



KBO afd. Schouwen-Duiveland
Jaargang 16, juli-augustus 2023

Spreuk van de maand



*Je moet je bonenstaak niet hoger
maken dan je plukken kan.*

Inhoud

- Pag. 1 Ledenmutatie
Oproep bezorger
Agenda
- Pag. 2 Wandeling 8 juni
- Pag. 3 Seizoensopening
Klaverjassen
Mosselmaaltijd
Brouwershaven
- Pag. 4 Wandeling 22 juni
- Pag. 5 Drink je wel genoeg?
Spel- en ontmoetingsmiddag
Ontmoeting van Toon Hermans
Koffieochtend
- Pag. 6 Belangenbehartiging
Houd grip in uw handen en vingers
- Pag. 7 Op reis naar Tilburg
- Pag. 8 Rijbewijsverlenging
Ledenservice
Bereikbaarheid bestuur
Ledenadministratie
Oplage

Welkom!

Een hartelijk welkom aan ons nieuwe lid:
mevrouw Lentjes uit Zierikzee.
Graag ontmoeten we u binnenkort bij een van
onze activiteiten.



In herinnering

We hebben afscheid moeten nemen van
mevr. Gelderblom uit Renesse
en
mevr. A. van Velthoven uit Zierikzee.
We wensen familie en vrienden
veel sterkte en troost bij dit verlies.



Oproep bezorger....

Mevr. Anne-Marie van Velthoven bracht vanaf
de oprichting van KBO Schouwen Duiveland de
nieuwsbrieven en magazines rond. Ook maakte
zij de eerste jaren deze Blik op de Regio,
onze nieuwsbrief.

Vanwege haar overlijden zoeken we nu
iemand, die deze bezorgroute wil en kan
gaan doen.



Dit betekent 10 x
per jaar de nieuwsbrief en
het KBO-PCOB magazine
bezorgen op ongeveer 18
adressen in de binnenstad
van Zierikzee.

Wie meldt zich?

Dit kan bij Anneke Wijsman, tel. 06-44423864
of via de mail: w.wijsman@hetnet.nl



- 04-07: Magazine KBO-PCOB
- 19-07: Spel / ontmoetingsmiddag p.c. 13.30u
- 05-08: Mosselmaaltijd v.a. 17.30u
- 16-08: Spel / ontmoetingsmiddag p.c. 13.30u
- 22-08: Magazine KBO-PCOB
- 05-09: Koffieochtend / lunch / fietsen v.a. 09.30u
- 20-09: Spel / ontmoetingsmiddag p.c. 13.30u
- 22-09: Klaverjassen 19.30u
- 27-09: Maaltijd en koersbal Br'haven v.a. 12.00u
- 07-10: Seizoensopening
- 14-10: Reisje naar Tilburg



WANDELING Zierikzee Havenkanaal 8 juni.

