



*Belangenvereniging voor senioren sinds 23 oktober 1982*

# BULLETIN

## Februari 2026



**Secretaris:** Annemieke Ester 0320 - 22 29 85  
**Postadres:** KBO Lelystad, Beukenhof 256, 8212 EE Lelystad  
**E-Mail:** [annemieke.ester@outlook.com](mailto:annemieke.ester@outlook.com)  
**Website:** [www.kbo-flevoland.nl/lelystad](http://www.kbo-flevoland.nl/lelystad)  
**KVK-nummer:** 50902121

Het Bulletin van maart verschijnt op 25 februari

## Contact Informatie

|                                    |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                    |
|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Voorzitter                         | <b>Vacature</b><br><b>Interim Piet Groen</b>                                                                                                                                  | 0320 - <b>25 88 60</b><br><a href="mailto:activiteitenkbolelystad@gmail.com">activiteitenkbolelystad@gmail.com</a> |
| Secretaris                         | <b>Annemieke Ester</b>                                                                                                                                                        | 0320 - <b>22 29 85</b><br><a href="mailto:annemieke.ester@outlook.com">annemieke.ester@outlook.com</a>             |
| Postadres                          | <b>KBO Lelystad</b>                                                                                                                                                           | <b>Beukenhof 256 8212 EE Lelystad</b>                                                                              |
| Penningmeester                     | <b>Juan Dirksz</b>                                                                                                                                                            | 0320 - <b>25 86 99</b><br><a href="mailto:j.dirksz@upcmail.nl">j.dirksz@upcmail.nl</a>                             |
| Lief en Leed                       | <b>Hanneke Bakker</b>                                                                                                                                                         |                                                                                                                    |
| Activiteiten                       | <b>Piet Groen</b>                                                                                                                                                             | 0320 - <b>25 88 60</b><br><a href="mailto:activiteitenkbolelystad@gmail.com">activiteitenkbolelystad@gmail.com</a> |
| Communicatie                       | <b>Vacature</b>                                                                                                                                                               |                                                                                                                    |
| <b>Ondersteuning</b>               |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                    |
| SOOS op maandagmiddag              | <b>Koos de Groot</b>                                                                                                                                                          | <b>0320 - 25 08 77</b>                                                                                             |
| Ledenadministratie                 | <b>Onno Rutte</b>                                                                                                                                                             | <a href="mailto:orutte@gmail.com">orutte@gmail.com</a>                                                             |
| Belastingen & Toeslagen            | <b>Jaap Broskij</b><br><b>Gerhard Visschedijk</b><br><b>Piet Groen</b>                                                                                                        | Voor nieuwe leden                                                                                                  |
| Webbeheerder                       | <b>Michiel de Graaff</b>                                                                                                                                                      | <a href="mailto:michiel020@hotmail.com">michiel020@hotmail.com</a>                                                 |
| Geestelijk adviseur                | <b>Anne-Marie Swater</b>                                                                                                                                                      |                                                                                                                    |
| <b>Website</b>                     | <a href="http://www.kbo-flevoland.nl/lelystad">www.kbo-flevoland.nl/lelystad</a>                                                                                              |                                                                                                                    |
| <b>Bankrekening</b>                | <b>NL86 RABO 0186 7296 18 t.n.v. KBO Lelystad</b><br>Het lidmaatschap voor het hele jaar 2026 is € 30,00 per lid<br>KBO Lelystad is, als afdeling van KBO Flevoland, een ANBI |                                                                                                                    |
| <b>Collectieve Zorgverzekering</b> | Zilveren Kruis, tel. <b>071 - 751 0052</b><br>Collectiviteitsnr. 207 088 614                                                                                                  |                                                                                                                    |



Wonen



Welzijn en Zorg



Veiligheid



Koopkracht



Digitalisering



Zingeving

### Colofon

Het Bulletin is een uitgave van KBO-Lelystad in een oplage van 325 exemplaren. Met het landelijke 'ONS magazine voor senioren' wordt het Bulletin 11x per jaar bezorgd bij onze leden en relaties. Leden en relaties met een e-mailadres in onze ledenadministratie ontvangen het Bulletin met de Digitale Nieuwsbrief ook per mail.

