



DE KOERIER

Nieuwsbrief 8

november 2023

Deze Maand:

2 x Wandelen

KBO-PCOB
Contactmiddag

2 x Koffieochtend
Openbaar Vervoer
Sinterklaas



Functie van ons ledenblad

Als redactie worden we soms met vragen geconfronteerd waar we niet meteen zelf een antwoord op willen of kunnen geven. We stellen gewoonlijk in onze nieuwsbrief dingen aan de orde die actueel zijn voor senioren. De belangrijkste informatie betreft de aankondiging van bijeenkomsten waar we elkaar kunnen ontmoeten, kunnen ontspannen, van gedachten kunnen wisselen en ook regelmatig iets kunnen vieren. We willen verbinding organiseren tussen senioren en ook soms dreigend isolement voorkomen. De vraag rijst of dat altijd in KBO of PCOB verband moet, of dat we ook ruimte moeten maken voor persoonlijker verbindingen.



Wat te denken van oproepen als:

- Wie wil er met mij op reis naar ...
- Wie wil met mij een dagje winkelen
- Zijn er kaartmaatjes voor mij?
- Ik zoek een danspartner.

We denken dat we geen bemiddelingsbureau moeten worden, maar ruimte voor een persoonlijke oproep met naam en toenaam kunnen we misschien wel maken.

Ook de mogelijkheden om kennis te vergaren in onze stad, waardoor we als oudere generatie mee kunnen blijven doen in de samenleving vinden we belangrijk.

Met name de digitale ontwikkelingen gaan zo snel en dringen zo ver door in de samenleving dat je met de kennis uit je werkzame leven vaak hopeloos te kort schiet en geïsoleerd dreigt te raken. De bibliotheek is de plaats die van de overbrugging van de digitale kloof een belangrijke nieuw aandachtsveld heeft gemaakt.

Je kunt er ook als je geen lid bent vaak terecht voor gratis cursussen Digid-gebruik, tabletkennis en ze hebben spreekuren waarbij je geholpen wordt met de invulling van digitale formulieren.



In de bieb worden ook computer-cursussen gegeven door Seniorweb, waar u als KBO of PCOB lid met korting aan kunt deelnemen.

De redactie wil u ook graag wijzen op voor ons belangrijke informatie die diverse instanties publiceren. Denk bijv. aan uw zorgverzekeraar of uw bank.

IkWoonLeefZorg van Rabobank/Interpolis is een zeer interessante nieuwsbrief.

BESTUURSPRAAT

Het geweld op aarde blijft maar doorgaan en neemt zelfs toe. Dat geldt niet alleen voor natuurgeweld (steeds weer nieuwe aardbevingen, overstromingen e.d.) maar ook voor het geweld tussen mensen, zowel individueel (ook in Nederland: schiet- en steekincidenten) En bomaanslagen zijn welhaast aan de orde van de dag. Met als recent dieptepunt opnieuw ingrijpende gewelddadigheden tussen Palestijnen en Israël. En zoals altijd in die gebieden gaat het “oog om oog, tand om tand” met doelgerichte aanvallen op burgers waardoor er duizenden doden en gewonden vallen, plus enorme vernielingen van huizen, infrastructuur en voedselvoorziening.

Wat leven wij in West-Europa toch in een relatief veilig, rustig deel van de wereld! Maar realiseren wij ons dat wel voldoende? Natuurlijk, misstanden op allerlei gebied komen ook in ons land voor en er zijn ook in Nederland heel wat mensen, zeker ook senioren, die door beperkte financiële mogelijkheden, door ziekte of handicap, door overlijden van dierbaren of andere trieste omstandigheden zo door verdriet of zorgen in beslag worden genomen dat zij zich bepaald niet gelukkig of gezegend voelen. En dat is heel begrijpelijk. Maar, zeker nu er verkiezingen in zicht zijn, stapelen zich overal in het land de klaagzangen over een veelheid aan kennelijke tekortkomingen op en wordt de roep om meer welvaart in het algemeen en voor handenvol zich aandienende doelgroepen in het bijzonder alom sterker. Vooruit, klagen en eisen maar.

Nou ja, dat hoort er nu eenmaal bij, het realiteitsgehalte doet er niet toe nietwaar. Als we ons er maar terdege van bewust blijven dat de meesten onder ons alle reden hebben om dankbaar door het leven te gaan.