Dit is niet het verslag van onze wandeling in de Zak van Zuid-Beveland, zoals aangekondigd. Na het parkeerterrein afgezocht te hebben naar deelnemers, die we niet vonden, startten we met een auto. Na een paar honderd meter rijden kwamen we bij de rotonde. Daar stond alle verkeer naar de Weg-naar-de-Val vast. Wat de reden was konden we niet nagaan, dus we probeerden via de rotonde bij het busstation op weg te gaan, maar ook daar stond alles vast. Een buschauffeur gaf aan dat we beter konden omkeren. Van arren moede gingen we naar de binnenstad, waar we de auto parkeerden en een bekende route gingen lopen langs het water. Alles beter dan in een auto te wachten tot het verkeer weer op gang komt. Het was in ieder geval warm en zonnig, al blies er nog steeds, een koude noorderwind. In de stad zelf was het druk met vakantiegangers, vooral Duitsers en Belgen. Langs de kade van de Nieuwe Haven lag al menig jacht klaar om uit te varen. In de kademuren zelf bloeiden volop wilde plantjes, maar de meest opvallende was wel een paars-rode tuin/potplant, een petunia, die weelderig bloeide, ondanks zijn hachelijke positie. De terrassen zaten goed vol en boven onze hoofden krijsten de gierzwaluwen en tsjilpten huismussen op en onder de dakpannen van de daken. We liepen langs Eeterij de Zeeuwse Jongen, waar ons de lucht van gebakken vis achterop kwam, maar ons niet kon verleiden. Aan het eind van de wandeling misschien een ijsje als beloning. Langs het Havenkantoor en de loopbrug naar de Havendijk waar volop gefietst en gewandeld werd. Tegen de muur van het Blauwe Bolwerk bloeiden de rode violieren dat het een lieve lust was. Jammer dat ze te ver weg stonden, nu konden we ze niet ruiken. De zeedijk en de kanaaldijk stonden vol met allerlei grassen, die hoog stonden te rijpen en vroegen om gemaaid te worden. Gelukkig stond er, behalve uitgebloeid fluitenkruid en koolzaad hier en daar gele knopferik in volle bossen. Wonderlijk wat er allemaal zoal tussen de stenen groeit en bloeit. Bijna de hele strook tot het havenhoofd wordt bedekt door dieprode bloemen en lila bloempjes van het kleine

Robbertskruid, onopvallend, maar wel aanwezig. Het meest opvallend zijn de stokrozen, die elk jaar in volle glorie en in alle kleuren terugkomen. Ook de opvallende sweet peas, siererwtjes, komen voor aan beide zijden van het fietspad. Voor we het havenhoofd bereiken stap ik even over de omheining om even goed over de kam van de dijk te kunnen kijken. Het pad leidt rechtstreeks naar een dwarse dijk, die de punt afsnijdt richting Levensstrijd. In de inlagen is het druk met bergeenden, kluten met jongen en veel kokmeeuwen. Ook broeden er visdiefjes, die we regelmatig boven het havenkanaal en in het “Kommetje” zien duiken naar kleine visjes voor hun jongen. Je ziet ze dan zelfs met een paar visjes in hun bek boven de dijk naar hun nest vliegen. Bij het havenhoofd aangekomen nemen we even rust, want de hitte is best vermoeiend. Even beklimmen we de dijk om in de inlagen te kijken, maar daarna keren we terug, even over het fietspad, om zo naar het vogelgebied van Plan Tureluur te wandelen. Tussen en op de vele kruiden en grassen vliegen talloze kleine vlindertjes, met een donkere stip op de oranje tip, het zijn hooibeestjes, die nectar zoeken. Na het “Kommetje” volgen we het pad linksaf naar beneden richting uitkijkpunt “Kiek-uit”, maar we lopen recht door langs de rietkragen, want het warme weer is best afmattend. Tussen het riet verdwijnen af en toe wat grijsbruine vogeltjes met witte staartpennen. Het zijn de graspiepers, die hier volop aanwezig zijn en regelmatig op het pad lopen en dan weer op een paaltje gaan zitten of tussen het gras verdwijnen. Het vogelgebied is flink aan het verdrogen vanwege de zonnige en winderige periode die we al enkele weken kennen. Daarom is het minder druk op de vogelboulevard dan we gewend zijn. Met af en toe een rustpauze op een hek of een bankje bereiken we eindelijk ijsstent “Het Zeeuwse Meisje” waar getrakteerd wordt op een gevuld hoortje. Het is wat lang wachten voor we aan de beurt zijn vanwege de vele Duitse toeristen en families met kinderen. We laten het ons in ieder geval goed smaken en keren daarna terug naar de auto. Hopelijk zijn de afgesloten rotondes nu weer berijdbaar. Dan gaan we over twee weken naar de bloemendijken in de “Zak”.

P.S.
de afsluiting
was te danken
aan de
ZLM-tour
door Zeeland.

