



KBO afd. Schouwen-Duiveland
Jaargang 17, september 2024

Spreuk van de maand



Elke tijd is leeftijd
(Gerarduskalender)

Inhoud

- Pag. 1 Ledenmutaties
Koffie / lunch / fietsen, 3 september
Agenda
- Pag. 2 Mosselmaaltijd
- Pag. 3 Pub quiz 13 november
Spel- / ontmoetingsmiddag
Klaverjassen
- Pag. 4 Belangenbehartiging
Het belang van de fietshelm
- Pag. 5 Amsterdam 19 oktober
Vitaliteitsmarkt
Seizoensopening 5 oktober
Koffieconcerten
Ledenservice KBO
Oplage
Ledenadministratie / contributie



Overleden

Dhr. P. v.d. Niet
Dhr. G. den Dekker
beiden uit Zierikzee.

We wensen familie en vrienden
veel sterkte en troost in deze verdrietige tijd.

welkom

dhr. M. Hogerheide en dhr. A. van Belzen
beiden woonachtig in Zierikzee.
Graag tot ziens bij een van onze activiteiten.



3 september: Koffie / lunch / fietsen...

Dinsdagochtend 3 september bent u weer van harte welkom op de koffieochtend. Na de zomerstop kunt u gezellig komen bijkletsen. U hoeft zelfs niet naar huis om te gaan lunchen, want voor €5,- kunt u in het parochiecentrum genieten van de lunch. Voor de sportievelingen: staat er daarna weer een leuke fietstocht op het programma. Die dinsdag beginnen we dus het nieuwe seizoen meteen goed met activiteiten. Voor de koffieochtend hoeft u zich uiteraard niet aan te melden, wel voor de lunch (€5,- p.p.) en de fietstocht. Aanmelden kan bij Kees via mail: kverkaart@gmail.com of telefoon: 06-51478446. De €5,- bijdrage kunt u ter plekke betalen.

Agenda

- 27-08: ONS magazine KBO-Brabant Zeeland
- 03-09: Koffieochtend/lunch/fietstocht 09.30u
- 18-09: Spel- / ontmoetingsmiddag, p.c. 13.30u
- 20-09: Vitaliteitsmarkt LACO v.a. 13.00u
- 24-09: ONS magazine KBO-Brabant Zeeland
- 27-09: Klaverjassen, p.c. 13.30u
- 01-10: Koffieochtend 09.30u
- 05-10: Seizoensopening Nieuwe Kerk 14.00u
- 16-10: Spel- / ontmoetingsmiddag, p.c. 13.30u
- 18-10: Klaverjassen, p.c. 13.30u
- 19-10: Reis Amsterdam **vertrek 08.30u**
- 29-10: ONS magazine KBO-Brabant Zeeland



Mosselavond zaterdag 3 augustus 2024

De 93 deelnemers aan de mosselavond hadden een topavond! Ook de commissieleden van deze activiteit kijken terug op een vlekkeloos verlopen avond. Dit motiveert en stimuleert ons enorm, ondanks de fysiek pittige dag.

93 Deelnemers, ruimschoots op tijd (te vroeg) aanwezig. Als we de afmelders en de -om welke reden dan ook- “niet kunnens” zouden meetellen, hadden we de grens van 100 personen bereikt. Meer dan 100 personen kan ons “clubhuis” niet aan. De mosselen, om 08.30u van de ZZ 6 opgehaald, waren weer top en werden door de 15 knispers diezelfde morgen in een tweetal uurtjes keurig schoongemaakt. 's Middags werd door een 8-tal dames het parochiecentrum in gereedheid gebracht en de salade-schalen opgemaakt; ze kregen zelfs de complimenten van een ex-horeca kok. Kok Tonny en de nieuwe hulp-kok Kees gaven ruimschoots op tijd (zelfs vóór 18.00u.) het sein dat de mosselen konden worden opgediend. Door Erik, alsmede diverse andere helpers, werden de pannen op tafel gezet; weer opgehaald en opnieuw gevuld. De deelnemers smulden van de voortreffelijke mosselen met of zonder brood en sausjes. Maar ze kregen de overvloedige mosselen niet op. Alle mosselen werden gekookt, leeggehaald, in zakjes gedaan en verdeeld onder de knispers en keukenhulpen, die menig uurtje hebben geholpen.