Dat ontslaat ons overigens niet van de Bijbelse opdracht om naar elkaar om te zien, in het bijzonder naar onze medemens die het moeilijk hebben en op enigerlei wijze “in de knel” zitten. Maar sowieso is het goed om open oog voor anderen te hebben en elkaar aandacht te schenken; ook binnen onze KBO-PCOB kunnen we dat, ieder binnen de eigen mogelijkheden, in de praktijk brengen.

En dat gebeurt gelukkig ook: het is fijn te zien hoe geanimeerd de onderlinge contacten tijdens de diverse activiteiten zijn!

Met een hartelijke groet,

Paul Hoogendoorn
voorzitter PCOB Hengelo



SENIOREN OMBUDSMAN GEWENST

Bij problemen van burgers met de overheid kan de Nationale ombudsman bemiddelen. Kinderen kunnen daarvoor terecht bij de Kinderombudsman en veteranen bij de Veteranenombudsman. Senioren Netwerk Nederland vindt dat er ook een Seniorenombudsman moet komen. Ouderen die zich inzetten als vrijwilliger of mantelzorger ervaren namelijk vaak een kloof met de overheid. Reinier van Zutphen, Nationaal Ombudsman, reageert positief. Senioren Netwerk Nederland roept alle politieke partijen op om de aanstelling van een Seniorenombudsman op te nemen in hun verkiezingsprogramma.

STEEDS MEER OUDEREN VALLEN

Jaarlijks komen 117.000 65-plussers door een val op de spoedeisende hulp (SEH). Dat is 11 procent meer dan vorig jaar. De meeste 65-plussers vallen in en om het huis. En meer dan de helft van de mensen die daar voor naar het ziekenhuis moeten, heeft een botbreuk opgelopen. Bij ongeveer één op de vijf gevallen gaat het zelfs om ernstig hersenletsel. De gevolgen zijn groot en het voorkomen van valongevallen is daarmee noodzakelijk. Sinds begin dit jaar zijn gemeenten verplicht om geld te besteden aan valpreventie. Dat is afgesproken in het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) dat gemeenten, GGD's, zorgverzekeraars en het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport hebben gesloten. Praktisch betekent deze afspraak dat jaarlijks 3 procent van de 65-plussers moet deelnemen aan een beweegprogramma.

3% OVERHEIDSSITES TOEGANKELIJK

Drie jaar nadat alle overheden moeten voldoen aan het Besluit Digitale Toegankelijkheid Overheid is slechts 3% van de overheidswebsites volledig toegankelijk. 15% van de websites is gedeeltelijk toegankelijk. Dat zijn zorgelijke uitkomsten, want hierdoor kunnen veel mensen met een beperking hun zaken niet zelfstandig regelen bij de overheid. Staatssecretaris Van Huffelen roept iedereen in het netwerk voor mensen met een beperking of chronische ziekte op om het toezicht op de naleving van de wet nu eindelijk goed te regelen.



VIDEOBELLEN MET BELASTINGDIENST

Sinds begin oktober is het mogelijk om te videobellen met de Belastingdienst. Naast langskomen op het belasting-kantoor, bellen of online contact, wil de Belastingdienst op deze manier de bereikbaarheid vergroten. Wie hulp nodig heeft bij het invullen van de jaarlijkse belastingaangifte of bij het aanvragen van zorg- of huurtoeslag of een betalingsregeling, kan voortaan zelf een video-belafpraak inplannen met de Belastingdienst.

Overigens, uw Hengelose KBO-PCOB Huba-medewerker helpt U al vele jaren.

FIETSEN EN WANDELEN



Het fietsseizoen zit erop.

Het was zeker een succes. Geleidelijk aan zetten ook PCOB-leden de stap naar deelname aan deze van oorsprong KBO-fiets(mid)dagen. We telden regelmatig een groep van 20 deelnemers, die in tochten tot ongeveer 40 km. alle windrichtingen van Twente verkenden. Dank zij de opkomst van de E-bike en de koffie- en rustpauzes kunnen veel senioren de tochten volbrengen. Voor de veiligheid is een groeps grootte van ± 20 deelnemers wel het maximale.

In april 2024 willen we het fietsprogramma weer opstarten.

Als er onder de KBO- en PCOB- leden zijn die interesse en ervaring hebben in het organiseren van één tocht, dan ontvangt de redactie graag uw reactie.