Hartelijke
groet,
Nico







**IN
CONCERT
MET**



7 oktober 2023
14:00 uur
Nieuwe Kerk
Zierikzee

Toegangskarten:
€ 6.50 p.p. incl. consumptie
bestellen via 0615-276350
0622 320983
0683 407780

georganiseerd door:   mede mogelijk gemaakt door:  

Seizoensopening

Zaterdag 7 oktober openen de ouderenbonden het nieuwe seizoen met een muzikale middag. Deze keer hebben zij de muzikanten niet ver gezocht: het wordt een bijzondere middag, met een mooi programma, verzorgd door *Liever ier as tuus* en het Bruinisser Visserskoor.



Het klaverjasseizoen ligt even stil. Vrijdagavond 22 september starten we weer. Deze datum kunt u al in de agenda noteren. Tot dan. Henny
Mocht u al eerder willen kaarten? Nodig wat mensen uit en kom kaarten tijdens de spel- en ontmoetingsmiddag woensdag 19 juli.



Vleesboerderij Boot
Kievitsweg 1
Kerkwerve
Tel.nr. 0111-691361

Natuurlijk vlees, rechtstreeks van eigen boerderij
- Vers vlees in elke gewenst gewicht
- Verpakken en invriezen in elk gewenst gewicht

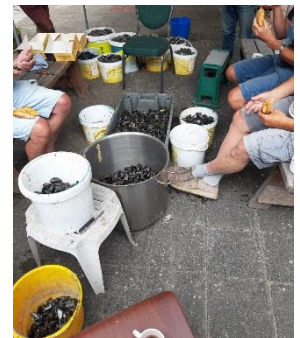


Mosselmaaltijd

Zaterdag 5 augustus zijn de liefhebbers van mosselen van harte welkom op het jaarlijkse mosselmaal in het parochiecentrum. Voor leden die niet van mossels houden, is er saté. (Geef dit wel even aan bij Kees!) De kosten bedragen €12,50 per persoon. **Vanaf 17.30u.** bent u welkom in het parochiecentrum. Om 18.00u verwachten we te gaan eten. Vanwege de altijd grote belangstelling is de mosselmaaltijd alleen voor leden. U kunt zich aanmelden voor de maaltijd bij Kees Verkaart: tel. 06-51478446 of kverkaart@gmail.com. De bijdrage kunt u overmaken op rekening: NL46 RABO 0362 4753 26 ten name van KBO Schouwen Duiveland.

Hulp gevraagd.....

De mossels worden 's ochtends **geknipt**. Wat extra handen hierbij zouden heel welkom zijn. Mocht u hiervoor tijd hebben: graag! Ook dit kunt u aangeven bij Kees.



Brouwershaven

In het Tonnenmagazijn te Brouwershaven kunt u regelmatig deelnemen aan *Tafelen in de buurt*. Voor een klein bedrag krijgt u een volledige en lekkere maaltijd voorgeschoteld. In de zomermaanden ligt dit even stil. De eerstvolgende keer is op 27 september. Na de maaltijd bestaat de mogelijkheid een spelletje spelen of deelnemen aan koersbal. Mocht u hierover meer informatie willen, dan kunt u het best contact opnemen met Peter van der Meide 06-45403585) of Henk Daane (06-22768272). Voor de maaltijd kunt u zich aanmelden via tel.nr. 0111 671514.