Redactie en vormgeving: Piet Groen

Aanspreekpunt voor de bezorging: Jan Hart, tel. 06 - 182 159 74

| Inhoud                               |   | Van de bestuurstafel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Agenda                                                                                                           |
|--------------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Contact Informatie                   | 2 | Traditioneel wensen wij, in de eerste editie van het Bulletin in het nieuwe jaar, onze leden met hun naasten en onze relaties                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Februari</b>                                                                                                  |
| Bestuurstafel                        | 3 | <b>Een gezond en zorgeloos 2026 vol geluk, gezelligheid en warme vriendschap met elkaar.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3 OV-inloopspreekuur<br>Flevomeer Bibliotheek<br>De Promesse 4<br>van 10.00 – 12.00 uur                          |
| Rijbewijs-keuringen                  | 4 | In de eerste bestuursvergadering van dit jaar, op 14 januari, evalueerden we de activiteiten die wij in december hebben georganiseerd. Eén daarvan was de nieuwjaarsreceptie. Die kon door de sneeuwval helaas niet doorgaan. Bestellingen daarvoor konden gelukkig nog worden geannuleerd.                                                                       | 18 Valpreventie                                                                                                  |
| Van de penningmeester                | 4 | Onze ledenadministratie is tot eind 2025 bijgewerkt, met dank aan Onno Rutte. Dat is belangrijk omdat we in januari de afdracht per lid aan KBO-Flevoland doen.                                                                                                                                                                                                   | 23 OV-inloopspreekuur<br>Wijkcentrum Atolplaza<br>Schor 1,<br>van 10.00 – 11.30 uur                              |
| Valpreventie                         | 5 | <b>Activiteiten</b><br>Op <b>18 februari</b> geeft een deskundige voorlichting hoe vallen te voorkomen; zeker voor senioren belangrijk omdat een val grote gevolgen kan hebben voor de verdere levenskwaliteit.                                                                                                                                                   | 28 Politiek café in de Dukdalf                                                                                   |
| Lief en Leed-wijken zonder beheerder | 5 | Op <b>zaterdag 28 februari</b> van 14.00 tot 16.00 uur organiseert het OSOL een politiek café in de Dukdalf. De lijsttrekkers van de politieke partijen worden aan de tand worden gevoeld over hun plannen voor o.a. wonen en leefomgeving, gezondheid en zorg en dienstverlening en eenzaamheid. Het programma komt in het volgende Bulletin en in de Flevopost. | <b>Maart</b>                                                                                                     |
| Passend lezen                        | 6 | Op <b>22 april</b> organiseren we een workshop om uw brein aan het werk te zetten en natuurlijk weer de Koningsdag-viering in de kerk op <b>maandag 27 april</b> .                                                                                                                                                                                                | 1 'Als de dag van toen' in het Agora Theater. Een nostalgische muziekvoorstelling. Meer hierover op onze website |
| Nieuws uit de afdeling               | 7 | <b>Lief en Leed</b><br>Door overlijden of hoge leeftijd worden een aantal wijken niet meer beheerd. Welke wijken dit zijn staat op pagina 5 van dit Bulletin.                                                                                                                                                                                                     | 25 Algemene Leden Vergadering en aansluitend Bingo                                                               |
| Belangrijke telefoonnummers          | 8 | Piet Groen, interim-voorzitter                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>April</b>                                                                                                     |
|                                      |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 22 Workshop Breinfit                                                                                             |
|                                      |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 27 Koningsdag-viering in de kerk                                                                                 |
|                                      |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Mei</b>                                                                                                       |
|                                      |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 13 Dagtocht Smokkelen langs de Berkel<br>(in een komend Bulletin volgt hier meer informatie over).               |

## Rijbewijskeuringen in Lelystad

In Lelystad zijn verschillende medische keuringsorganisaties actief en de kosten variëren van € 60 tot € 80. Bij sommigen krijgt u korting als KBO-lid. Ook zijn er zorgverzekeringen die de keuringskosten gedeeltelijk vergoeden. U moet voor de keuring een afspraak maken.



De totale kosten voor de gezondheidsverklaring van het CBR, de medische keuring door een arts, een recente pasfoto en de gemeente Lelystad zijn momenteel meer dan € 150. Onderstaand enkele van de vele keuringsorganisaties.

|                                                                                                                                           |                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Buurtcentrum de Brink, Griend 33-07<br><a href="http://www.regelzorg.nl">www.regelzorg.nl</a><br>Telefoon: 088 - 23 23 300                | Wijkcentrum Zuiderzee, Waddenlaan 1<br><a href="http://www.rijbewijskeuringsarts.nl">www.rijbewijskeuringsarts.nl</a><br>Telefoon: 085 - 01 80 800 |
| Buurtcentrum de Brink, Griend 33-07<br><a href="http://www.goedkopekeuringen.nl">www.goedkopekeuringen.nl</a><br>Telefoon 085 - 48 83 616 | Het Ravelijn 1, Lelystad<br><a href="http://www.rijbewijsdokter.nl">www.rijbewijsdokter.nl</a><br>Telefoon: 085 - 20 87 688                        |
| Wijkcentrum De Dulkdalf, Punter 35-27<br><a href="http://www.keuringarts.nl">www.keuringarts.nl</a><br>Telefoon: 085 - 13 09 699          |                                                                                                                                                    |