De organiserende senioren groep stelt enig nieuw organisatiebloed zeer op prijs.



Het wandelen willen we, als de weersomstandigheden geen spelbreker zijn, graag alle maanden van het jaar volhouden.

De eerste dinsdagmiddag en de derde zondagmiddag in de maand reserveren we gewoonlijk voor de uitstapjes.

Zondags blijven ze royaal onder de 5 km. en op dinsdagmiddag is dat gewoonlijk het maximum.

Het is voor veel mensen fijn als ze soms de vier muren van het huis achter zich kunnen laten en andere mensen kunnen ontmoeten

tijdens een uurtje bewegen in de frisse buitenlucht. Loopt U mee?

Durf de stap te zetten en zorg ervoor dat de wandelmiddagen blijven.

Dinsdag 7 november 13.30 u.

Start: Koepelkerk, Joseph Haydnlaan

Aanmelden bij:

J. Engberink t. 074-277 21 23 of

J. v.h. Bolscher t. 074-277 77 71

Zondag 12 november 13.30 u.

Start: Schouwburg Hengelo

We gaan wandelen in Hengelo 's buitengebied en na een uurtje genieten van een kopje koffie of een drankje.

Aanmelden vr. en za. ± 18.00 u. bij

Tonny Elferink. t. 06 - 3765 7697

JAARLIJKSE CONTACTMIDDAG KBO-PCOB - 16 NOVEMBER 14.00 u.

't Schöpke, Waarbekenweg 23. Inloop vanaf 13.30 uur.

De besturen van KBO en PCOB Hengelo nodigen u graag uit voor een boeiende gezamenlijke contactmiddag.

Oud burgermeester Franck Kerckhaert en zijn reisgenoot Friedus Jonkman komen vertellen over hun ervaringen tijdens hun pelgrimstochten per fiets naar Santiago de Compostella en Lourdes.



Deelname is gratis. We zijn dankbaar voor uw vrijwillige bijdrage.

Opgave KBO: Conny Fahrendorf, tel. 2428809. rond 18.00 uur.

PCOB: Christa Koolenbrander, tel 2916750, e-mail jbk.eci@ziggo.nl



2 x KOFFIEOCHTEND

't Schöpke, 2 november 10.00 u.

Deze morgen zijn er twee OV-ambassadeurs te gast om aandacht te vragen voor het in ontwikkeling zijnde Openbaar Vervoer.

Er kunnen ook niet KBO-PCOB-leden komen, die op een perspublicatie reageren.



De provincies Overijssel, Flevoland en Gelderland vinden het belangrijk dat senioren zo lang mogelijk zelfstandig kunnen reizen.

Daarom maken zij het in alle gemeenten mogelijk dat OV-ambassadeurs voorlichting geven. Zij presenteren onder andere de OV-chipkaart, tarieven en abonnementen, het plannen van een reis en het in- en uitchecken bij diverse vervoerders.

Ook verstrekken zij informatiemateriaal en beantwoorden uw vragen.

Aanmelden ± 18.00 uur, bij:

Conny Fahrendorf, tel 242 88 09

't Schöpke, 30 november 10.00 u.

Onze tweede koffieochtend staat in het teken van uw herinneringen aan Sinterklaas.



Ook hiervoor geldt opgave bij voorkeur rond 18.00 u. bij

Conny Fahrendorf, tel 242 88 09.

ONTMOETING NIEUWE LEDEN

't Schöpke, 28 november 10 – 12.00 u.

Er is een speciale bijeenkomst die het KBO-bestuur belegt voor nieuwe leden. Dit organiseren we om de twee jaar voor de groep die zich in deze periode bij de KBO Hengelo heeft aangemeld.

Zij krijgen informatie over de organisatie van de KBO, de landelijke en provinciale verbindingen en ledenaanbiedingen en over onze lokale activiteiten.

Voor deze bijeenkomst krijgen ze een persoonlijke uitnodiging.



WEBSITE KBO-HENGELO IS ER



Na het uiteenvallen van de Unie KBO-PCOB moest KBO Overijssel een nieuwe internetstructuur opzetten. Die is al enige tijd in de lucht. Sinds 10 oktober is er ook plaats voor onze lokale website. Die kunt u openen met de volgende link:

www.hengelo.kbo-overijssel.nl

Voorlopig vindt u er enige algemene informatie en onder de rubriek **nieuws** kunt u de laatste Koerier digitaal nalezen. (Voor als u de gedrukte versie kwijt zou zijn).

