

KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ

Digitale nieuwsbrief voor alle leden van de KBO afdelingen in Zeeland

Nummer **110** d.d. 15-7-2019



In dit nummer:

Van de redactie – Algemene Bestuursvergadering – Samen feesten met
bijna 200 KBO-ers – KBO Terhole aan de BBQ – Neeltje Jans
Natuurwandeling op Schouwen-Duiveland – Fietstocht KBO Sas van Gent/Westdorpe
Door wat ben je gestoken? – Koud of warm drinken bij mooi weer? – Colofon

Van de redactie

Beste lezer,

In deze NieuwsFlitZ een paar prachtige beschrijvingen van een fietstocht en een natuurwandeling. Als je aan de hand van een topografische kaart, plattegrond of via 'google maps' de verslagen leest van de wandel- en fietstocht beleef je daadwerkelijk de prachtige omgeving en natuur in het Zeeuwse. Het is natuurlijk nog mooier om zelf ook zo'n tocht te maken.

Jammer dat we soms niet meer ruimte hebben om de verhalen in z'n geheel in onze NieuwsFlitZ te publiceren.

Wederom een KBO feestje, een gezellige BBQ en verder een excursie naar Neeltje Jans. En uiteraard wat praktische tips. De volgende NieuwsFlitZ verschijnt vanwege de vakanties pas weer op 5 augustus.

Veel leesplezier toegewenst.



Het dorps-huis 'Binnendeur' te Kloosterzande.

Algemene Bestuursvergadering

Op 25 juni jl. werd de Algemene Bestuursvergadering gehouden in het Dorpshuis 'Binnendeur' te Kloosterzande. Buiten heerste een hittegolf, binnen in het dorps-huis was het goed te doen voor deze bijeenkomst.

De Kringen Hulst en Midden Zeeuws-Vlaanderen deden verslag van hun Jubileumactiviteit. Zie ook in NieuwsFlitZ 109.

Bij het Poso overleg kwam aan de orde dat busmaatschappij Connection in juli/augustus een dagje uit aanbiedt tegen gereduceerd tarief. Poso stuurt een brief naar de gemeenten i.v.m.: 'Langer thuis'.

Een dankbrief van voorzitter Wil van der Kruis bij zijn afscheid als voorzitter van de Unie KBO was bij de ingekomen stukken.

Vooruitblik op komende activiteiten:

Het DOA (Docent Ouderenadvisering); Wilfried Staelens gaat samen met mevr. A. Bouwman de taken verdelen, zij gaan weer een cursus verzorgen voor de VOA (Vrijwillige Ouderen Advisering) in september en oktober.

Gerard Arens en Walter van Acker van projectteam Belastingen Adviseurs zijn tevreden dat men weer de E-herkenning heeft voor 3 jaar. In oktober/november komt er een evaluatie bijeenkomst. Voorzitter Wim Jansen ligt de ontwikkelingen toe over samengaan KBO-PCOB. Het AB kan zich vinden in de notitie van adviseur Geert Jansen (ondertussen zijn geplande bijeenkomsten allen afgelast). Jubileumactiviteit: op 29 oktober is er een algemene vergadering in Sluiskil met als gast Manon van der Kaa en spreker David van Bodegom met het thema: 'Gezond ouder worden'.

Op 20 november is er een feestmiddag voor de leden van Maurits-hof IJzendijke. De jubileumcommissie werkt het programma verder uit.

Bron: Lilianne van der Ha - van Vlierberghe



Feest in KBO land

Samen feesten met bijna **200** KBO-ers

Voor 26 juni 2019 hadden zich 226 deelnemers uit de 9 afdelingen van de Kring Noord- en Midden Zeeland aangemeld om deel te nemen aan de afdelings-/kringactiviteit i.v.m. het 25 jarig jubileum van KBO Zeeland in de Stenge Heinkenszand. Een viertal afdelingen had voorafgaand aan het optreden in Heinkenszand nog een eigen activiteit (fietsocht, maaltijd) gekoppeld. Het was een mooie middag en gelukkig niet zo warm meer als de dag daarvoor. Helaas zagen een aantal mensen het i.v.m. de warmte toch niet zitten om te komen.



Uiteindelijk kon onze troubadour Maarten van Veen bij de ingang van de Stenge 193 mensen verwelkomen. Na de ontvangst met koffie/thee werden de deelnemers welkom geheten door de voorzitter van de kring, Theo Snel. Een eerste optreden van onze troubadour volgde. Daarna werd de zaal uitgenodigd om aan te tonen dat ze veel van Zeeland af wisten. Een quiz, knap in elkaar gedraaid door Els Steegmans, werd gepresenteerd door Tineke Kalwij. In de eerste ronde konden we al een vijftal prijzen kwijt. Een tweede ronde leverde drie winnaars op. Een pauze was daarna welkom, want de kelen waren dorstig. Een drankje en een hapje, uitstekend verzorgd door het personeel van de Stenge, ging er goed in. Tevens een moment van ontmoeting voor velen.

