



Nieuwsbrief KBO ANBO-PCOB Midden-Groningen september/oktober. 2025

KBO Hoogezand-Sappemeer
Secretariaat: Siena Ottens
Telefoon: 06-23806767
Mail: sienaottens@hotmail.com

PCOB Hoogezand-Sappemeer
Secretariaat: Wineke Meijerhet
Telefoon: 06-29394215
Mail: wineke.meijer@gmail.com

Belangrijke websites: www.kbopcobmiddengroningen.nl; www.poso-middengroningen.nl;

Geachte leden,

September loopt alweer op zijn eind. Tijd dus voor een nieuw magazine en een nieuwe nieuwsbrief. En ja, die nieuwsbrief moet gevuld worden. Daarom heb ik de computer maar weer tevoorschijn gehaald en ben ik aan deze klus begonnen. En een klus blijft het, elke keer wanneer de magazines verschijnen! Gelukkig heeft Meint een stuk geschreven over Internetfraude, dit kunt u verderop in deze nieuwsbrief lezen, maar eerst wil ik aandacht besteden aan ons programma de komende tijd.

Als eerste noem ik dan natuurlijk **14 oktober**. Om 14.00 uur hebben wij in het Brandpunt weer een bijeenkomst met leden en (hopelijk veel) belangstellenden over het onderwerp Palliatieve Zorg. Hoewel we natuurlijk allemaal nog heel graag een hele tijd gezond willen blijven leven, is het toch niet verkeerd alvast over ons levenseinde na te denken. En dat nadenken hoeft niet meteen over het hele grote dingen te gaan (dat mag natuurlijk wel), maar het is ook goed om over kleinere dingetjes goed na te denken. Als ik niet zo goed meer kan lopen, hoe kom ik dan aan mijn boodschappen of wie verzorgt er dan mijn tuin en wie maakt de kattenbak schoon. En hoe kom ik in het ziekenhuis als ik daar voor een onderzoek of een controle heen moet. Op dit soort vragen hoeft u natuurlijk nog niet tot in de details antwoord te hebben, maar het is wel goed daar over na te denken. En eh, je hoort wel eens over palliatieve sedatie, maar wat is dat eigenlijk? En kun je ook, als je dat wilt, naar het hospice? Belangrijk om hier meer over na te denken en hier meer over te weten en ook om anderen over te praten, zodat uw wensen ook bij uw naasten bekend zijn. Komt u daarom ook naar deze belangrijke en informatieve middag? U bent van harte welkom.

Op **maandag 17 november** hebben we weer een middag met de computer, tablet of telefoon gepland staan. Wij willen die middag o.a. aandacht besteden aan de QR code. Deze code kom je steeds vaker tegen en het is wel belangrijk dat je dan weet hoe je daar mee moet omgaan en waar je op moet letten. Deze middag begint om 14.00 uur en wordt gehouden bij DIG050, Hoofdstraat 48/50 in Hoogezand.

De laatste ledenbijeenkomst dit jaar staat gepland op **9 december** om 14.00 uur in Het Brandpunt. Kort voor Pasen hebben we dit jaar o.l.v. Wim v.d. Laar uitgebreid stilgestaan bij de Matteüs Passion. De aanwezigen waren hier toen erg enthousiast over en daarom hebben we Wim gevraagd om ons ook kennis te laten maken met het Weihnachtsoratorium. Ook dit beloofd weer een mooie (kerst)bijeenkomst te worden.

Dan het stuk dat Meint voor ons geschreven heeft.

“Hoe voorkom ik oplichting” via WhatsApp, Datingsite, Phishing, etc. op mijn laptop of op mijn mobiele telefoon.

Heel kort door de bocht: bel de politie, je bank, of de organisatie waarvan het bericht komt. Enkele mooie voorbeelden, uit de praktijk, vindt u op onderstaande link

https://elearning-informatiepositie.hetccv.nl/Scorm/Public?courseid=65ba981c-0ef0-4891-a9ce-abd99634d4fc& gl=1*7ior00* ga*MTQ3NjI1NTIyNS4xNzMxOTQwMDQ2* ga_VMRD RN823T*cze3NTQ5MTY5MjAkbnU0JGcxJHQxNzU0OTE2OTM1JGo0NSRsMCRoMA.

Nadat u op start hebt gedrukt, verschijnen er 8 verschillende mogelijkheden.

Andere bijzonder goede tips zijn:

De browser voor cookies vrij heet: **Duck Duck Go**. Een browser is b.v. Chrome of Firefox. En om te zien of je emailadres gehackt is:

<https://haveibeenpwned.com/>

Mocht je adres er bij staan dan wil dat niet zeggen dat ze toegang hebben maar moet je je wachtwoord wel geregeld aanpassen. Je kunt hier ook testen of je wachtwoord gehackt is en dan natuurlijk je wachtwoord snel aanpassen. Je email adres veranderen is meestal een heel gedoe. Overal opnieuw doorgeven enz. Beter is om een email adres van b.v. Google of Microsoft te nemen dus gmail.com of outlook.com dat blijft ook als je van provider verandert.

Zie ook het artikel op onze website: www.kbopcobmidden groningen.nl

Tot zover het stuk van Meint.

Tot slot wil ik u nog attenderen op de lifestylebeurs op 22 november in de Kalckwijkhal in Hoogezand. Een interessante beurs met veel leuke, nuttige en goede tips voor een goed en boeiend leven, ook als je geen 25 meer bent.

Met vriendelijke groet,

Siena en Wineke