## Van de penningmeester: Contributie 2026



Eind februari wordt de contributie 2026 geïnd. Het bedrag van € **30,-** per lid wordt geïnd bij alle leden die een machtiging voor automatische incasso hebben afgegeven.

De overige leden vragen wij dit bedrag vóór 1 maart 2026 over te maken op bankrekening  
**NL86 RABO 0186 7296 18 t.n.v. KBO Lelystad**  
onder vermelding van uw **naam** en **contributie 2026**.

### Advertentie

Vlagtwedde ligt in de provincie Groningen bij de historische vesting Bourtange, tegen de Duitse grens.

Huisje '**Weestevree**' met eigen aanlegsteiger ligt in een vakantiepark rondom het Emslandermeer. De stad Groningen is van hieruit per boot bereikbaar.

Het park heeft een restaurant, sauna, binnenzwembad, golfbaan, minigolf, boten verhuur, water attributen en u kunt er vissen.

Over de grens ligt het dorp en bedevaartsoord Heede met zijn 1000-jarige linde. Even verder aan de rivier de Eems (*duits Ems*) liggen Papenburg, waar op de Meyer Werft de grootste cruiseschepen ter wereld worden gebouwd en Haren en Meppen in het Emsland en Leer in Oost-Friesland.





### VALPREVENTIE



Ouder worden brengt veranderingen met zich mee, maar dat betekent niet dat je grip hoeft te verliezen op je gezondheid en veiligheid.

Juist door bewust bezig te zijn met je lichaam en leefomgeving kun je veel risico's verkleinen.

Eén van de belangrijkste aandachtspunten is het voorkomen van vallen.

Want een val kan grote gevolgen hebben, ook als je je nog fit voelt.

Gelukkig zijn er slimme manieren om je balans, kracht en zelfvertrouwen te versterken.

Lezing door Merel Schouten, Geriatriesch fysiotherapeute

**Woensdag 18 februari 14:00 – 15:30 uur in de Petruskerk**

Kosten voor zaalhuur en koffie/thee 3 Euro.

## Lief en Leed-wijken zonder beheerder

Kempenaar 17 adressen

Buitenplaats en Delta, 6 adressen

Parkhaven en Duinvoet, 5 adressen

Bongerd, Haf en Hofstede, 9 adressen

Damrif, Fjord en Klif, 6 adressen



Als u belangstelling om Lief en Leed te beheren in een van deze wijken, vraag dan informatie voor dit dankbare werk aan bij:

Hanneke Bakker tel. **06 - 50 91 17 77**



**Plus Postma**

**Botter 44 31  
8243 JE Lelystad  
Tel. 0320 - 251849**

**Openingtijden:  
ma t/m za:  
07.30 - 21.00  
zondag:  
09.00 - 21.00**

**gratis parkeren.**

**PLUS Express:  
over 2 uur op  
jouw adres.**

Bij PLUS kun je je boodschappen online bestellen. Dat is al handig. Maar helemaal handig is PLUS Express: daarmee heb je alles 2 uur later al in huis. Want de boodschappen worden bezorgd door je eigen PLUS.

Dus ben je iets vergeten of blijft iedereen toch ineens eten? Bestel alles wat je nodig hebt online en kies voor PLUS Express.

Kijk in de PLUS app of op [plus.nl](https://plus.nl).

**PLUS**



Lezen verrijkt het leven, ook als je zicht achteruitgaat. Dankzij de diensten van Passend Lezen kan iedereen blijven genieten van boeken, kranten en tijdschriften op een manier die het beste past.

Met de landelijke campagne **'Blijf lezen'** willen we laten zien dat niemand hoeft te stoppen met lezen, dat er altijd een manier is om te blijven lezen en dat je het plezier van verhalen nooit kwijt hoeft te raken.

Misschien heeft u ons wel gezien de afgelopen tijd op tv, radio en in kranten en tijdschriften. Om zoveel mogelijk mensen te bereiken, hebben we jouw hulp nodig. Want samen kunnen we meer mensen laten ontdekken dat er altijd een oplossing is om te blijven lezen.