Na de pauze trad onze troubadour wederom op met een mix van eigen geschreven (onder zijn artiestennaam de Reisgenoot) en bekende liedjes. Er werd volop meegezongen. Rond 17.00 uur konden we een geslaagde middag afronden. Sommigen moesten nog wel op de fiets terug, maar met een lekker windje was dat geen probleem. We kunnen terug kijken op een geslaagde middag.

Bron: Theo Snel. Foto's: Erik Steegmans

KBO Terhole aan de BBQ

Op dinsdag 25 juni was het weer zover: de traditionele BBQ van Terhole. Er stond een gevarieerd 6-gangen menu op het programma, met een keur aan verse salades en afsluitend heerlijk verfrissend ijs. Dat was die dag ook wel nodig, want de barometer liep op tot dik in de dertig graden. Liefst 57 personen hadden zich aangemeld voor deelname, dus was het weer passen en meten in ons Dorpshuis "Brandershole". Gelukkig dat we met dit weer gebruik konden maken van de overkapping aan het dorpshuis om ieder voldoende plaats te kunnen bieden. Om 17.00 uur konden we aan tafel en konden we genieten van al dat lekkers. Dit alles klaargemaakt en uitgeserveerd door Bucky's Catering. Om 19.30 uur waren we klaar met eten en met de hulp van onze vitale senioren werd alles weer netjes opgeruimd. We kunnen terugzien op een geslaagde en gezellige dag voor onze leden. Het is zeker voor herhaling vatbaar.

Bron: Ferrie Hillaert.

Foto: Anneke Arens.



Kring West Zeeuws-Vlaanderen bezoekt

Neeltje Jans

Op 26 juni jl. vertrokken 41 mannen/vrouwen uit Aardenburg, Oostburg en IJzendijke, naar Deltapark Neeltje Jans. Dit is een themapark op het voormalig werkeiland Neeltje Jans in de Oosterschelde. Het park heeft naast het attractieve karakter ook een educatieve functie met betrekking tot de Deltawerken.



Na de koffietafel nam een gids ons mee naar de stormvloedkering. Hier, in het hart van één van de pijlers, kregen we uitleg over de werking van de sluisen die gesloten worden bij een te verwachten hoogwaterstand boven de 3 meter NAP.



Deze stormvloedkering is gebouwd in de jaren 1976 tot 1986 en is 9 kilometer lang. Hij bestaat uit 65 pijlers van 30 tot 40 meter hoog en 62 schuiven van 42 meter breed en 6 tot 12 meter hoog.

Het volledig afsluiten van de zeearm zou de nekslag voor het zoutwatermilieu van de Oosterschelde betekenen maar ook voor de mossel- en oesterteelt. Daarom is in 1979 besloten een open kering te bouwen. Een uniek natuurgebied is nu in de Oosterschelde aanwezig met meer dan 70 vissoorten, 140 soorten waterplanten en algen en zo'n 350 soorten bodemdieren.

De stormvloedkering werd op 4 oktober 1986 officieel geopend, de weg over de stormvloedkering één jaar later.

Na deze interessante en leerzame rondleiding en de lunch stond een film over de bouw van dit gigantische bouwwerk te wachten.

Daarna moesten we ons haasten om op tijd te zijn voor een rondvaart van 1 uur door het Nationaal park de Oosterschelde.

Tenslotte hadden we nog ongeveer anderhalf uur om in of buiten het gebouw van alles te gaan bekijken.



Zo kon je de Watersnoodramp van februari 1953 met alle geluiden van onweer, bliksem, regen, storm en de daardoor voortkomende angstige momenten van roepende en schreeuwende mensen in nood 'belevén'.

Menig bezoeker verliet deze ruimte met tranen in de ogen. Zo schokkend was deze ervaring.

Na onder elkaar nog ervaringen van de dag te hebben uitgewisseld vertrokken we rond 17.00 uur, na een zeer geslaagde dag, weer terug naar huis.

Bron en foto's: Sjef van Donge en Neeltje Jans.