Wandeling Schaapskooi, Nisse 22-06-2023

Waren we 14 dagen geleden noodgedwongen in Zierikzee gebleven, nu zou het toch lukken om naar “De Zak” te gaan, zij het dat nu het weer wat minder was: bewolkt met kans op regen. We waren in ieder geval op tijd om te vertrekken. Emma zou me volgen, want de navigatie werkte niet zoals ze wilde. Bij aankomst bij de Schaapskooi een paar tegenvallers: zwaar bewolkt, Schaapskooi gesloten op donderdag en Emma kwijt gereden. Gelukkig vond ze de route op eigen initiatief en kwam ze wat later. We konden van start gaan, maar of we voor de bui terug binnen zouden zijn was te betwijfelen. Het was erg rustig en windstil, zelfs de blaadjes aan de populieren ritselden niet. Daarom konden we de vogels beter horen en met behulp van “Merlin Bird ID” determineren, m.n. bosduif, winterkoning, tjiftjaf, huismussen en zwartkop. Tussen punt 11 en 12 passeerden we een groot modern glazen huis met rieten dak, waar vroeger een kleine boerderij stond. Onder langs Schouwers Weel, afgezoomd met groot hoefblad, vijfvinger-kruid met gele bloempjes en het smalle weegbree, dat met het stralenkransje om het hoofdje en de smalle blaadjes wel op engeltjes leek. Bij knp 13 gingen we rechtsaf, “de Valdijk” op, het begin van de wilde bloemendijken van dit gebied. Door de warme lente staan alle grassen erg hoog en is er al gemaaid. Gelukkig is er selectief gemaaid, waardoor we toch een indruk krijgen van de rijkdom aan planten hier: gele wederik in de vochtige greppel; veldlathyrus tussen het gras; een verdord bosje ratelaar, onder op een paar steeltjes ontdekken we nog een enkel jong geel bloempje met zwart lipje, zodat we er zeker van kunnen zijn. In de randjes rond de bomen ontdekken we nog lavendelkleurige wilde marjolein en de gele pijlen van de agrimonie. Het mooie van wandelen over dijken is, dat je zicht hebt op het land om je heen en de torens van de omliggende dorpskerken, zoals de karakteristieke toren van de kerk van Nisse. Op het veld staat de wintertarwe te rijpen, met blauwe korenbloemen ertussen. Aan de rand van een paar akkers bloeien donkerpaarse stokrozen. Het is opvallend stil zonder de wind. Op een enkele racefietser of mountainbiker na, zijn de fietsers thuisgebleven. Wel ontmoeten we

nog een jong stel waarmee we een praatje maken. Ik maak een foto van een wollige distel “in de dop”. Links van ons ligt de Sluishoek, een drassig stuk weidegrond, dat begraasd wordt en waar we vanaf het weeltje bij knp 16 doorheen zullen wandelen. Ondertussen is het gaan druppelen, wat jammer is, want tussen het hoge gras zien we nu minder vlinders dan verwacht. Wel wat koolwitjes en een enkele Atalanta of Admiraalsvlinder? Na het brede pad tussen de hoge grassen zoals glanshaver, kweek, raaigras, witbol, kropaar en veldgerst bereiken we de dreef tussen de hoge struiken, die overgroeid worden door vele bramenstruiken, die ons zelfs af en toe de weg versperren. De aanwezigheid van hoge brandnetels wijst op de aanwezigheid van veel stikstof. Dit alles vormt een mooi broedgebied voor zangvogels, zoals de merel, tjiftjaf, winterkoninkje en braamsluiper, die we wat vaker horen bij het verlaten van dit pad. We komen in meer open en gevarieerd terrein, waar ook een paar fazanten rondwalen. In de langgerekte weiden loopt een enkel paard. Verderop in een weijtje staan een paar pony’s bij een drinkplas met Nisse op de achtergrond. We gaan verder van knp 21 naar 74 en 75, passeren een kudde zwarte koeien, een Engels ras, geen Galloways, maar Aberdeen Angus, die voor onze biefstukken zorgen. Op het eind van het pad staat een koe over twee kalfjes te waken, maar kan de vliegen er niet van afhouden. We komen uit op de Notenboomdijk en Grote Dijk. Daar ontdek ik, dat ik te ver ben gelopen. Even rusten tegen een rood-wit waarschuwingbord, een beetje drinken en weer verder over de Nisse Zandweg met links een keurige boerderij en rechts een jonge appel-boomgaard, waartussen we nog een haas ontwaren, die zijn welbekende pad kiest. Hier bloeit aan het begin van elke rij fruitbomen (als waarschuwing?) volop kamille. Halverwege is het pad langs de Schouwersweelse Watergang nog afgesloten tot na het broedseizoen. We slaan bij de Zuidzandse Dijk na knp 77 linksaf. Ondanks de lichte regenval laten een paar mensen zich hier op het gemaaide gras vallen om op adem te komen. We lopen het laatste stuk over de Oude Kamerse Dijk onder de iepenbomen terug naar het Schouwersweel en vandaar naar ons startpunt, waar we verwelkomd worden door een enkele klaproos. Die hadden we nog niet opgemerkt, maar zal onderweg zeker ook voorgekomen zijn!

