



Blik op de Regio



KBO afd. Schouwen-Duiveland
Jaargang 18, oktober 2025

Spreuk van de maand



*Traditie is niet
het vereren van de verbrande as,
maar het doorgeven van het vuur.*
(Gustav Mahler)

Inhoud

- Pag. 1 Ledenmutatie
Haarlem 18 oktober
Agenda
- Pag. 2 Koffieochtenden
Spel- en ontmoetingsmiddag
Lengte Toon Hermans
Brouwershaven 17 september
- Pag. 3 **Pubquiz 19 november**
Klaverjassen
Seniorencafé 12 november
- Pag. 4 Belangenbehartiging
Kibbeling of kippeling?
- Pag. 5 Samenwerking met de Vriendenloterij
Seizoensopening
- Pag. 6 Rijbewijsverlenging
Ledenservice Senioren Brabant-Zeeland
Bestuur / ledenadministratie /
contributie
Oplage

Welkom

aan onze nieuwe leden:
mevr. Berkulin – de Vries uit Zierikzee en
mevr. van der Have uit Brouwershaven.
Graag tot ziens bij onze activiteiten.



Haarlem 18 oktober

Zoals eerder vermeld gaan we op zaterdag 18 oktober weer op reis en wel naar Haarlem. We kunnen u mededelen, dat we met **TWEE** bussen gaan. Bij het opmaken van dit stukje staat de teller op 98 deelnemers. Met andere woorden er kunnen nog 2 personen bij; dus u kunt zich nog aanmelden. De deelnemers worden op datum aanmelding ingevuld. Komen we boven de 100 deelnemers, dan is Vol=Vol. Dan komt u op een wachtlijst te staan. Dat is van belang, omdat er op het laatste moment vaak afzeggingen zijn en u toch mee kunt. We vertrekken om 8.30u vanaf de parkeerplaats Hatfieldpark (tegenover de Lidl). Om 17.00u vertrekt de bus vanuit Haarlem. De kosten van deze dagtrip € 21,- voor leden; niet-leden/introducees betalen €10,- extra, dus €31,-. Annuleringskosten €10,- p.p. Aanmelden bij Kees via telefoon 06-51478446 of mail: kverkaart@gmail.com. Uw bijdrage kunt u overmaken op rek.nr. NL46 RABO 0362 4753 26 t.n.v. KBO Schouwen-Duiveland onder vermelding van *naam/namen* en *Haarlem*.



23-09: ONS magazine Brabant/Zeeland	
26-09: Klaverjassen	13.30u
07-10: Koffieochtend	09.30u
18-10: Reis Haarlem	08.30u
24-10: Klaverjassen	13.30u
25-10: Seizoensopening	14.00u
28-10: ONS magazine Brabant/Zeeland	
04-11: Koffieochtend	09.30u
12-11: Seniorencafé	14.00u
19-11: Pub quiz	13.30u
21-11: Klaverjassen	13.30u

Koffieochtenden

In juli en augustus waren er geen koffie-ochtenden. Maar in september is dit weer opgestart. Op 7 oktober bent u tussen 9.30u en 11.30u weer van harte welkom in het parochiecentrum (Mosselstraat, Zierikzee) voor een kopje koffie (of thee). **Breng gerust iemand mee.**



Spel- en ontmoetingsmiddag.

Iedere derde woensdagmiddag van de maand is het parochiecentrum (Mosselstraat, Zierikzee) open tussen 14.00u en 17.00u. **Iedereen** is dan welkom voor een praatje, spelletje kaart, sjoelen, rummikub of potje biljart. Dit onder het genot van koffie / thee, of een ander drankje. Voor drankjes wordt een kleine bijdrage gevraagd (€0,50 - €1,-). In september was het weer heel gezellig, met een onverwachte gast uit Brouwershaven. Een aantal vaste gasten was met de bus mee naar het uitje in de Nicolaaskerk. Misschien dat er daarom niet werd gesjoeld, maar er was wel, onder het genot van een drankje, aandacht voor iedereen.

