



KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ

Digitale nieuwsbrief voor leden van de KBO's in Zeeland

Nummer **105** d.d. 22-04-2018



In dit nummer:

Van de redactie – Wim Jansen aan het woord – Nu verenigen maakt sterk in de toekomst
Trip naar Dordrecht – Jubileumfeest KBO Kloosterzande – Hoe krijg ik meer
aandacht van de media voor mijn afdeling? - Zo haalt u het meeste rendement uit
uw zonnepanelen – Hulpmiddelen voor de fiets - Colofon

Van de redactie

Beste lezer(es),

En ... heeft u ook donderdag gekeken naar The Passion? Het meeslepemde verhaal van Jesus in zijn nadagen? Met Bijbelteksten en liedjes, gebaseerd op hedendaagse popsongs, maar aangepast aan het verhaal? Prachtig om te zien hoe iedereen, gelovig of niet gelovig, duidelijk onder de indruk, zich één voelt met wat er in Dordrecht nagespeeld wordt. Het aansprekende thema is dit jaar; "je bent niet alleen". Het gaat over eenzaamheid, prominent aanwezig in het paasverhaal. Maar ook helaas in de werkelijkheid. Laten we daar als KBO lid wat aan doen.

Heel iets anders: Helaas is er een foute datum geplaatst bij NieuwsFlitz 104, n.l. 9 mei i.p.v. 9 april. Excuses hiervoor.

Veel leesplezier.



Wim Jansen aan het woord

Hierbij een paar passages uit het voorwoord van voorzitter Wim Jansen, uitgesproken tijdens de Algemene Vergadering in Sluiskil van KBO Zeeland op 9 april jl.

In dit jaar, 2019, vieren we ons 25-jarig jubileum. Het Bestuur en de werkgroep jubileum hebben veel waardering voor de programma's die door de verschillende Kringen voor de leden zijn opgesteld. Op deze wijze organiseren we weer ontmoetingen voor de leden en wordt de onderlinge verbondenheid bevorderd. De volgende Algemene Vergadering, nl. op 29 oktober as., zal meer in het teken staan van het zilveren jubileum, waarna we op 20 november het jubileumjaar met de leden feestelijk zullen afsluiten in IJzendijke.

Tevens, dames en heren, meer en meer wordt duidelijk dat wij als senioren een belangrijke plaats innemen in de samenleving, alleen al vanwege de toenemende omvang van de groep 75-plussers. Dat heeft consequenties, ook financiële, bijvoorbeeld op het gebied van wonen, inkomen, welzijn en niet te vergeten de zorg. We zullen als senioren zelf voor onze belangen moeten opkomen. Daarvoor is het noodzakelijk dat we als ouderen als eenheid voor onze belangen aandacht vragen. We moeten voorkomen dat niet alleen over de uitdagingen van de ouderen wordt gesproken en beslist, maar juist met de ouderen. Deze stellingname is urgent. Denk bijvoorbeeld maar aan de realistische bedreiging dat de pensioenen volgend jaar worden gekort. Dus niet alleen wordt de hoogte van de pensioenuitkeringen al meer dan tien jaar niet aangepast aan de gestegen prijzen, maar de pensioenuitkering wordt dan nominaal verlaagd! Feitelijk een dubbele verlaging van het netto besteedbare inkomen. Belangen behartiging, landelijk, maar ook op provinciaal, regionaal en gemeentelijk of lokaal niveau is voor ons als KBO een belangrijke taakstelling, samen met de PCOB en zo mogelijk met andere organisaties van senioren. De slogan die we voor dit jubileumjaar hebben gekozen, past dan ook prima, nl.

NU VERENIGEN MAAKT STERK IN DE TOEKOMST!

Aldus Wim Jansen. Foto's: Arjen Jan Stada en Jan van den Boom



Nu verenigen maakt sterk in de toekomst

Bij de Algemene Vergadering van KBO-Zeeland op dinsdag 9 april 2019 in het Meulengat te Sluiskil waren vertegenwoordigers van 28 van de 32 Zeeuwse KBO-afdelingen aanwezig.

Voorzitter Wim Jansen opende de vergadering, waarna Pastor Tom Brooijmans de overweging verzorgde. Hij hield de aanwezigen de 'gelijkenis' voor van Jezus over een vader en 2 zoons.

