de ANBO tot 30 november 2016, en ontvangt u een rekening voor de contributie 2016.

Opzeggen kan via servicecenter@anbo.nl of bel (0348) 46 66 90.

Als u geen lid meer bent van de ANBO kan de ANBO-korting op uw zorgverzekering vervallen. Wel even nakijken!

U kunt altijd blijven deelnemen aan de activiteiten van de afdeling Bernisse.



Rabobank
steunt

ANBO
Bernisse

www.rabobank.nl/vpr

*Samen sterker. Dat is het idee van
coöperatief bankieren.*



CHINEES-INDISCH RESTAURANT
DE LANGE MUUR

長城酒家

Breedstraat 24
3214 AC Zuidland
Tel./Fax. 0181-45 35 67
Dagelijks geopend van 12.00 tot 22.00 uur

RUIME PARKEERGELEGENHEID

CHINEES LOPEND BUFFET
Is bij reservering voor groepen
van minimaal 15 personen op alle dagen verkrijgbaar
(behalve zaterdag, zondag en feestdagen)

Verwarming/sanitair

Dakbedekking

DEWARMTEBRON  IJzerwaren/Gereeschappen

Onderhouden Verkoop

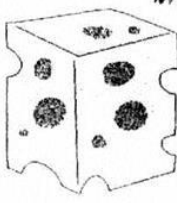
Van gasteoellen

Propaaninstallaties

 lid van de
Vereniging van
Nederlandse
Installatiebedrijven

Scheijdelveweg 7 - G, 3214 VN Zuidland
Telefoon 0181 - 451201 b.g.g 453019

*Kaasproeverij
de Winter*



Niets is ons te dwaas,
bij Kaasproeverij de Winter
koopt u de lekkerste
binnenlandse en
buitenlandse kaas.
En ook voor een nootje bij
een glaasje wijn, moet u bij
Kaasproeverij de Winter zijn.

P.J. Oudweg 30, 3214 XN Zuidland, Tel. 0181-453007

 **A. van Nielen**
'Groentechniek'
Uw adres voor de tuin

- * Tuinplanten
- * Eenjarige planten / groenteplanten
- * Meststoffen
- * Potgrond / bemeste tuinaarde
- * Straatwerk
- * Aanleg en onderhoud van tuinen
- * Snoeiwerk

Langeweg 2 e, Zuidland, Telefoon 452287



Woonstichting De Zes Kernen verhuurt 1.350 woningen
in de 'groene' gemeente Bernisse. Hiermee is De Zes
Kernen de belangrijkste verhuurder in de gemeente
Bernisse.
Dit gebied omvat de pittoreske dorpen Abbenbroek,
Geervliet, Heenvliet, Oudenhorn, Simonshaven en
Zuidland.

Het Bernissegebied heeft volop recreatieve mogelijkhe-
den. En dat alles op een steenworp afstand van stad en
strand!

 woonstichting De Zes Kernen
Buitengewoon wonen in Bernisse

Snoepwinkel Marcella

Mr. P.J Oudweg 32
3214 XN Zuidland
Tel: 45 34 49



J.G. DEN HAAN Groenten & Fruit

Voor de allerbeste kwaliteit



Iedere woensdag op de markt in Zuidland

MissTiek

Damesmode

Eigentijdse damesmode tot maat 52
Verlorenkost 3 3214 CV Zuidland tel.0181-452603
Openingstijden: woe-vrij 9:30-12:30 en 13:30-17.00
Za 9:30-16:00

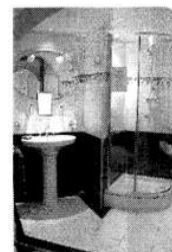
KEUKENS - BADKAMERS - TEGELS - BOUWMATERIALEN

Kortom alles wat U voor bouw of verbouw nodig hebt
vindt U "scherp" geprijsd bij:



Kerkweg 9 - Zuidland - 0181-451203
www.vannoortzuidland.nl

Openingstijden: 8.00 - 17.00 uur
Zaterdags: 8.30 - 16.00 uur
De showroom is op maandag gesloten.



Gilde Slagerij Hoogendoorn



Mr P J Oudweg 38
3214XN Zuidland
Tel: 0181-451470



Aannemersbedrijf
Van der Bom & Breevaart b.v.



- * Nieuwbouw, Verbouwing renovatie en restauratie
- * Schoorsteenvegen
- * Alles voor de doe-het-zever
- * Levering van alle dakpannen
- * Voegwerken

☎ 0181 - 66 14 19 / 66 26 68

Tolstraat 4, Geervliet
Telefax 0181 - 663958, Autotelefoon 06-53372278



Voor uw Taxivervoer BEL U
24 uur, 7 Dagen, per Week

0181-451307

**NU OOK MINIBUS MET AIRCO VOOR 19 PERSONEN
UW AUTO WASSEN ZONDER ZEMEN EN TOCH VLEKVIJ.**

ONS ADRES LANGEWEG 2b, 3214LJ ZUIDLAND

GEZOND BEWEGEN



Toen ik dinsdagmorgen de sportzaal bij Sjon van der Spek betrad, was ik verrast te zien dat

ongeveer negen mensen gevolg hadden gegeven aan de oproep om te gaan sporten. Als ex-sportleraar werd ik daar helemaal vrolijk van.