Donderdag 7 december 14.00 - 16.30 u.

De PCOB-Kerstmiddag is dit jaar wat vroeg. Het bestuur is heel blij, dat mw. Jeanne van der Stappen heeft toegezegd deze middag het programma te zullen verzorgen.

Thema: "De herdertjes lagen bij nachte ". Mw. v.d. Stappen zal op haar bekende wijze beelden laten zien en hierbij toelichting geven. Kortom: Het wordt een fijne middag.

Noteert u de datum vast !



Vrijdag 22 december

Dan organiseert de KBO een kerstconcert in de Thaborkerk.

Het optreden wordt verzorgd door het koor Vocal Harmony.

Aanvang 14.00 uur, inloop vanaf 13.30 uur.

In de volgende nieuwsbrief volgt nadere informatie.

Het bestuur van onze PCOB afdeling heeft besloten de contributie voor 2024 niet te verhogen.

De bedragen blijven dus gelijk aan de bedragen van dit jaar, t.w. € 31,50 voor een eenpersoonshuishouden en € 51,-- voor een tweepersoonshuishouden.

Zoals bekend is in de loop van 2023 de acceptgiro afgeschaft. In de plaats daarvan ontvangt u t.z.t. een brief waarin staat hoe en wanneer de contributie voor 2024 kan worden betaald.

P.S. Op de jaarvergadering heeft ook de Hengelose KBO-ledenvergadering al besloten de contributie ongewijzigd te laten.

KERSTVIEREN BIJ DE ZUSTERS



Ouderen die niet alleen thuis willen zitten met Kerstmis kunnen bij de zusters van Denekamp in de sfeer van bezinning een gezellig

samen zijn in het gastenhuis een arrangement voor de kerstdagen boeken.

Aanmelden kan tot 1 dec. van 9-13 u.

bij de receptie van het Franciscushuis.

tel. 0541-753 256 of mail:

franciscushuis@zustersvandenekamp.nl

TERUGBLIK SEIZOENSOPENING - 21 SEPTEMBER

Bij de **PCOB** werd de seizoensopeningsmiddag geleid door dhr. Landman. Hij sprak een korte inleiding over het thema vergeten en vergeven, 70 x 7x.

Daarna kwam mw. Ingrid Steenbergen van het Natuurmuseum Piet Bos op de Holterberg aan het woord. Het gebied kwam in 1899 in beheer van Staatsbosbeheer die het aanvankelijk i.v.m. de vraag naar hout voor de mijnen, bestemde voor bosbouw. Nadien kwam er meer diversiteit in het gebied. Veel heide en andere bomen en struiken.

Mw. Steenbergen liet ons veel dia's zien van vogels en andere dieren die er leven. In het museum zijn tal van opgezette dieren te zien in de diorama's die er zijn ingericht. Ze vertelde ons ook hoe we een zomereik en een wintereik kunnen herkennen aan de stengeltjes van de gevormde eikels.

Ze toonde ons o.a. de nachtzwaluwen die jaarlijks na de winter terug komen vliegen uit Afrika waar ze overwinteren en op dezelfde plek weer komen broeden. (plm. 7000 km).

Ook de oehoes (uil), de grootste vogels in Europa met een spanwijdte van 1,90 m. doen het goed in het park. We zagen prachtige beelden van de verschillende natuurgebieden en de bewoners daarvan.

Een bezoek aan het museum zal zeker de moeite waard zijn. Zie wel eerst even op de website voor de openingstijden; <https://museumholterberg.nl/>

Dhr. Landman bedankte mw. Steenbergen voor de mooie presentatie en sloot de middag af met het gedicht:



Terugblik

*Ze hadden het niet al te breed,
Geen wit gesteven boorden
Ze waren vissers, alle twaalf,
Een volk van weinig woorden.*

*Ze hadden nog geen beeldbuis,
Geen flats, geen bungalowtje,
Ze stoeiden aan het blauwe meer
Met wankel houten bootjes.*

*Geen DC-8, geen maanraket,
Geen auto en geen koets,
Ze liepen op het witte strand
En meestal barvoets.*

*Zo leefden zij, ze hadden niets,
Geen bad, geen telefoon, geen fiets,
Maar in hun midden zat een man,
Daar hielden al die vissers van.*

*Hij zocht het niet in telefonen,
Computers of in elektronen,
Hij zocht het zonder valse schijn
In aardig voor elkaar te zijn.*

*Hij had het over ander leven,
Over vergeten en vergeven,
Over elkaar de hand toe steken
En over samen brood te breken.*

TERUGBLIK

DAG VAN DE OUDEREN 2023

Op 28 september heeft de Seniorenraad samen met de KBO en de PCOB Hengelo De "Dag van de Ouderen" georganiseerd. Het was een geslaagde middag voor de ca. 80 bezoekers.