Sportieve groet van Nico



In dit fruit zit het meeste water...



Iedereen weet dat voldoende drinken belangrijk is, maar voor sommige mensen is het lastig om aan die dagelijkse 1,5 tot 2 liter te komen. Goed nieuws: het vocht uit vers fruit telt ook mee. In de tabel ziet u in welk fruit het meeste water zit.

Elke dag 1,5 tot 2 liter vocht binnenkrijgen is niet voor iedereen even makkelijk. Het helpt dan vaak om af te wisselen tussen water met prik en water zonder, of om je water een subtiele smaak te geven door er fruit of komkommer in te doen. Maar wist je dat de juiste soort en hoeveelheid fruit je lichaam beter hydrateert dan alleen water doet? De suikers en de vitamines in de vruchten helpen je lichaam het vocht beter op te nemen.

Uiteraard kun je niet onbeperkt fruit eten, omdat je dan teveel fruitsuikers binnenkrijgt. Maar als je een slechte waterdrinker bent, zorg dan in ieder geval dat je iedere dag 2 à 3 porties fruit eet en kies daarbij voor de fruitsoorten die het meeste water bevatten.

Fruitsoort	Percentage water
Watermeloen, aardbeien en gewone meloen.	90%
Perziken, nectarines, mandarijnen, sinaasappelen, limoenen, citroenen, abrikozen, blauwe bessen en pruimen.	85-89%
Appels, peren, mango's, druiven en kiwi's.	80-84%
Avocado's en bananen.	70-79%



Spel- en ontmoetingsmiddag.

Iedere derde woensdagmiddag van de maand bent u tussen 13.30u en 16.30u welkom in het parochiecentrum (Mosselstraat, Zierikzee) voor een spelletje kaart of rummikub, potje biljart of sjoelen. Dit alles onder het genot van een kopje koffie of thee, of wat anders te drinken. Voor de drankjes wordt een kleine bijdrage gevraagd. De volgende spelmiddag is op woensdag 19 juli.

Iedereen is welkom. Dus: kom eens kijken.



ONTMOETING

'k Ontmoet soms mensen die mij hevig inspireren niet door een diepdoordachte filosofie. Maar wat zonlicht op hun kaken kan mij diep van binnen raken of de sterkte die 'k in hun ogen zie.
Toon



Koffieochtend

In de maanden juli en augustus is het geen koffiedrinken op de eerste dinsdag. Dat wordt weer gestart in september. Die dag is het niet alleen koffiedrinken, maar kunt u zich ook aanmelden voor een lekkere lunch (kosten €4,-) en daarna eventueel mee gaan fietsen.



BLIJF MOBIEL!

Met **Chatenet brommobielen** mag u ook **zonder auto rijbewijs (B) nog steeds rijden!**

 Premium merk brommobiel
  Geen wegenbelasting
  Zuinige motoren

Goedbloed Auto's | Officieel Chatenet dealer

Oudeweg 1 | Zierikzee | 0111-414951

www.autogoedbloed.nl/chatenet

Belangenbehartiging...

Wilt u een VBA raadplegen?

Dan kunt u contact opnemen met:

dhr. K. Verkaart 0111-416101 / 06-51478446.

