



# KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ

Digitale nieuwsbrief voor alle leden van de KBO afdelingen in Zeeland

Nummer **116** d.d. 29-10-2019



Inhoud: Van de redactie – Laat ze maar schuiven in Ovezande  
Herfstdagtocht naar de Belgische Kempen – Dagje Den Haag  
Hoe kan ik de kans op een inbraak verkleinen?  
Personenalarmering: de redder in nood! – Colofon

BRON EN FOTO; BEP MEERHOFF.

# Van de redactie

*Beste lezer(es),*

Zondag is de wintertijd ingegaan en konden we een uur langer slapen. De keerzijde is wel dat het 's avonds al vroeg donker is. Niet voor iedereen is het gemakkelijk om zich aan te passen aan de wisseling. Daarom wordt al lang gediscussieerd over aanpassing van het systeem. Maar krijgen we dan altijd wintertijd (dat is de 'echte' tijd) of altijd zomertijd? Of iets er tussenin?

In deze NieuwsFlitZ weer een aantal activiteiten uit KBO (Zee)land met sjoelen, een herfstdagtocht en een dagje 'Den Haag'.

Verder wat tips om inbraak te verkleinen en hoe te voorkomen. We eindigen met voorlichting over de soms noodzakelijke alarmknop voor personen-alarmering.

Op blz. 2 van de NieuwsFlitZ nr. 115 is in het verslag '*Lekker..., mossels eten!*' een storende fout opgetreden. Niet in Hulst, maar in **Sas van Gent** heeft dit evenement plaatsgevonden. Onze excuses daarvoor.

*We wensen u veel leesplezier.*



## *Laat ze maar schuiven in Ovezande*

Op 1 oktober is de 'Dag van de Ouderen' op een zeer gezellige manier gevierd in Ovezande. Om 14.00 uur zat het Trefpunt aardig vol met veel enthousiaste leden.

Na de koffie en een welkomstwoord door voorzitter Adrie Vroonland gingen we aan de slag met een sjoelcompetitie. Op 2 biljarttafels stonden 4 sjoelbakken opgesteld en iedereen kon een "schuif" doen naar de hoofdprijs.

Ook waren er een aantal Oud Hollandsche spellen opgesteld om te spelen als de sjoelbakken bezet waren. De spellen waren beschikbaar gesteld door Kees Rentmeester uit 's-Heerenhoek.

De competitie bestond uit 2 rondes met tussendoor een pauze met een hapje en een drankje. Dit was verzorgd door de vrijwilligsters, die samen met het Bestuur, altijd klaar staan om iedere activiteit, tot een succes te maken.

Er is veel gelachen, gekletst en na 2 uur volop activiteit was het tijd om de drie winnaars bekend te maken en ze te verrassen met een tegoedbon die bij de lokale supermarkt besteed konden worden. De dag werd afgesloten met broodjes kroket en broodjes gezond.

Een zeer geslaagde dag waar we met plezier op terug kijken.

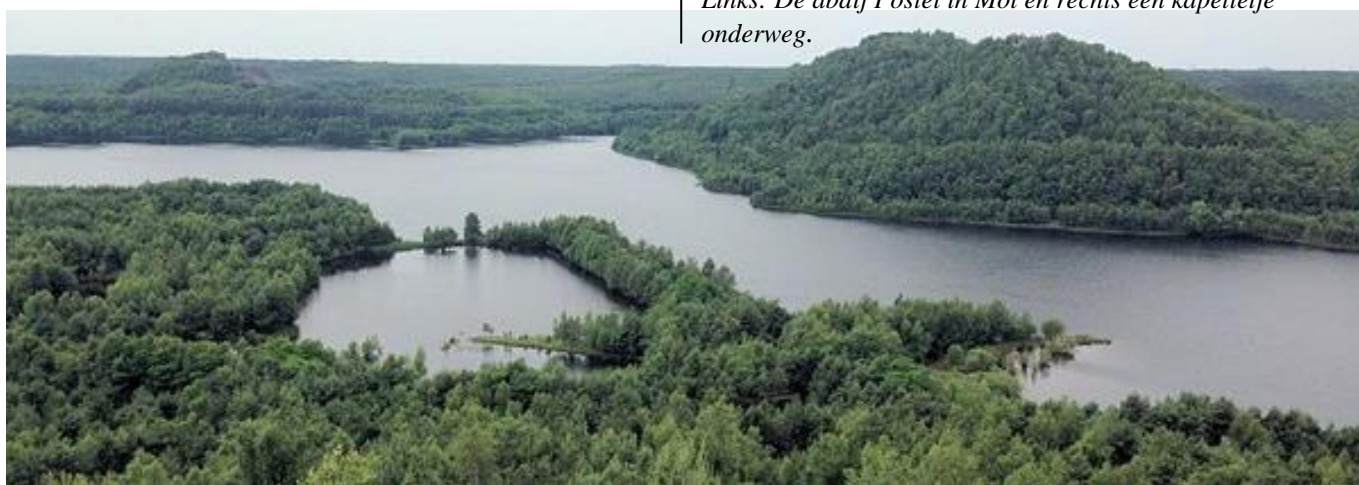
BRON: BETSIE VAN DE VIJVER. FOTO'S: ABDIJ POSTEL, WIKIPEDIA EN SHUTTERSTOCK.