BEWEGEN IS ZO BELANGRIJK!

We ontkomen er niet aan dat we te maken krijgen met een slijtage van het organisme. Gelukkig is tegenwoordig de opvatting dat men moet bewegen. Maar... daar gaat het dikwijls fout! Ineens zien we veel mensen als een wereldkampioen hardlopen of op een racefiets als een idioot voorbij scheuren.

LANGZAAM BEGINNEN

Nee dus, dat is niet de bedoeling. Uw lichaam (spieren, longen, hart en bloedvaten) moet wennen aan inspanning, langzaam beginnen en geleidelijk opvoeren, maar.....nooit verder dan tot wanneer het lichaam "het is genoeg zegt", het geeft zelf de grenzen aan en luister daar dan ook naar. Op den duur voelt u zich fitter en heeft u meer energie.

ER ZIJN VELE MOGELIJKHEDEN

U kunt bijvoorbeeld wandelen, zwemmen, fietsen of meedoen met het tv-programma *Nederland Beweegt*. Er zijn nog veel meer mogelijkheden te bedenken.

EEN MISVERSTAND

Veel vrouwen zeggen: "ik doe genoeg beweging in het huishouden". Daar zit wat in, maar is te eenzijdig. In Heenvliet hebben we de mogelijkheid om al onze

onderdelen en spieren (onder de professionele leiding van Sijou, zijn Chinese naam, en Helene) in vorm te houden. Ga nooit zover dat u zich uitgeput of ongemakkelijk voelt na het sporten. Het gaat om het in stand houden of verbeteren van de lichamelijke functies, niets anders.

WAT DOET BEWEGEN MET U?

Heel veel, en dat is niet mis. Verbeterde bloeddruk, overgewicht, cholesterol, minder kans op suikerziekte, hart- en vaatziekten en... *Let op dames*, een mooiere huid, want de huid is de spiegel van de toestand van het lichaam. Maar ook gewrichts-, nek- en rugklachten (in het begin is dat moeilijk maar geleidelijk aan wordt het beter) botontkalking en artrose.

EEN BEETJE SPIERPIJN in het begin is niet erg, dat is normaal. Wanneer ik in de zaal ben, vraag ik de ouderen waarom ze sporten en of ze vroeger klachten hadden en er iets verbeterd is. Ongelooflijk, bij iedereen zijn de (meestal) gewrichts-klachten verbeterd. Is dat niet geweldig!

BELANGRIJK Sporten kan medicijngebruik doen verminderen of zelfs vervangen.

ADVIES: liever drie keer per week een half uur dan een keer per week twee uur. Het laatste zet nauwelijks zoden aan de dijk. De sportzaal in Heenvliet is voor iedereen bereikbaar, u hoeft er geen afstanden voor te rijden (of ga lopen).



TIP: pak de fiets of ga te voet naar Appie Hein in plaats van de auto te nemen. Ik eindig met de internationale turnerslogan:

Mens Sana In Corpore Sano

(een gezonde geest in een gezond lichaam) Tot ziens in de sportzaal en denk ook aan uw voeding.

Henny Lemans



Bestuur

Jannie Valk	voorzitter
Martin Pellegrom	penningmeester
Henny van der Valk	secretaris
Mies de Vries	algemeen lid
Henny Lemans	algemeen lid
Herman Scholte	algemeen lid

tel. 0181- 665178
tel. 0181-661216
tel. 0181-661445
tel. 0181-663876
tel. 0181-662902
tel. 0181-665499

Activiteitencommissie

Jannie Valk
Truus Hoffmann
Mies de Vries
Mathieu Bisschops
Cok Hassels
Carla Meijboom
Paula Eijs
Trudy Engelsman

Bingo

Bets van Bodegom
Martin Pellegrom
Tiny Zuur
Mieke Holtrop

Nieuwsbrief

Henny van der Valk

Ledenadministratie

Paula Eijs

Commissie Lief en Leed

Carla Meijboom

BELANGRIJKE ADRESSEN

De GEMEENTE NISSEWAARD werkt
alleen op afspraak. U kunt vanaf
een afspraak maken
via www.nissewaard.nl
of telefonisch via 14 0181.

Ouderenadviseur
Mevrouw Y. Tjung
Tel. 0181-696700

WMO loket
tel. 0181 – 696700

Zorglijn Careyn
24 uur bereikbaar
tel. 088-1239988

ANBO afd. Bernisse
[www. ANBO/bernisse](http://www.ANBO/bernisse)

Service Bureau Ouderen
Driesprong 3
3214 DA Zuidland
tel. 0181 – 452238

INSCHRIJFFORMULIER

Naam

Geboortedatum

Voorletters

Adres

Postcode

Woonplaats

Telefoonnummer

IBAN Banknummer

E-mail

Handtekening

Datum:

Sturen naar ANBO, ledenadministratie, Hugo van Voorneweg 6, 3218 VG Heenvliet