De notulen van de Algemene Vergadering van 30 oktober 2018 en het jaarverslag werden vastgesteld. En er werd kennisgenomen van het werkplan 2019. Ook het jaarbericht 2018, bestemd als PR naar buiten toe, werd onder de aandacht gebracht. Tevens wees hij op het onlangs verschijnen van de 100^e NieuwsFlitZ. Erg belangrijk om de KBO-leden van informatie te voorzien.

De voorgestelde begrotingswijziging 2019 in verband met de activiteiten voor het 25 jarig jubileum KBO-Zeeland, werd akkoord bevonden. De opening van dit jubileumjaar vond plaats op 20 februari jl. De kringen hebben hun activiteit voor de zomermaanden rond en in november vindt de sluiting plaats.



De heer Wim Copper was aftredend als penningmeester. Door het bestuur werd de heer John Jansen, thans bestuurslid algemene zaken, genoemd als kandidaat penningmeester.

In verband met de huidige gezondheidsproblemen van John Jansen is Wim Copper bereid de functie van penningmeester ad interim in te vullen. De vergadering stemde met beide voorstellen in.

Tot slot werden de bestuursleden door de voorzitter bijgepraat over KBO-Zeeland "hoe functioneert het anno 2019". Het activiteitenpakket van KBO-Zeeland werd onder de loep genomen.

Het bestuur van KBO-Zeeland, bestaande uit vrijwilligers, heeft een faciliterende en ondersteunende taak t.o.v. de aangesloten afdelingen. Deze afdelingen vormen de basis van KBO-Zeeland.

Wat betreft de organisatorische vorm van KBO-Zeeland werd door het Algemeen Bestuur voorgesteld te kiezen voor de huidige organisatievorm. Afdelingen houden daarbij hun eigen budget en blijven verantwoordelijk voor het eigen financieel beheer, m.a.w. zij blijven autonoom functioneren.

De vergadering kon zich vinden in dit voorstel en het daaraan gekoppeld activiteitenpakket van het Algemeen Bestuur.

Landelijk zal deze keuze worden uitgedragen bij de besprekingen over het fusieproces KBO/PCOB. Regionaal is het van belang de samenwerking tussen KBO en PCOB steeds meer vorm te geven, waarbij moet worden gedacht aan het gezamenlijk opzetten van activiteiten en belangenbehartiging.

KBO-Zeeland kreeg vanuit de vergadering toestemming op de nu ingeslagen weg voort te gaan.

De Algemene Vergadering werd afgesloten met een gezamenlijke, gezellige en lekkere lunch.

Tekst: Riek van Zeventer

Foto: Jan van den Boom

Trip naar Dordrecht

54 KBO-leden en introducees stapten zaterdagochtend 6 april in de bus voor een dagje Dordt. Onderweg vertelde de chauffeur de herkomst van het gezegde: hoe dichterbij Dordt, hoe rotter het wordt. Deze uitspraak stamt uit de tijd dat Dordrecht een overslaghaven was.

Bij Dordrecht, oorspronkelijk een eiland, kwamen drie rivieren bij elkaar en was er altijd een sterke stroming. Hoe dichterbij Dordrecht kwam, hoe verraderlijker de stroming. Sommige kapiteins weigerden daar aan te leggen uit angst voor schade. Gelukkig hebben we hier met de bus totaal geen last van gehad.

De reis, via de Moerdijkbrug, verliep voorspoedig en iets over 10 uur konden we uitstappen op de Spuiboulevard. Onderweg was er informatie gegeven over Dordrecht en wat tips om die dag te doen.

Na het uitstappen waaierde de groep direct uiteen: enkelen gingen richting "Intree Dordrecht", het VVV, anderen gingen meteen de stad in.

De meesten hebben wel een bezoek gebracht aan de grote of O.L.V. kerk, sommigen hebben zelfs de toren beklommen!



De bezoekers boften, want er werd geoefend voor een concert diezelfde middag en ze konden genieten van de solisten die samen met de muzikanten aan het oefenen waren óf, wat later op de dag, van het koor wat de laatste puntjes op de i zette voor het optreden.