Woensdagmiddag 15 oktober bent u weer **van harte welkom. Breng gerust iemand mee.**



Lengte

*De ene mens leeft maar een jaar of zeven,
De ander honderd en geen centje pijn.
Soms denk ik, als ik nadenk over leven,
Ik had ook die van zeven kunnen zijn.*

Toon Hermans



Brouwershaven 17 september 2025.

Stichting Loveboat Zeeland organiseerde voor de eerste keer twee gezellige middagen in de grote kerk van Brouwershaven. Wim Veerhoek, de organisator achter deze evenementen had erg z'n best gedaan om deze middagen, voor diverse groeperingen die benaderd waren, tot een succes te maken. Met bussen -waaronder een rolstoelbus- werden mensen vanaf diverse plaatsen opgehaald en (met respect voor de buschauffeur) bijna *in* de kerk afgezet. Voorzien van koffie/thee en later een drankje (natuurlijk ontbrak het advocaatje met slagroom niet) kregen we een gevarieerd programma voorgeschoteld: Mario met zang en een leuke muziekingo; de Jochie's en het Oranjekoor. Dit alles zorgde voor een gezellige sfeer waarbij iedereen heerlijk kon meezingen. De aansluitende maaltijd met broodjes kroket en kaas en een toetje toe maakten het feest compleet. Daarna werd ieder keurig met de bus terug naar "huis" gebracht. Afgaande op de reacties van de bezoekers was het een geslaagde middag. Henny





PUBQUIZ woensdag 19 november

De pubquiz van 2024 was een groot succes en dat lijkt ook voor 2025 op te gaan. Er hebben zich al 6 teams aangemeld voor de pubquiz op woensdagmiddag 19 november a.s. in ons clubhuis Mosselstraat te Zierikzee; **aanvang 13.30 uur; inloop vanaf 13.00 uur**. Deze pubquiz zal de hele middag in beslag nemen. Het zou leuk zijn als we er nog twee tot vier teams bij zouden krijgen, maar door gaat de pubquiz zeker! U kunt zich als team (van 4 of 5 personen) opgeven, maar u kunt zich ook individueel opgeven, want dan zorgen wij ervoor, dat er rondom individuele kandidaten een team wordt gesmeed. Dat is al met een team het geval. Kosten deelname per persoon €2,-, per team €10,-; dit om de kosten van de prijzen en gratis koffie 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/chat 06-51478446. Als u zich als team opgeeft verzoeken wij u alle namen van het team en de **teamnaam** door te geven. De individuele deelnemers die zich opgeven kunnen ter plaatse gezamenlijk een naam verzinnen.

Uiterste inschrijvingsdatum is 1 november 2025.

FLOOR!
ZIERIKZEE

Dé delicatessenwinkel

Appelmarkt 5
4301CA Zierikzee
0111-412679

brasserie maritime



Goed nieuws voor de klaverjassers: het nieuwe seizoen begint deze week: op 26 september. Aanvang 13.30u. Inleg €3,50. Aanmelden (en eventueel ook afmelden) bij Henny: per mail hmverkaart@zeelandnet.nl, of via tel.nr.: 06-15276350. Voor in de agenda: de volgende data: 24-10; 21-11; 16-1; 13-2; 13-3; 17-4.



Seniorencafé 12 november: “Een andere kijk op dementie”

Dementie is voor velen een beladen onderwerp. Echter de informatiemiddagen die verzorgd worden door het Odensehuis worden vaak juist positief ontvangen.

Het Odensehuis geeft dementie graag een ander gezicht. Er heersen veel spookverhalen die lang niet altijd kloppen.

Tijdens deze bijeenkomst leert u hoe u dementie in uw omgeving beter leert herkennen en hoe u er vervolgens mee om kunt gaan.

Welke vormen van dementie zijn er en wat zijn de signalen? Hoe kun je een waardevol leven leiden met dementie?

Er is alle ruimte voor vragen en eigen inbreng. Het wordt geen zware middag maar juist een middag van inzicht en verbinding.

Deze middag is in samenwerking met het Odensehuis, Zierikzee.