Hans Leusenkamp, van Fysio Bruggeman, vertelde ons hoe wij moeten bewegen en wat we beslist moeten laten. Dat laatste is: blijven zitten en niets doen. Soms is dat gemakkelijker dan bewegen, maar als je lang iets niet doet is het moeilijk weer te beginnen. Dat merk je als je lang ziek bent en in bed moet blijven liggen.

Alle bewegingen worden dan zwaarder. Dhr. Leusenkamp heeft veel verteld over wat je kunt doen om fit te blijven en je gezondheid te bevorderen, zoals je leefstijl veranderen, valpreventie volgen, veilig tillen je rug en lichaam gebruiken. Sportscholen zijn goed voor ouderen, maar doe het dan in een rustig tempo.

Na de pauze (met een hapje en een drankje) liet dhr. Marinus van Rooij ons foto's van markante gebouwen in Hengelo zien. Wat heeft Hengelo onverwacht veel monumentale gebouwen.

Dagvoorzitter Jacques Dijkers bedankte de sprekers, ook de bibliotheekmedewerkers voor hun voorlichtingstafel en alle helpers van het ROC en de leden van de werkgroep van de PCOB en KBO voor hun bijdrage.

SEIZOENSOPENING



Op donderdag 21 september hadden zowel de KBO als de PCOB de opening van het seizoen. Bij de KBO verzorgde de damesgroepzanggroep "Double2Singers" een sprankelend optreden.

FILM THE BUCKETLIST

Op vrijdag 6 oktober bezochten ruim 30 mensen deze aangrijpende film. Daarin geven twee mannen op bijzondere wijze inhoud aan de laatste fase van hun leven. Ze was de opmaat naar de koffieochtend van 19 oktober waar we dit thema met elkaar nader bespraken.

VRIJWILLIGERSMIDDAG



De steenfabriek in Losser was de bestemming van de jaarlijkse KBO Hengelo vrijwilligersmiddag op 12 oktober. Het bezoek bestond uit kleitrein-ritje naar het kleigat een bezichtiging van de ringoven en het fabrieksterrein. Tijdens een hapje en een drankje bedankte voorzitter Guido Weber allen ook de niet aanwezigen voor hun inzet voor de KBO.

MUTATIES

*Wanneer wij informatie ontvangen over verhuizingen, overlijden, nieuwe leden of andere belangrijk persoonlijke informatie, dan willen we daar in deze kolom graag aandacht aan geven.
Helaas bereiken mededelingen ons soms niet op tijd.*

De KBO ledenadministratie functioneert weer en daarom kunt u hieronder de mutaties lezen, die we de laatste maanden ontvingen.

Verhuisd

Hr. G. Faber, Aaltje Noordewierstr. 26
Mw. M. van Ree, Algonquin 7
Hr. GJM. Westerik, Kastanjeplein 6 met
Mw. GJM. Westerik-Arendsen.

OVERLEDEN

Mw. GMR.Grobben-Bebsele,
W.Albertistraat 24
Mw. CJM. Nijhof-Kosters,
Oldenzaalsestraat 200
Hr. GA. Hoitink, Zernikestraat 153
Hr. HJH. Porter, Woolderesweg 51 - 6
Hr. BJT. Scharrenborg, Castorweg 257
Mw. TGM. Bronswijk, O.L. Vrouwestr. 21
Hr. JAR. van Kruining, t Swafert 84 PL 4
Mw JJ. Ankoné-Egberink, Deurningerstr.87
Mw. PP. Polman-Wolthuis Leefsmatr 3-11

Mogen zij rusten in vrede

RIJBEWIJSVERLENGING 75+

Begin op tijd met de aanvraag!

Tenminste **4 maanden** voor verloop van het rijbewijs.