SLENDER YOU

Beweging voor iedereen!

Sterker, soepeler, fitter



Kerkkring 17
Nieuwerkerk
0111-415146 of 06-81701424
www.studiofit.nl

Houd grip in uw handen en vingers

Ai, weer zo'n potje of fles die u maar met moeite open krijgt! Hoe ouder we worden, hoe meer spierkracht we verliezen. Dat heeft ook effect op de grip in onze handen. Goed nieuws: u kunt uw handen en vingers trainen! Gewoon thuis met alledaagse dingen.

Gaat u wel eens naar de sportschool? Als u dat vaak genoeg doet, merkt u dat uw conditie verbetert en uw spierkracht toeneemt. U traint dan waarschijnlijk uw benen, armen of rug. Maar niet uw handen. Onze handen zijn een belangrijk onderdeel van ons lichaam dat wij continu gebruiken, maar waar geen spieren in zitten. Toch kunt u uw handen en vingers wel trainen. Sterker nog: dat is aan te raden!

Peesontsteking of artritis

Het is natuurlijk prettig wanneer u genoeg kracht in uw handen houdt, u heeft ze elke dag nodig. Maar het trainen van uw handen heeft meer voordelen. Gezonde handen, die af en toe getraind worden, zullen minder snel last krijgen van een peesontsteking. Ook verbetert het de motoriek en wordt de kans op artritis kleiner. Genoeg redenen om onderstaande oefeningen af en toe uit te voeren. Doe dit ook weer niet te vaak, om de dag een paar minuten is voldoende.

Geen spieren wel pezen

In onze handen zitten pezen, geen spieren. Wel zijn die pezen verbonden aan de spieren in onze armen. Spieren worden dikker als je ze traint, pezen niet. Maar ze kunnen wel steviger worden, dat is ook al winst. Er zijn speciale hulpmiddelen waarmee u uw vingers en handen kunt trainen, zoals vingerstretchers of knijptangen. Maar ook met huis-, tuin- en keukenspullen kunt u aan de slag: *Een koekenpan*

U heeft vast wel een koekenpan in uw keukenkastje staan. Het is het beste als u een wat zwaardere pan gebruikt. Ga rechtop staan. Pak de pan bij het handvat vast. Houd uw bovenarm tegen uw lichaam aan en buig uw onderarm vanaf de elleboog naar voren zodat deze in een hoek van negentig graden komt te staan. Draai de pan eerst naar links, dan naar het midden en dan weer terug naar rechts. Verwissel van arm.

Een bal

Met een bal is van alles te doen, bijvoorbeeld met een tennis- of stressbal. Bij de laatste is knijpen en weer loslaten een goede oefening. Een tennisbal



kunt u gooien en weer vangen. Dit kunt u staand of zittend doen. Laat de bal een keer op de grond stuiten en vang deze weer op. Probeer dit eerst met uw hele hand, links en rechts. Als dat goed lukt, alleen met uw duim en wijsvinger.

Boeken

Deze oefening is vooral gericht op de grip in uw vingers. Pak twee boeken van ongeveer hetzelfde formaat en gewicht. Houd de boeken vast en laat uw armen ontspannen langs uw lichaam naar beneden hangen. Knijp met uw vingers 30 seconden in het boek en ontspan daarna weer voor 30 seconden. Doe dit vier keer achter elkaar, dat is echt al voldoende.



www.fysiotherapie-schouwen-duiveland.nl

Ton van Stuivenberg en Nelly Kesteloo-Mol

Vloedstraat 1
4321 AM Kerkwerpe
0111-412309

Vierbannenstraat 5
4306 BH Nieuwerkerk
0111-642906

Van Oeveren Reizen

- Luxe touringcars
- Eigen (senioren) reisprogramma in binnen- en buitenland



- Dagtochten

Postbus 18, 4300 AA Zierikzee

Tel.nr. 0111-412319

www.vanoeveren.nl

e-mail: info@vanoeveren.nl

Wonder

De natuur is een wonder.