## Herfstdagtocht naar de **Belgische Kempen**

Op dinsdag 15 oktober zijn we met 73 leden op reis gegaan en vrijdag 18 oktober zelfs met 113 leden. Dit jaar is er door de Commissie Ontwikkeling en Ontspanning (O&O) gekozen voor een dagje ontspannen, vooral in de bus. De dagreis was daardoor voor iedereen bedoeld, goed of slecht ter been. Na de ophaalroute gaan we via alternatieve routes naar ons lunch adres \*de Kaasboerin\* in Postel. Daar wacht ons een eenvoudige, maar lekkere broodmaaltijd.



Na de lunch gaan we met de bus met de nodige uitleg door de chauffeur door een ongelooflijk mooi stukje van België, de Kempen. In deze tijd van het jaar is het zeer goed toeven in deze mooie streek. De bomen en struiken vertonen bijna alle kleuren van het spectrum van gele, oranje tot dieprode tinten.



We maken een uitgebreide rondrit door het gebied rond Mol en zien daar zeer fraaie kastelen, abdijen, kapelletjes en lieflijke dorpen.

We zien mooie langgevelboerderijen, veel paarden en vooral een unieke natuur. Terwijl we de 'teuten streek' doorkruisen, vertelt onze gids leuke verhalen over de 'teuten' (handelaren), of op z'n Zeeuws 'leurders'.

Dan is er weer tijd voor koffie/thee pauze, waarna we vertrekken naar ons dineradres in Hoogerheide.

Na het lekker diner vertrekken we weer huiswaarts, nog nagenietend van het lekker eten en vooral van de mooie rondrit door de prachtige Brabantse dorpjes.



*Links: De abdy Postel in Mol en rechts een kapelletje onderweg.*

BRON: KEES VERKAART. FOTO'S: ERIK STEEGMANS.

# Dagje Den Haag



Op 8 oktober jl. ging de KBO afdeling Schouwen-Duiveland met 54 enthousiaste deelnemers met de bus naar Den Haag. Onderweg vertelde Dennis, onze chauffeur, nog e.e.a. over de langs glijdende bezienswaardigheden en zette ons af vlakbij ons hoofddoel het Binnenhof.

Het merendeel van de deelnemers had zich ingeschreven voor een informatiefilm/rondleiding waarbij de Ridderzaal (hoofdzakelijk bekend van de troonrede door Koning Willem Alexander) de hoofdmoot vormde.



Ten tijde van ons bezoek konden we genieten van een generale repetitie van een ballerina die later een in de zaal te houden conferentie moest opvrolijken.

Gesteld mag worden dat deze rondleiding niet optimaal is voor mensen die van een rollator gebruik maken.

Na het bezoek aan de Ridderzaal kon iedereen zijn eigen gang gaan voor een lunch, winkelen of, zoals velen direct deden, een bezoek aan de Tweede Kamer.

Het Binnenhof is een gebouwencomplex in het centrum van Den Haag, dat al eeuwenlang het middelpunt is van de Hollandse en Nederlandse politiek.

Haar ontstaan gaat terug tot de bouw van een kasteel door de Graven van Holland, die er sinds de dertiende eeuw hun residentie hielden.

Daar vielen we best met ons neus in de boter, want tijdens ons bezoek werd er naast de gebruikelijke debatten afscheid genomen van Marianne Thieme. Zij nam na 13 jaar als verantwoordelijke voor de Partij voor de Dieren afscheid van de Tweede Kamer. Leuk om al die BN-ers eens van dichtbij te zien in plaats van op de TV.

Overigens kom je zo maar niet binnen op de Publieke tribune van de Tweede Kamer. Net als op een vliegveld diende je je te ontdoen van riem, horloge, kettingen e.d. en nadat zowel mens als tas gescand waren moesten de tassen nog worden opgeborgen in kluisjes.



Om 17.00 uur diende iedereen zich weer te melden op de Prinsessengracht en als je goed luisterde had iedereen het uitstekend naar zijn/haar zin gehad of het nu over het Binnenhof, winkelen of andere zaken ging.

We zien alweer uit naar de voorjaarstrip.

# Hoe kan ik **de kans op een inbraak** verkleinen?

*U kunt een inbraak niet altijd voorkomen, maar u kunt het de inbrekers wel moeilijk maken.*

1. Bel altijd 112 bij een verdachte situatie of activiteiten bij een huis waarvan u weet dat de bewoners op vakantie zijn. De politie kan wellicht een inbraak voorkomen of een inbreker op heterdaad aanhouden! Zie ook de You Tube video op <http://www.youtube.com/watch?v=6j4MaAS7BB4>
2. Laat een lamp aan als het donker is ook als u niet thuis bent. Stel hiervoor bijvoorbeeld een automatische lichtschakelaar in.
3. Sluit ramen en deuren goed af, ook als u maar even weg bent.
4. Heeft u een achterom? Doe de poort goed op slot en zorg voor verlichting in de tuin.
5. Leg waardevolle spullen en kostbare apparatuur uit het zicht. Een inbreker zal dan minder snel uw woning uitkiezen.
6. Houd struiken rondom het huis kort, zodat het huis voor burens en voorbijgangers goed te zien is.
7. Zorg dat er geen ladders, containers e.d. bij uw woning staan die het makkelijk maken om naar binnen te klimmen.
8. Een schuifpui is inbraakgevoelig. Breng hiervoor een speciaal geschikt slot aan.
9. Verstop geen huissleutels onder een deurmat of in een bloempot.
10. Hang geen adreslabel aan uw sleutel(bos).