Ook Henny's saté was niet te versmaden; er zijn altijd ca. 15 deelnemers / partners die geen mosselen lusten; voor hen is er dan saté.

U zou eens moeten weten hoeveel boodschappen er gedaan worden alvorens alles aanwezig is voor o.a. de (opmaak van de) salades; drank enz. We prijzen ons gelukkig met vooral Anneke, die deze boodschappen in de weken voorafgaand aan de mosselavond in huis haalt. Kees zorgt voor het “zware” drankwerk. Bij deze boodschappen zitten natuurlijk ook de ingrediënten voor het toetje. We denken wel eens aan iets anders, maar het ijs met advocaat en slagroom vindt zo gretig aftrek dat we van deze routine niet willen afwijken. Na het toetje is er altijd nog ruimte voor een bakje koffie/thee, waarbij de bonbon niet ontbreekt. Ook de koffielikeur Marakesh laat nagenoeg iedereen zich smaken. Het leidt tot een enorme afname bij Gall & Gall en/of Proost; je zou jezelf bijna gaan afvragen of we bij hen geen commissie moeten gaan vragen!? In de “rust” tussen toetje en koffie werd nog een loterij gehouden. We prijzen ons gelukkig dat iedere deelnemer lootjes afneemt, waardoor we een aardig prijzenpakket van zo'n 30 prijzen met een tegenwaarde van €400,- kunnen verloten. We danken Colette en Sylvia voor de inkoop van deze prijzen. Kees liet zich nog verleiden tot het zingen van een “ouwe gouwe”, waarbij de deelnemers de namen moesten raden van de zangers. Het betrof de Zuiderzee-ballade, de meesten konden wel Silvain Poons noemen, maar alleen Kriena wist ook de naam van Oetze Verschoor. Haar prijs: de laatste heerlijke bonbon! Rond een uur of negen werd de avond afgerond en ging iedereen voldaan naar huis; dit laatste bleek wel uit de vele fijne complimenten en bedankjes die wij ontvingen. Daarom houden we deze mosselavond in ere!

Kees

SLENDER YOU

Beweging voor iedereen!

Sterker, soepeler, fitter

studio  fit

Kerkring 17

Nieuwerkerk

0111-415146 of 06-81701424

www.studiofit.nl



PUBQUIZ woensdag 13 november 2024

Wij willen weer eens een pubquiz houden en wel op woensdagmiddag 13 november 2024 in ons "clubhuis" in de Mosselstraat te Zierikzee; vanaf 13.00u inloop / aanvang 13.30u. De pubquiz zal de hele middag in beslag nemen. Het streven is met ca. 6 tot 8 teams van 4 tot 5 personen aan deze quiz te verschijnen. U kunt zich als team opgeven. Individueel kunt u zich ook opgeven, want dan zorgen wij ervoor, dat er een team met deze individuele kandidaten wordt gesmeed. De kosten voor deelname: €2,- p.p. of €10,- per team; dit om de prijzen en de koffie / thee te bekostigen. Te voldoen bij binnenkomst. De overige consumpties zijn voor eigen rekening à €1,50 (4 consumptiebonnen voor €5,-). U kunt zich opgeven bij Kees Verkaart, per mail: kverkaart@gmail.com of telefonisch of via chat: 06-51478446. Als u zich als team opgeeft verzoeken wij u de namen van de teamleden alsmede de TEAMNAAM door te geven. De individuele deelnemers die zich opgeven kunnen ter plaatse gezamenlijk een naam verzinnen. Uiterste inschrijvingsdatum is 1 november 2024. Uiteraard gaat deze pubquiz alleen door bij voldoende deelname.

wereldwinkel

Mol 25, Zierikzee

Met de verkoop van fair-trade producten investeert de Wereldwinkel in een betere toekomst voor iedereen





*Liefhebben
Meer lief
dan hebben
Toon Hermans*

Spel- en ontmoetingsmiddag.