Odensehuis
Schouwen-Duiveland

In het “Seniorencafe” is **iedereen welkom**, leden van andere ouderenbonden, alle senioren en/of belangstellenden. **12 november** in ons “clubhuis”, Mosselstraat 4, Zierikzee. Welkom vanaf 13.30u; **aanvang 14.00u**

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.



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

Wat is gezonder: kibbeling of kippeling?



Getty Images

Langs de visboer voor een portie kibbeling of naar de poelier voor een bakje kippeling: misschien weet je wel wat je het lekkerst vindt. Maar maakt het voor je gezondheid nog uit wat je kiest? Pascalle Stijger, voedingsdeskundige van het Voedingscentrum:

Kibbeling, dit kennen we allemaal: stukjes witvis (meestal kabeljauw of koolvis) die worden ondergedompeld in beslag en gefrituurd. Hoewel vis op zichzelf gezond is, verliest kibbeling veel van die voordelen door het

frituren. Het beslag zuigt veel olie op, waardoor het vetgehalte flink stijgt. Kibbeling is dus vet, maar het is gemaakt van magere vis. Hierdoor bevat het minder van de goede visvetzuren dan vette vissoorten als zalm of haring. Verder is kibbeling vaak erg zout.

De variant van kibbeling wordt gemaakt van kip, ook wel bekend als kippeling. Kip is een magere vleessoort en bevat veel eiwitten, vitamines en mineralen. Klinkt gezond, maar ook hier geldt: door het paneren en frituren neemt het vetgehalte toe en daarmee ook het aantal calorieën. En met zout wordt bij kippeling vaak ook niet zuinig gedaan.

Welke kies je dan?

Zowel kibbeling als kippeling is door het paneren en frituren niet de meest gezonde keuze. En de sausjes die er vaak bij worden gegeten maken het er niet veel beter op. Voor af en toe natuurlijk helemaal prima. Kies dan vooral wat je het lekkerste vindt. Veel vet en zout bevatten ze allebei. Dus geniet er van, maar niet te vaak! Wil je een gezondere keuze maken? Ga dan voor ongepaneerde vis of kip uit de oven, grill of gebakken in de koekenpan met wat plantaardige olie of een vloeibaar bak- of braadproduct. Laat de zoutpot staan en gebruik in plaats daarvan lekkere kruiden om het smaak te geven.

Gezondheidsnet, voeding



BY CO.
WOON & STIJLWINKEL

Verrenieuwstraat 1
4301HX Zierikzee
www.ditdusbyco.com

SLENDER YOU
Beweging voor iedereen!
 Sterker, soepeler, fitter



studio **Fit**

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



Steun KBO Schouwen Duiveland via de Vriendenloterij

Beste leden van KBO Schouwen-Duiveland
Als lid van KBO Schouwen-Duiveland weet u dat wij onze leden een veelzijdig pakket aan activiteiten bieden: we hopen voor ieder wat wils. Daar is geld voor nodig.

Met de jaarlijkse contributie levert u een belangrijke bijdrage, maar hiervan moeten wij al €14,- per lid afdragen aan Senioren Brabant / Zeeland, o.a. voor het blad ONS.

Nu kwam vanuit de Vriendenloterij de vraag / het voorstel een samenwerking met hen aan te gaan. Dat hebben we gedaan.

Wat houdt dit in?

De Vriendenloterij steunt diverse goede doelen; onze vereniging geldt nu als erkend goed doel met de registratiecode 21667. Dat betekent dat onze leden -en anderen-, die meespelen in de Vriendenloterij ons extra inkomsten kunnen bezorgen.

Hoe werkt het?

Een deel van het bedrag van het lot van de Vriendenloterij is voor een goed doel. Iemand die meespeelt in de Vriendenloterij kan zelf dat goede doel kiezen, bijv. KBO Schouwen-Duiveland en zo onze vereniging (extra) steunen.

Hoe regel je dat?