Duizenden jaren geleden wist nog niemand dat de mensen een bril zouden gaan dragen en toch staan onze oren net op de goede plaats.

(de Gerarduskalender)



Voor al uw bloemwerk



Bloempje Sluis

St. Domusstraat 17

4301 CM Zierikzee

0111-414222

Taalhumor

Een gelovige vrouw is erg blij dat haar man hersteld is van een zware operatie. Ze steekt een kaarsje op en zet het volgende dankwoord op een briefje: "God is goed, mijn man is beter."

(Bron: Ik lach me een kriek.)



Op reis: 14 oktober.

14 oktober gaan we weer op reis. Dit keer naar Tilburg. Tilburg heeft heel wat te bieden: je kunt er heerlijk winkelen, er zijn drie musea te bezoeken: het Natuurmuseum Brabant, Museum De Pont, een museum met vooral moderne kunst en (mijn favoriet) het Textielmuseum. Daar worden de kleurige sokken gemaakt die verkocht worden in de Wereldwinkel; voor ieder paar wat verkocht wordt, krijgt een dakloze een paar nieuwe sokken. Dit project is opgezet door o.a. het Leger des Heils t.b.v. daklozen. In de Wereldwinkel kunnen ze er meer over vertellen. Ook *De spoorzone* is een bezoekje waard. De inwoners van Tilburg werden nauw betrokken bij de herinrichting van het vroegere terrein van Van Gend en Loos. Het is nu een plek in de stad waar ieder terecht kan. Er is van alles te doen voor jong en oud(ere)... Leuk om daar eens te gaan kijken en rond te lopen. De busreis kost €19,50 voor leden en €24,50 voor introducees. Als extraatje kunnen liefhebbers een bezoek brengen aan de brouwerij van La Trappe te Berkel-Enschot. Deze excursie kost €20,- extra. Omdat we deze rondleiding op tijd moeten bespreken, dient u zich uiterlijk 31 augustus voor deze excursie aan te melden.

Aanmelden kan bij Kees Verkaart via e-mail: kverkaart@gmail.com. of tel. 06-51478446.

Uw bijdrage kunt u overmaken op rekening: NL46 RABO 0362 4753 26 ten name van KBO

Schouwen
Duiveland
onder
vermelding
van uw
naam /
namen en
Tilburg / La
Trappe.



Rijbewijsverlenging 75+

Vanaf 75 jaar kunt u niet zo maar uw rijbewijs verlengen. Hierbij hoort een medische verklaring en keuring. Eerst hebt u de Gezondheidsverklaring nodig. Deze koopt u bij de gemeente of via internet op mijn.cbr.nl (inloggen met DigiD). Die lijst vult u in en stuurt u op naar het CBR. Het kan een aantal weken duren voor u de papieren die de arts moet invullen toegestuurd krijgt door het CBR (per post of via de mail). Vanuit het CBR krijgt u dan het verzoek een afspraak te maken met een keuringsarts.

* De KBO Schouwen-Duiveland heeft hierover een afspraak gemaakt met de lokale keuringsarts: dr. W. Boot. KBO-leden betalen bij hem, op vertoon van het pasje, € 55,- (contant betalen). De keuringen vinden plaats te Zierikzee in het voormalig ziekenhuis, nu Victoriakliniek, en te Burgh Haamstede in dorps huis "De Schutse", Julianastraat 22. Voor een afspraak belt u: 06-22123364 of 0111-671361. Dr. Boot vult zijn bevindingen in op de computer en geeft dit door aan het CBR. U hoeft niets meer op te sturen.

*Voor de keuring kunt u ook een afspraak maken bij een van de artsen in Borrendamme te Zierikzee, niet zijnde uw huisarts. Kosten € 50,-.