Iedere derde woensdagmiddag van de maand is het parochiecentrum (Mosselstraat, Zierikzee) open. **Iedereen** is dan welkom voor een praatje, spelletje kaart, rummikub, sjoelen of potje biljart. Dit onder het genot van een kopje koffie / thee, of een ander drankje. Voor de drankjes wordt een kleine bijdrage gevraagd (€ 0,50 – € 1,-). Woensdag 21 augustus was het niet zo druk: er werd vooral gepraat. Maar ook gebiljart. En veel gelachen! Woensdagmiddag 18 september bent u van 13.30u tot 16.30u weer **van harte welkom**. **Breng gerust iemand mee.**



BLIJF MOBIEEL!

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




Klaverjassen

De zomerstop is voorbij, we gaan weer klaverjassen! Alle kaartspelers zijn weer welkom in het parochiecentrum op vrijdag 27 september. Inloop vanaf 13.00u, we starten om 13.30u. Zoals bekend kunnen jullie je aanmelden bij Henny: tel. 06-15276350, of per mail: hmverkaart@zeelandnet.nl. De inleg is € 3,50. Mocht je onverhoopt toch niet mee kunnen doen, vergeet dan niet je ook weer af te melden. De andere klaverjas-middagen: 18-10; 15-11; 2025: 17-1; 14-2; 14-3 en de afsluitende middag 18-4.

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

Belangenbehartiging...

Wilt u een VrijwilligBurgerAdviseur raadplegen?

Dan kunt u contact opnemen met:

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



Het belang van een fietshelm

Een fietshelm kan levens redden en ernstige hoofdletsels voorkomen. Onderzoek toont aan dat het dragen van een fietshelm het risico op hoofdletsel met 60% vermindert en het risico op ernstige hersenbeschadiging met 70-80% kan verlagen. Vooral 65-plussers zijn kwetsbaarder bij een val, dan is een helm cruciaal. We laten een aantal fietsers aan het woord die nooit meer zonder willen.

Helm had een flinke barst

Jan (75 jaar): ik fiets nog elke dag door het bos. Vorig jaar kreeg ik een harde les toen ik een plotselinge val maakte. Ik reed een bocht om en mijn voorwiel slipte weg over natte bladeren. Voor ik het wist, lag ik op de grond. Mijn hoofd raakte de harde grond met een flinke klap, maar gelukkig droeg ik mijn fietshelm. Zonder die helm had ik waarschijnlijk ernstig hoofdletsel opgelopen. De helm had een flinke barst, maar mijn hoofd bleef ongedeerd. Sindsdien vertel ik iedereen hoe belangrijk het is om een helm te dragen, vooral als je ouder wordt. Het heeft mijn leven gered en ik blijf daardoor veilig genieten van mijn dagelijkse fietstochtjes door het bos.

Van mijn fiets geslingerd

Marijke (68): Ik fiets graag door de stad om mijn boodschappen te doen. Op weg naar de markt, een paar maanden geleden, werd ik over het hoofd gezien door een automobilist, die op een kruising plotseling afsloeg. Ik kon niet meer op tijd remmen en botste tegen de zijkant van de auto. Ik werd van mijn fiets geslingerd en viel op de stoep. Mijn fietshelm ving de klap op toen mijn hoofd de grond raakte. Gelukkig had ik

geen ernstige verwondingen, slechts wat kneuzingen en schrammen. Ik ben overtuigd dat mijn helm me beschermd tegen een ernstiger blessure. Sindsdien ga ik nooit meer zonder helm de deur uit, zelfs niet voor een korte rit.'

Kleine moeite

Els (70): 'Ik fiets graag met mijn kleinkinderen. Een tijdje terug gingen we op een zonnige zondagmiddag een ritje maken. Terwijl ik met mijn jongste kleindochter praatte, lette ik even niet op de weg voor me. Ik zag een diepe kuil over het hoofd en verloor mijn evenwicht. Ik viel hard op de grond en mijn hoofd raakte de stoep. Gelukkig droeg ik mijn fietshelm. Hoewel ik flink geschrokken was, hield de helm mijn hoofd veilig. De gedachte aan wat er had kunnen gebeuren zonder die helm, maakt me nog steeds bang. Ik wil nog vele jaren van mijn kleinkinderen genieten, daarom draag ik altijd mijn fietshelm. Het is een kleine moeite voor zoveel extra veiligheid.'