Natuurwandeling op Schouwen-Duiveland

De donkere wolken en de regendruppels waren al lang verdwenen, toen we om half twee vanaf de 'Ijsbaan' in Brouwershaven met een groepje wandelaars vertrokken richting Den Osse. Eerst door het centrum van Brouw en langs Vadertje Cats. Wij zochten de rust op achter de Grote- of St. Nicolaas-kerk en de diepe tuinen van de huizen aan de Noorddijkstraat. In de warmte van de zon kwam de sterke geur van de bloeiende liguster ons tegemoet. Hier en daar werden we door waakzame blaffende honden, achter schrikdraad, opgeschrikt. Als we even het eind van de Noorddijkstraat inlopen op onze weg naar de wallen van Brouw liggen de uitgebloeide blauwe morgenster-hoofdjes op straat. Jammer dat we ze niet in de ochtendzon gezien hebben. Wel zien we aan de overkant van de straat de oude zaadpluisbollen ervan en nemen een paar zaden mee voor de eigen tuin. Over de wallen lopen we verder in de schaduw met zicht op de vest met veel riet. Er is slechts een enkele wilde eend en meerkoet te zien. We gaan verder richting Molen en jachthaven.



Eerst de Heernisweg opgezocht, onder langs de Schouwse Dijk. Het is alleen uitkijken voor de talrijke fietsers op dit pad. Verborgen achter de wuivende graspluimen kunnen we nog juist twee oude gemetselde sluisjes zien met een rood/wit/zwarte Atalanta of Admiraalsvlinder, die zonne-energie op zit te doen. Links van ons hebben we uitzicht over de polder met een veelbelovend bietenveld en een geel gerijpt gerstveld. Als we langs het meer begroeide Landal-park lopen horen we al op grote afstand het winterkoninkje en de vinken hun lied zingen.

Onze eerste stop is bij Jeanz om wat te drinken. Onze bierspecialist neemt een Texelse skuumpkop. Op het strandje zijn al zanaanbidders en uit het water komt de eerste koene zwemmer. Uitgerust vangen we de terugtocht aan over de kruin van de dijk, die aan de zuidkant mooi begroeid is met het hoge rijpe gele gras. Aan de Grevelingenzijde staat er volop liguster en vlier te bloeien met hier en daar een roze hondstroos. Op het water wordt er al volop gezeild en de vissers zijn ook actief met hun kotters. Vóór ons ligt het eiland "Dwars-in-de-Weg", beschermd door de pieren en zelf als bescherming van Brouw.

Rechts van ons ligt de polder met akkers bebouwd met knolselderij, aardappelen en erwten. De kerk van Brouw met de groene omlijsting vormt het panorama van dit al, met in de verte nog vaag de Dikke Toren van Zierikzee. We lopen langs de volle jachthaven naar het parkeerterrein en tussen de nauwe straatjes door naar het centrum, waar nog steeds drukte heerst op terrassen en bij de ijswinkel.

Bron en foto's: Nico Baart

Fietstocht KBO Sas van Gent - Westdorpe

*KBO Sas van Gent-Westdorpe fietsten op 26 juni een mooie route vanuit Sas van Gent naar Absdale en terug.
Het (ingekorte) verslag:*

“Na een woordje door Karel en de voorzitter stappen we op de fiets. De lucht is betrokken in vele tinten grijs en er waait een lichte bries. We fietsen naar de brug over het Kanaal. Telkens als ik over het spoor rij denk ik: kunnen ze na 40 jaar die bult niet weg krijgen? Vanaf de brug rijden we de polder in. Op de Klein Kanaalweg staat een betonmolen te manoeuvreren en verderop staat al een wagen klaar met een gigantische slangenslurf.

Tonnie en Freddie blazen even uit van het geregel bij de oversteekplaatsen, want soms liggen die wel erg kort op elkaar. Rechts groeit maïs en riet. De iele boompjes aan het Pape-schormenneken leiden ons richting de paprikafabriek. Over de Sasdijk peddelen we naar de Axelse Sassing. Hier lijkt een strook rode klaprozen ingezaaid.



De karavaan trekt onder het geboomte van de Graaf-jansdijk verder richting Axel. Langs de Liniedijk ligt een veldje korenbloemen. Voorbij de verdoken villa's pronkt een blok slaapmutsjes, compleet met drie meisjes. Het veld blauwe bloemen op de achtergrond is geen boekweit! Voorlopige determinatie: een vlinderbloemige, familie van de erwten.

De gerst buigt zijn kop en is bijna rijp. Er liggen velden vol wilbloemige petatten.

Over de Hulsterseweg rijden we en daarna via de Gdyniabrug naar De Letter Asperges & Zo in Absdale. Hier is koffie met gebak en in de winkel liggen de laatste asperges.

Om half twee is het wel geweest en stappen we op. Peter is zijn fietssleutel kwijt die hij later in zijn portemonnee terug vindt. We passeren de theetuin bij de Klapstraat en koersen richting Fortdijk. Hier zien we veel gerst en petatten en hier een en daar een blok vlas, een veld papavers, stijve groene tarwe. We fietsen verder via een mooie route naar Zuiddorpe, waar we aanleggen bij het Gemeenschapshuis 't Kaaike. Er zijn kaartjes, er is koffie met cake, fris, Palm en ijs.