Dordrecht was vroeger een eiland, dus natuurlijk kon er ook een rondvaart worden gemaakt. Deze tocht begon en eindigde aan de Wijnhaven en duurde ongeveer een uur. Tijdens de tocht kreeg je heel wat informatie over de stad. Naast de rondvaart en de O.L.V. kerk waren het Hof van Nederland, het Huis van Gijn en het Dordts museum zeker

een bezoek waard en dat vonden meer mensen, afgaand op de verhalen op de terugweg en de foto's die op facebook werden gezet. Maar Dordrecht heeft ook de langste winkelstraat van Nederland. Dus in de bus werden ook wat mooie koopjes geshowd.

Kortom, er was keuze genoeg om de dag door te brengen. Naarmate de dag vorderde, trok de lucht open, kwam het zonnetje door en lokten de terrasjes. Vandaar dat de meeste deelnemers daar hun dagje Dordt afsloten. Om 17.00 uur was ieder weer aanwezig bij de bus om op huis aan te gaan. We kunnen terugkijken op een geslaagd uitje en zijn het eens met de opmerking van koning Willem Alexander: hoe dichterbij Dordt, hoe mooier het wordt.

Tekst en foto's: E. Steegmans



Jubileumfeest KBO Kloosterzande



Op 10 april 2019 vierde de KBO afd. Kloosterzande e.o. haar 50 jarig bestaan, dat werd geopend met een toespraak door de voorzitter.

In de toespraak werd de historie van de afdeling besproken met een afbeelding uit vroegere tijden van de vrijwilligers die de afdeling hebben gemaakt zoals die nu is.

Daarna werd er een uitgebreide lunch geserveerd, die zeer in de smaak viel.

Om 14 uur was het tijd voor de groep van Ambras, een zeer bekende groep uit de streek. Met veel meezingers werd het een gezellig feest.

Rond 16.30 uur volgde nog een receptie voor alle KBO-afdelingen en relaties uit de regio.

Tekst en foto boven: Pauwels



Hoe krijg ik meer aandacht van de media voor mijn afdeling?

Op 11 april jl. kregen 26 KBO leden op een aangename wijze onder-richt in "hoe in de media-aandacht te krijgen voor de activiteiten van mijn KBO afdeling en op welke manier kan ik het best de lokale en regionale media benaderen?" De workshop was georganiseerd door de Commissie Kaderbeleid en vond plaats in het Meulengat in Sluiskil.

Teije Brandsma van Aid Publicity (oud-Telegraaf journalist en Mid-den-Oosten correspondent) en de KBO dagvoorzitter Gerard Janssen leidden de aanwezigen in diverse stappen door deze problematiek. Teije benoemde een aantal voorbeelden en liet de cursisten vaak zelf ontdekken hoe te handelen en om te gaan met de pers aan de hand van een aantal richtlijnen en technieken.

Op het eind van deze workshop werd er in groepjes een persbericht opgesteld via een gekozen thema,.

Na voorlezing werd dit van commentaar voorzien en aangegeven hoe dat persbericht gericht verbeterd kon worden.



Het was een leerzame workshop. Hopelijk kunnen de aanwezigen dit in de praktijk toepassen om zo de KBO in hun directe omgeving een stuk bekendheid mee te geven. En die bekendheid werkt ook weer door in het verkrijgen van nieuwe leden en vrijwilligers.

Tekst en foto: Jan van den Boom



Zo haalt u het meeste rendement uit uw zonnepanelen

Het zijn gouden tijden voor mensen met zonnepanelen. Veel zonlicht, weinig regen. Hoewel: dat laatste heeft ook een keerzijde. Zo zorgt een regenbuitje op zijn tijd er voor dat zonnepanelen een gratis schoonmaakbeurt krijgen. Dat gebeurt nu niet, waardoor vuil de kans krijgt zich op te hopen. Zonde. Dat blokkeert namelijk het zonlicht en zorgt voor minder rendement. Gelukkig kunt u zelf uw zonnepanelen schoonmaken.

De beste tijd om uw zonnepanelen te reinigen, is vlak voor de zomermaanden.