1. Inloggen op Mijn CBR met **DigiD**-app
Eigen Gezondheidsverklaring downloaden
€ 41,-

(Of papieren versie a € 41,50 ophalen bij gemeentehuis, thuis invullen en zelf opsturen (duurt langer))

2. Digitaal Invullen en verzenden.
3. Bericht van CBR om **Medische Keuring** af te spreken. **ZD-code** meenemen!
4. Kies **één** van de keuringsinstanties (4 locaties in Hengelo)

<https://rijbewijskeuringsarts.nl/>
€ 42,75 (KBO/PCOB-leden) of **€ 62,50**
Lansinkesweg 4, 7553 AE, Hengelo

<https://www.rijbewijskeuringofficieel.nl>
€ 60,- Uitslagweg 47 Hengelo,

<https://rijbewijsdokter.nl/>
€ 64,- Korting KBO/PCOB leden onzeker
Hamerstraat 10 Hengelo

<https://www.regelzorg.nl>
of 088-23 23 300
€ 55,- Fysio Groot Driene, I. da Costastr. 95

De keuringsarts stuurt zijn rapport op en je ontvangt ± 4 weken later een digitaal bericht in **Mijn CBR** . **(CBR bericht mogelijk dat extra keuring nodig is)**

5. CBR bericht dat rijbewijsverlenging bij gemeente kan worden aangevraagd.

6. Met je oude rijbewijs, nieuwe pasfoto's en **€ 44,65** op afspraak tel. 14074 naar het stadhuis.

7. Na ± 5 dagen ophalen rijbewijs.



**Centraal Bureau
Rijvaardigheids-
bewijzen**

Bestuur KBO

Voorzitter: G.A.T.H. Weber, 242 11 26
Vijverlaan 17
Secretariaat: Paul Krugerstraat 80-28
074-256 66 25 h.nijland10@gmail.com
Penningmr: H.H.J. Lok 250 07 83
Waalstraat 26
Leden: H.M. de Vries-Gelinck, 277 53 43
Stockholmstraat 70
H.L. Nijland, 256 66 25
Paul Krugerstraat 80-28
A. Pots-Mentink 277 51 40
Cruys Voorberghstr. 158

Bestuur PCOB

Voorzitter: P.J. Hoogendoorn, 2777121
N. Esweg 12, 7558 MD
Secretaris: J.M. Silvis 2775963
Else Mauhsstraat 62, 7558 RB
Mail: hengelo@pcob50plus.nl
2^e Secr. E.C.I. Koolenbrander Zwaal
P.C. Hoofthooflaan 28, 7552 HG
jbk.eci@ziggo.nl 2916750
Penningmr: J.H.G. Schraders-a.h. Rot
Levantstraat 13 7559 CG
fschraders@hotmail.com 2772758
Leden: B.G. Austermann 2424330
Oldenzaalsestr. 417 7557 GN
A.M. Nederlof-Grobben 2918382
Industriestraat 104, 7553 CT

Ledencontact: vacature
Ledenadministratie: L. Beringer-Vriens
beringer@hetnet.nl 2422932
Activiteitencommissie: H.L. Nijland 2566625
Bladbezorging: H.F. Platenkamp 2770228
harry_platenkamp@hotmail.com
Nieuwe leden: H.H. Schabbink 2916366
schabbink@outlook.com
Website: www.hengelo.kbo-overijssel.nl
Bankrekening: **NL57 RABO 0397 5490 67**

Ledencontact: E.C.I. Koolenbrander Zwaal
Ledenadministratie: B. Reinders
reinders.bennie@gmail.com m. 06-48633207
Programmacie: P.R. van Werkhoven-Knol
A.M. Nederlof-Grobben
J. Klok
Bladbezorging: W. van der Zalm
w.vander.zalm@hotmail.com m.06-24344878
Website: www.pcobhengelo.jouwweb.nl
Bankrekening: **NL98 RABO 0355 4284 07**

Uitsmijter:

WEES GEEN REPRODUCTIE MAAR EEN ZELFPORTRET

Redactie Nieuwsbrief - De Koerier

KBO: Theo Morskate
Harry Nijland
mailadressen: theomorskate@gmail.com
h.nijland10@gmail.com

PCOB: Marijke de Groot,
Ad Nederlof
Marykedegroot@gmail.com
fanederlof@kpnmail.nl

kopij binnen: 15 november, verspreidingsdatum bladen : 30 november.