## Methoden om in woningen in te breken! En hoe voorkomen?

### \*Deur of raam intrappen

*Verstevig uw deur met een extra slot op kniehoogte, of plaats een stevigere deur.*

### \*Cilinder afbreken of uit het deurslot trekken.

*Installeer goedgekeurde sloten met bijbehorend bouwbeslag in deuren en ramen en gebruik ze altijd.*

### \*Deur openen door 'hengelen' via de brievenbus, bijvoorbeeld met een klerhanger.

*Draai de deur altijd op slot en haal de sleutel eruit.*

### \*Gaatje boren om raam of deur te kunnen openen.

*Haal de sleutel uit het slot en berg deze goed op.*

### \*Babeltruc: Inbrekers bellen aan met een smoesje om zo uw huis binnen te komen.

*Vraag onbekende bezoekers naar een identiteitsbewijs. Doe nooit zomaar open voor onbekenden.*

### \*Insluipen via een openstaand raam of een deur die niet op slot was.

*Doe ramen en deuren **altijd** dicht en op slot en laat de sleutels niet in het slot zitten. Plaats eventueel kierstandhouders als u ramen open wilt laten staan.*

### \*Flipperen met een bankpasje om de deur te openen

*Draai altijd de deur op slot en haal de sleutel eruit.*

Woningen met het Politiekeurmerk Veilig Wonen (PKVW) hebben tot 90% minder kans op een geslaagde inbraak! Kijk op <https://www.politiekeurmerk.nl/>

BRON: MARIA VAN WATERSCHOOT. FOTO: MAATJEINZEELAND.NL



Vallen tijdens het douchen en aankleden op een natte badkamervloer. Een duizeling op het toilet, plotselinge pijn of benauwdheid. Of de deur opendoen voor een vreemde. Allemaal situaties waarin je zou willen dat er iemand was om te helpen als het misgaat. Bijna niemand kan in zo'n situatie snel het nummer van de dokter of de politie bellen. Zelfs 112 bellen is een hele opgave met trillende vingers.

Met een **persoonlijke alarmknop** is hulp altijd dichtbij. Personalarmering is de officiële benaming van apparatuur waarmee je met één druk op de knop hulpverlening kunt inschakelen. Dat kan met de alarmknop aan een armband of halskoord. Vandaar de naam paniekknop. Er zijn ook alarmsystemen voor buitenshuis, die werken met gps systemen.

### Meldkamer of mantelzorgers

Wie er wordt gealarmeerd bij een druk op de paniekknop, kun je als gebruiker zelf kiezen. Er zijn grofweg twee mogelijkheden: de meldkamer of mantelzorgers. Een combinatie van beide komt ook veel voor. Bij een personalarmering hoort een abonnement op een zorg- of alarmcentrale, ook wel meldkamer genoemd. Deze meldkamer is 24 uur per dag, 7 dagen per week bereikbaar. De meldkamer kan ervoor zorgen dat een mantelzorger of wijkverpleegkundige binnen een halfuur op de stoep staat. Of dat er een ambulance komt voorrijden, mocht dat nodig zijn.

### Wie betaalt de alarmering?

Als personalarmering noodzakelijk is, betalen sommige verzekeraars eraan mee via een aanvullende zorgverzekering. Wel moet op één of andere manier de noodzaak blijken, bijvoorbeeld door een verklaring van de huisarts. Vraag dit na bij de zorgverzekeraar of zoek het aanvraagformulier op via [www.alarmaanvragen.nl](http://www.alarmaanvragen.nl).

In Zeeland wordt personalarmering meestal geleverd door Maatje in Zeeland ([www.maatjeinzeeland.nl](http://www.maatjeinzeeland.nl) Tel 0118-551215). Of kijk op [Keuzehulp Personalarmering](#)



## COLOFON

KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ is een uitgave van KBO Zeeland

Blijf ons ondertussen ook volgen op:

 [facebook.com/kbo.zeeland.3](https://facebook.com/kbo.zeeland.3)

 [twitter.](#)

Voor al het andere nieuws vanuit KBO Zeeland kijkt u op onze website [www.kbozeeland.nl](http://www.kbozeeland.nl)

Mailadres [info@kbozeeland.nl](mailto: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](mailto: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](mailto:kbonieuwsflitz@zeelandnet.nl)

**Kijk voor het laatste nieuws op de site van KBO-PCOB**  
[www.kbo-pcob.nl](http://www.kbo-pcob.nl)