Een aantal do's en dont's bij het schoonmaken:

- 1-Schakel eerst het zonnestroomsysteem helemaal uit.
- 2-Check daarna de temperatuur van de zonnepanelen, want die kan oplopen tot 80 graden.
Als u dan met koud water aan de slag gaat, kunnen de panelen barsten. Wacht dus totdat ze een normale temperatuur hebben bereikt.
- 3-Liggen de zonnepanelen op een goed bereikbare plek? Dan kunt u ze zelf schoonmaken.
U kunt de panelen ook vanaf de grond met een sproeier of tuinslang schoon spoelen.
- 4-Het meest voorkomende vuil op zonnepanelen is stof,

bladeren, zand, vogelpoep en mos. Bladeren veegt u het beste weg voordat u met water aan de slag gaat. Hardnekkig vuil, zoals vogelpoep, verwijdert u met een zachte doek.

- 5-Gebruik daarna alleen water, of een biologisch afbreekbaar schoonmaakmiddel. Allesreiniger kan de zelfreinigende laag van zonnepanelen aantasten.
- 6-Gebruik geen schuurmiddelen en sponzen, die laten krassen achter.
- 7-Ook een hoge drukreiniger is uit den boze, deze beschadigt het glas en de bedrading van het systeem.
- 8-Maak de zonnepanelen het liefst 's ochtends of 's avonds schoon, als er weinig zonlicht is. Op die manier droogt het schoonmaakwater niet te snel, waardoor er geen vlekken achterblijven.
- 9-Verticaal geplaatste zonnepanelen moet u vaker schoonmaken dan horizontale. Het vuil stapelt zich namelijk in de onderste rand van verticale panelen sneller op.

U kunt ook een bedrijf inhuren om uw panelen schoon te laten maken. Een goede reinigingsbeurt levert ongeveer 2 tot 3% meer rendement op!

Bron(nen): Essent en Nuon

Hulpmiddelen voor de fiets

Je wilt je vrijheid zo lang mogelijk behouden. Voor veel mensen is de fiets een favoriet vervoersmiddel om erop uit te gaan. Heel gezond!

Lees daarom onze tips om zo lang mogelijk te blijven fietsen.



Makkelijker opstappen

Kies voor een fiets zonder stang en met lage instap. Hoe ouder je wordt, hoe lastiger het vaak is om een beenzwaai te maken bij het opstappen.

Koplampen

Zorg er voor dat je koplamp voldoende licht geeft in het donker! Hoe ouder je wordt, hoe slechter je ziet in het donker.

Pedalen

Zorg voor een goede grip door een antislippedalen te gebruiken.

Opvallend veel ongelukken gebeuren doordat fietsers, vooral bij regen, van hun pedaal afglijden.

Bril

Een juiste (zonne)bril beschermt tegen kou, vuil, uv-licht en wind. Oude ogen hebben het zwaar op de fiets.

Brede banden

Brede banden zijn veiliger en comfortabeler voor senioren. Vraag bij de fietsenhandel.

Elektrische ondersteuning

Als je niet voldoende kracht hebt om in een normaal tempo te fietsen, overweeg dan een elektrische fiets (E-bike). Fietsen op een elektrische fiets blijft echt fietsen.

Zadelhoogte

Het zadel moet zo hoog staan dat je been net niet helemaal gestrekt is. Dan kun je net met de tenen bij de grond.



Driewiel fiets

Heb je moeite met je evenwicht, dan is een driewiel fiets een goed alternatief om te blijven fietsen. Je zit stabiel, maar blijft wel in beweging.

Spiegel

Een spiegel tje aan het stuur helpt als u moeite heeft met achteromkijken.

Bron: Veilig Verkeer Nederland



KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ is een uitgave van KBO Zeeland

Blijf ons ondertussen ook volgen op:

 facebook.com/kbo.zeeland.3

en

 [twitter.](https://twitter.com/kbozeeland)

Voor al het andere nieuws vanuit KBO Zeeland kijkt u op onze website www.kbozeeland.nl

Mailadres info@kbozeeland.nl

Secretariaat: R. Nuytinck
Veerweg 34A,
4471 NC Wolphaartsdijk

Redactie

KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ:

Jan van den Boom
Lillianne van der Ha
Maria van Waterschoot
E-mailadres
kbonieuwsflitz@zeelandnet.nl

Indien u als KBO afdeling iets te melden hebt voor de NieuwsFlitZ of de digitale NieuwsFlitZ niet meer wenst te ontvangen, dan u kunt u dit melden via e-mail:

kbonieuwsflitz@zeelandnet.nl

Kijk voor het laatste nieuws op de site van KBO-PCOB

www.kbo-pcob.nl