Om kwart over drie stappen we weer op de fiets. De eerste accu's vallen plat en de reserveaccu's worden geïnstalleerd. Verder gaat het over Eversdam naar Middenweg. Prachtig. Om kwart over 4 stappen we bij St. Albert weer af en blussen het stof met een drankje.

We danken de vrijwilligers: Antoine en Johan, Tonnie en Freddie, Karel en Wim”.

Bron: Bernard Willems. Foto's: Eric Inghels en Antoine de Coninck

Door wat ben je gestoken?

Een rode vlek, jeuk of een zwelling: een beet van een insect herken je vaak wel. Toch is het niet altijd duidelijk welk beest je te pakken heeft gehad, terwijl er wel degelijk onderscheid zit in de beten.



De steek van een **bij** voel je meteen: de prik geeft een stekende, brandende pijn. Direct daarna wordt de huid dik en rood. Meestal is een bijensteek onschuldig en verdwijnen de verschijnselen snel. Bij een allergie kunnen echter wel ernstige symptomen optreden en is snel handelen nodig.

Na het steken door een **hommel** blijft de angel over het algemeen niet achter in de huid. Er treedt wel een korte pijnreactie met veelal zwelling en roodheid op die enkele uren kan aanhouden.



Een **wespensteek** kan flink pijn doen. De verschijnselen zijn vergelijkbaar met een bij, maar de angel van de wesp blijft niet achter.



Op het moment van een **mierenbeet** voel je niets. Pas later ontstaan rode vlekjes die erg kunnen jeuken. Bij een allergie kan - vanzelfsprekend - wel een extremere reactie ontstaan.



Alleen vrouwelijke **steekmuggen** bezorgen je bulten op het moment dat ze bevrucht zijn. Met speciale monddelen prikt een mug gaatjes in de huid waardoor ze bloed op kunnen zuigen.

Het speeksel van de mug zorgt ervoor dat je bloed niet meteen stolt, maar als reactie daarop komt er een allergische reactie die gepaard gaat met jeuk, roodheid en zwelling.



De **steekvlieg** (daas of paardenvlieg) kan gemeen bijten. De snuit van de steekvlieg bestaat namelijk uit kleine mesjes, die zelfs door dunne kleding heen kunnen bijten. De vrouwtjes strijken snel neer, bijten vrijwel onmiddellijk en zuigen bloed. Door het speeksel ontstaat jeuk en een opgezwollen schijf op de huid. Houd de beet ook goed in de gaten, je kunt namelijk een bacteriële infectie oplopen.

Ook een **tekenbeet** is pijnloos en merk je meestal niet op. Een teek blijft echter meestal wel op de bijtplek zitten. Je moet hem dan zo snel mogelijk verwijderen, omdat hij ziekten over kan brengen. De bekendste is de Ziekte van Lyme.



Bron: plusonline.nl



Koud of warm drinken bij mooi weer?

Als het warm is ben je al snel geneigd om een glas koud water te drinken, het liefst met ijsblokjes en een schijfje citroen. Lekker, maar heeft het ook het beste verkoelende effect? Heel vaak wordt er namelijk gezegd dat je beter een kopje warme thee kan nemen.

Wat werkt beter, warm of koud drinken bij warm weer?

De temperatuur van wat je drinkt, is helemaal niet zo belangrijk. Veel belangrijker is dat je voldoende drinkt, ook als je nog geen dorst hebt. Op warme dagen zweet je meer, dus moet je ook meer drinken dan normaal. Wanneer je minder plast dan gebruikelijk of als je urine donker is van kleur, drink je te weinig.

Een volwassene heeft gewoonlijk ongeveer anderhalf tot twee liter vocht per dag nodig uit dranken. Bij hoge temperaturen is het goed om minstens twee liter te drinken.

Thee en water, maar ook koffie kun je rustig drinken op een warme dag. Veel mensen denken dat koffie vocht afdrijvend is, maar dat is een fabel. Alcohol daarentegen is wel vocht afdrijvend.

Het is ook altijd handig om een flesje met water mee te nemen als je op pad gaat. Zo heb je altijd water bij je onderweg. Je zou bijvoorbeeld in een file terecht kunnen komen of stel je voor dat je trein vertraging heeft.



Bron: [Voedingscentrum](#)



COLOFON

KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ is een uitgave van KBO Zeeland

Blijf ons ondertussen ook volgen op:

 [facebook](#) en
 [twitter](#).

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