*Het keuren kan ook via **036-7200911**, het landelijke afsprakenbureau of zelf een datum reserveren via www.rijbewijskeuringsarts.nl.

Hierbij is het niet mogelijk rechtstreeks bij de locatie een afspraak te maken.

Tarieven (incl. BTW): 75+ B/E €60,-, medisch; C/D/E (ook voor code 95) en Taxipas € 80,00. Leden van CNV/FNV/ouderenbonden en/of thuiszorg krijgen € 10,00 korting.

Nadat alles in orde is bevonden, krijgt u van het CBR bericht als u uw rijbewijs kunt ophalen bij het gemeentehuis. Gezien de lange wachttijd bij het CBR, wordt aangeraden minimaal vier maanden voorafgaand aan de datum van het verlopen van uw rijbewijs in actie te komen.

Ledenservice Unie KBO-PCOB: Servicetelefoon 030-3400655

Het telefoonteam helpt u graag.
Maandag t/m donderdag 10.00-13.00 u
Pensioentelefoon: woensdag 13.00-15.00u.
Juristentelefoon: donderdag 13.00-15.00u.

Als KBO-lid krijgt u korting bij zorgverzekering Achmea: collectiviteitsnummer: 207000837 en CZ: collectiviteitsnummer: 3337669.



BESTUUR

Voorzitter: dhr. Willem Kooijmans,
Mr. Pieter Moggestraat 53, 4315AB Dreischor
06-40939702 Mail: wakooijmans@gmail.com

Penningmeester: dhr. Peter Goedegebuure,
Krabstraat 28, 4301 ZA Zierikzee
06-20841112 Mail: pagoede@zeelandnet.nl

Secretaris: mevr. Els Steegmans
Kreeftstraat 23, 4301 ZE Zierikzee.
0111-413931 Mail: fam.steegmans@kpnmail.nl

Lid: mevr. Annemiek Rapati
Oosterscheldestraat 99, 4302 WH Zierikzee
0111-421771 Mail: miek.rapati@zeelandnet.nl

Lid: mevr. Henny Verkaart,
Staartmeesstraat 15, 4302 VG Zierikzee.
06-15276350 Mail: hmverkaart@zeelandnet.nl

Lid: dhr. Kees Verkaart
Caustraat 18a, 4301 LA Zierikzee
06-51478446 Mail: kverkaart@gmail.com

Lid: mevr. Anneke Wijsman
Boezem 51, 4303 BC Zierikzee
06-44423864 Mail: w.wijsman@hetnet.nl

Contributie voor 2023: € 24,- per persoon.

Rekening: NL46 RABO 0362 4753 26
ten name van KBO Schouwen Duiveland

Ledenadministratie: Mevr. Colette Bos
Mail: cecocolettebos@gmail.com

Uitgave door KBO Schouwen Duiveland
Afdrukken: Willibrordusschool, Zierikzee
Oplage: 280 stuks.

Kopij aanleveren voor het volgende nummer kan t/m 15 augustus via: fam.steegmans@kpnmail.nl
Bezorging is samen met Magazine KBO-PCOB. Bezorgproblemen kunt u melden bij Anneke. tel.nr. 06-44423864. Het volgende Magazine wordt bezorgd vanaf 22 augustus 2023.

Als lid van de KBO gaat u bij inschrijving onverkort akkoord met het KBO Privacy-protocol zoals dit terug te vinden is via de volgende link van de Unie KBO Nederland:
<https://www.kbo-pcob.nl/vereniging/algemene-verordening-gegevensbescherming-avg>

Meer informatie is te vinden via de website: www.kbozeeland.nl. U vindt op deze site veel algemene informatie over KBO-PCOB Zeeland, maar ook over de verschillende afdelingen. KBO Schouwen-Duiveland heeft één pagina; op deze pagina steeds een link naar de laatste Blik op de Regio. U vindt ons via <https://kbozeeland.nl/schouwen-duiveland/>