Bezwaren

Toch zijn er diverse redenen waarom mensen geen fietshelm dragen. Veel voorkomende bezwaren zijn het ongemak en de perceptie dat een helm er niet modieus uitziet. Daarnaast zijn er misvattingen dat helmen alleen nodig zijn voor racefietsers of mountainbikers, terwijl ze bij elke fietstocht bescherming bieden. Statistieken ondersteunen het belang van een fietshelm. Jaarlijks belanden in Nederland duizenden fietsers in het ziekenhuis door een ongeluk, waarbij een aanzienlijk deel hoofdletsel oploopt. Volgens de Stichting Wetenschappelijk Onderzoek Verkeersveiligheid (SWOV) kunnen fietshelmen veel van deze letsels voorkomen. Vooral onder ouderen is de kans op ernstig letsel groter, waardoor het gebruik van een fietshelm extra aan te raden is. Het dragen van een helm mag dan soms onhandig of ongewenst lijken, de voordelen voor de veiligheid wegen ruimschoots op tegen de nadelen. Zowel voor jong als oud kan een fietshelm het verschil maken tussen een ongeval met of zonder ernstige gevolgen.

Copyright ABNAMRO Zilverchild



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

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



Dé delicatessenwinkel

Appelmarkt 5

4301CA Zierikzee

0111-412679

Amsterdam 19 oktober

Het KBO-reisje dit najaar heeft als bestemming: Amsterdam. We **vertrekken om 8.30u** vanaf de parkeerplaats aan de Haringvlietstraat tegenover de Lidl. Om 17.00u vertrekt de bus weer vanuit Amsterdam naar Zierikzee. Bussen mogen niet meer stoppen in de stad; u zult dus een stukje moeten lopen vanaf de bus naar de stad. De kosten zijn voor KBO-leden €21,-, introducees betalen €31,-. U kunt zich aanmelden bij Kees: via kverkaart@gmail.com of tel: 06-51478446. De bijdrage kunt u overmaken op rekening: NL46 RABO 0362 4753 26 ten name van KBO Schouwen Duiveland.



Vitaliteitsmarkt 20 september

In LACO wordt op vrijdag 20 september van 13.00u – 17.00u een vitaliteitsmarkt gehouden. Er zijn *kramen met informatie* over o.a. gezondheid, beweging, voeding. Er zijn *workshops* te volgen gericht op het verbeteren van gezondheid en welzijn en het is mogelijk je *gezondheid* te laten *checken* met diverse testen en naar aanleiding daarvan een persoonlijk advies te krijgen. Aanmelden hiervoor kan via www.sdvitaal.nl of scan de qr-code op de flyer. Ook de KBO zal aanwezig zijn met een kraam.

Seizoensopening

voor alle ouderen van Schouwen-Duiveland



CONCERT

m.m.v

zaterdag 5 oktober

aanvang 14:00 uur

de Nieuwe Kerk Zierikzee



Martijn Hop
bas/bariton

Toegangsprijs € 6,50 inclusief consumptie

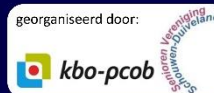
Kaarten verkrijgbaar via

06-15276350,

06-22320983,

06-83407780 en

indien voorradig bij de ingang van de kerk.



Beroemde Meesterwerken

Op 3 september gaan ook de (gratis) concerten van Wouter Harbers in de Nieuwe Kerk te Zierikzee weer van start. Deze concerten zijn iedere eerste dinsdagmiddag van de maand in de Nieuwe kerk. Aanvang 15.00u.

Juridische hulp KBO Brabant: Gratis spreekuur elke 2e en 4e dinsdag van de maand door de notarissen van onze Juridische helpdesk van 10.00-12.00u. Bel op dat tijdstip met uw vragen voor de notaris naar: (073) 30 36 446.

Uitgave door KBO Schouwen Duiveland
Oplage: 290 stuks.

Kopij aanleveren voor het volgende nummer kan t/m 17 september via: ejmsteegmans@gmail.com
Bezorging is samen met het magazine ONS. Bezorgproblemen kunt u melden bij Anneke. tel.nr. 06-44423864. Het volgende blad wordt bezorgd vanaf 24 september.

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

Contributie voor 2024: € 24,- per persoon.
Rekening: NL46 RABO 0362 4753 26
ten name van KBO Schouwen Duiveland