### **Passend lezen kan ook voor onze leden een uitkomst zijn!**

Binnenkort geven we meerdere webinars over dit onderwerp. Hierin vertellen we over de producten en diensten die we aanbieden en geven we praktische tips hoe mensen gebruik kunnen maken van onze gesproken boeken, kranten en tijdschriften.

### **Wat zou je kunnen doen?**

Neem deel aan een van de gratis webinars, zie: <https://nieuw.passendlezen.nl/webinar>

# ORTHO DESIGN

ORTHOPEDISCHE SCHOENTECHNIEK

**“de orthopedische  
maatschoenmakerij waar  
u zich thuis voelt”**

**Wij zijn gespecialiseerd in**  
steunzolen - sportzolen  
orthopedische schoenen  
semi-orthopedische schoenen  
verbandsschoenen - werkschoenen  
voorlopige orthopedische schoenen  
orthopedische voorzieningen aan confectieschoenen

Afspraken zijn ook mogelijk in Almere en Zwolle

Kolkweg 20-16 Lelystad 0320-261552 [www.orthodesign.nl](http://www.orthodesign.nl)

klant-  
waardering  
**9.4**

## Onze zieken



Al onze zieken wensen wij  
veel sterkte en een spoedig herstel.

## Onze overledenen

Op 19 december 2025 is, enkele weken na het plotseling overlijden van haar dochter, ons lid **mevrouw A. Duistermaat** overleden op de leeftijd van 75 jaar. Zij was de laatste jaren actief voor onze werkgroep activiteiten.

Op 15 januari 2026 is ons lid **de heer J.R. Lichtenberg** overleden op de leeftijd van 90 jaar.



**WIJ WENSEN AL DE NAASTEN HEEL VEEL STERKTE**



**Nabestaandenzorg  
& Advies Flevoland**



**Wilko Knol**  
06-201 53 168



**Baukjen Anema**  
06- 222 24 071

✉ [info@nbzf.nl](mailto:info@nbzf.nl)  
🌐 [www.nbzf.nl](http://www.nbzf.nl)

**Voor begeleiding bij het opstellen van:**

Levenstestament

Testament

**Voor het inzetten als:**

Levensexecuteur

Executeur / Vereffenaar

Nalatenschap afhandeling

Toezichthouder

voor nu en later!

# Belangrijke telefoonnummers

**Brandweer: Geen spoed tel. 0900 – 0904**  
**voor spoed belt u 112**

**Gemeente Lelystad tel. 14 - 0320**

U krijgt een keuzemenu te horen om uw keuze te maken



**Huisartsenspoedpost Lelystad tel. 085 – 079 1879 (het 0900 nummer vervalt)**  
**Op werkdagen** van 17.00 uur tot 08.00 uur de volgende dag  
**In de weekenden** als u een arts nodig heeft

**Hulpmiddelen uitleenpunten**

- Medipoint tel. 088 - 10 20 100
- Vegro tel. 0800 - 28 87 766
- Kersten Hulpmiddelen tel. 088 - 00 09 488

**IDO Inloophuizen, schuldhulpverlening en maaltijden**

- Inloophuis Waterwijk, Oostzeestraat 7-11 tel. 0320 - 25 24 50
- Inloophuis Open Haven, Fjord 135 tel. 0320 - 28 04 00
- Inloophuis De Dukdalf, Punter 35-27 tel. 0320 - 74 57 79

**Kluswinkel tel. 0320 - 23 18 21**

**Luisterlijn tel. 088 - 07 67 000**

**Maatschappelijke Dienst Flevoland (MDF) tel. 0320 - 21 17 00**

**Nabestaandenzorg Flevoland**

tel. 06 - 20 15 31 68 of 06 - 22 22 40 71

**Politie tel. 0900 - 88 44**

Dag en nacht voor **algemene zaken** en meldingen die geen spoed hebben

**Voor spoed en heterdaad belt u 112**

**Resto van Harte reserveren tel. 0900 - 900 3030**

**Seniorenpastoraat tel. 0320 - 25 00 10**

**SOOS op maandag Koos de Groot tel. 0320 - 25 08 77**

**Sportbedrijf Lelystad tel. 06 - 12 59 07 33**

**Welzijn Lelystad tel. 0320 - 70 71 59**

**Het is verstandig bij uw telefoon een lijstje te hebben met voor u belangrijke telefoonnummers**

- denk hierbij aan familieleden, huisarts, apotheek
- verzekeringen met polisnummers
- vrienden en bekenden
- .....
- .....