-U belt met de afdeling Clubs & Verenigingen van de Vriendenloterij 088-020 10 20, dan kiest u bij de menukeuze: 5;

-u vermeldt uw postcode en huisnummer én het registratienummer van onze KBO-afdeling: 21667. Daarna is KBO Schouwen-Duiveland het goede doel van uw lot!

Dit betekent dat KBO Schouwen-Duiveland -van iedere deelnemer die dit heeft aangegeven- een deel van de inleg ieder kwartaal gestort krijgt op haar rekening.

Het kost **u niets** extra's, enkel dit telefoontje!

Overigens kunnen ook niet-leden ons op deze manier steunen, dus: zegt het voort!

Alvast hartelijk dank.

Bestuur KBO Schouwen Duiveland.



Seizoensopening

Zaterdagmiddag 25 oktober is de jaarlijkse opening van het seizoen, georganiseerd door de drie ouderenbonden -SVSD, PCOB en KBO- voor alle belangstellenden op het eiland.

VRIJHEID
concert namens de ouderenbonden
op Schouwen Duiveland uitgevoerd
door het

Vrijwillig Fanfarekorps der Genie
25 oktober 14.00 uur
De Nieuwe Kerk Zierikzee

kaarten 6,50 p.p. via
06 15276350
06 22320983
06 51472419

Via een van bovenstaande telefoonnummers kunt u uw entreekaarten reserveren. Deze liggen dan in de Nieuwe Kerk voor u klaar op 25 oktober.

KOMPASSEN
Mol 9, Zierikzee
www.kompassen.info

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.

*Het keuren kan ook via **Goedkope keuringen**, een landelijk afsprakenbureau; eens per maand in het gemeentehuis Zierikzee. Voor een afspraak of informatie belt u 085 – 4883616. U kunt ook zelf een datum reserveren via

www.goedkopekeuringen.nl. Alle artsen waarmee wij samenwerken zijn aangesloten bij het ZorgDomein. **Het is niet mogelijk bij de locatie rechtstreeks een afspraak te maken.**

Tarieven (incl. BTW): 75+ B/E en medisch €50,-; C/D/E en Taxipas € 65,00.

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.

Juridische hulp

Senioren Brabant-Zeeland:

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.



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: ejmsteegmans@gmail.com

Ledenadministratie: mevr. Colette Bos

Oosterscheldestraat 95, 4302WJ Zierikzee
06-24493492 Mail: cecmcolettebos@gmail.com

Lid: dhr. Kees Verkaart

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

Lid: mevr. Henny Verkaart

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

Lid: mevr. Catrien Vermeulen (bezorging)

Oosterscheldestraat 152, 4302WK Zierikzee
06-25196696 Mail: catharinahoeck@zeelandnet.nl

Contributie voor 2025: € 26,- per persoon.

Rekening: NL46 RABO 0362 4753 26

ten name van KBO Schouwen-Duiveland

Uitgave door KBO Schouwen Duiveland

Oplage: 300 stuks.

Kopij aanleveren voor het volgende nummer kan t/m 21 oktober via ejmsteegmans@gmail.com.

Bezorging is samen met het magazine ONS.

Bezorgproblemen kunt u melden bij Catrien/Arie Vermeulen, tel.nr. 06-13256149 / 06-25196696.

De volgende *Blik op de Regio* wordt bezorgd vanaf 28 oktober 2025.

Als lid van de KBO Schouwen-Duiveland gaat u bij inschrijving onverkort akkoord met de Privacyverklaring van KBO Brabant/Senioren Brabant-Zeeland zoals die terug te vinden is via de volgende link van Senioren Brabant-Zeeland: seniorenbrabantzeeland.nl/privacyverklaring/

Meer informatie is te vinden via de website:

www.kbozeeland.nl / senioren regio zeeland.

U vindt op deze site veel algemene informatie over KBO in Zeeland, maar ook over de verschillende afdelingen. KBO Schouwen-Duiveland heeft één pagina; op deze pagina steeds de link naar de laatste *Blik op de Regio*.

Daar in kleur! U vindt ons via *afdelingen*.

<https://senioren-zeeland.nl/schouwen-duiveland/>