

# KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ

Digitale nieuwsbrief voor leden van de KBO's in Zeeland

Nummer **98** d.d. 15-01-2019



In dit nummer: Van de redactie – 25 jaar KBO Zeeland  
En de winnende slogan is ... – Reizen KBO Zeeland - Kerstvieringen in Zeeland  
Spelenmiddagen - Verkouden of een echte griep - Pinnen  
Senioren staan niet stil bij digitale nalatenschap  
Stopzetten toekenningen Keurmerk - Colofon

# Van de redactie

Namens de redactie wensen wij u een goed en gelukkig Nieuwjaar. En, heel belangrijk: een heel goede gezondheid!.



In deze NieuwsFlitZ leest u verslagen van Kerstvieringen van KBO afdelingen in Zeeland. Veel vrijwilligers hebben het er heel druk mee gehad. Hulde!

Dit jaar bestaat KBO Zeeland. 25 jaar. Hiervoor worden verschillende activiteiten georganiseerd. Het wordt dus een druk jaar. Geniet er van.

In NieuwsFlitZ 97 stond dat de terugkomdag voor de Huba's is gepland op 31 januari 2019. Dit is verward met de terugkomdag op 31 januari 2019 in Utrecht voor de docenten VOA. Verder stond er in het verslag van de "Feesten met Trigel en KBO" dat er totaal 150 KBO vrijwilligers hebben meegeholpen. Dat is helaas onjuist; er hebben maar 3 KBO leden meegeholpen waarvan één alle drie de dagen.

*Veel leesplezier*

## 25 Jaar KBO Zeeland

In oktober 2019 bestaat KBO Zeeland 25 jaar. Een zilveren jubileum dat natuurlijk waard is om gevierd te worden! In 2019 wordt hier dan ook op meerdere momenten aandacht aan besteed. Er is een werkgroep 'jubileum' gevormd met de opdracht een aantrekkelijk programma op te stellen voor de leden. Weliswaar met een beperkt budget, want de kosten zullen uit de contributiegelden betaald moeten kunnen worden! Het programma is in grote lijnen gereed. In de loop van het jaar zullen de activiteiten meer op detailniveau worden ingevuld.

Op **20 februari 2019** wordt het jubileumjaar geopend met een Eucharistieviering in de R.K. Willibrorduskerk in 's Heerenhoek. Vanaf 13.00 uur kunnen belangstellenden onder begeleiding het kerkgebouw bezichtigen. Na het openingswoord door de voorzitter zal Pastor Tom Brooymans ons voorgaan in de Heilige Mis, die wordt opgeluisterd door het parochiekoor uit 's Heerenhoek. Na de viering kunnen we onder het genot van een kopje koffie/thee met traktatie samen bijeen zijn. Indien gewenst, organiseert de werkgroep tegen een geringe vergoeding vervoer naar 's Heerenhoek.

Graag opgave digitaal aan Theo Snel, email: [tabsnel@zeelandnet.nl](mailto:tabsnel@zeelandnet.nl) of Wim Jansen [jansenwfm@gmail.com](mailto:jansenwfm@gmail.com) of telefonisch tussen 18.00 en 20.00 uur, resp. 0113-223039 of 06-51273650.

U moet dit doen **vóór** 8 februari a.s. met opgave van: naam, adres, telefoonnummer, welke KBO-afdeling en uw lidmaatschaps-nummer. Verder opgave met hoeveel personen u zult komen en of u gebruik wilt maken van busvervoer naar 's Heerenhoek. Indien u busvervoer wenst moet u € 5,00 p.p. overmaken naar bankrekeningnummer NL22 INGB 0003 0877 16 t.n.v. de penningmeester van KBO Zeeland.

Het 25-jarig bestaan zal verder aandacht krijgen op de Algemene Vergadering op 9 april in Sluiskil en in de maanden daarna door een activiteit welke wordt georganiseerd door uw eigen Kring.

In de tweede Algemene Vergadering op 29 oktober zal dan meer aandacht aan deze viering worden besteed met o.a. een spreker met het thema 'gezond ouder worden'.

Op 20 november hoopt de werkgroep het jubileumjaar af te sluiten met een feestelijke bijeenkomst, ergens in Zeeuws-Vlaanderen. Over alle activiteiten wordt u in de loop van de komende maanden middels de NieuwsFlitZ op de hoogte gehouden.

*Wim Jansen*

## En de winnende slogan is ...

De redactie heeft u uitgedaagd tot een creatieve inzending. De gedachte was om in het jubileumjaar een treffende slogan toe te voegen aan onze communicatiemiddelen. Overigens blijft de vertrouwde slogan 'omzien naar elkaar' natuurlijk wel van kracht!

KBO Midden-Flevoland heeft een onderzoekje ingesteld naar de mogelijke betekenissen van 'omzien naar elkaar'. Allereerst kun je omzien/terugkijken, een actie die best past bij mensen met veel levenservaring! Maar als vitale senior sta je ook open voor nieuwe indrukken, zoek je eventueel uitdagingen en maak je nieuwe contacten. Tenslotte vermeld ik de betekenis 'zorgen voor' en 'verzorgen'. Dus aandacht schenken aan elkaar, mensen ontmoeten, iets voor elkaar willen/kunnen betekenen. Met deze toelichting is 'omzien naar elkaar' toch een zeer passende slogan voor KBO en PCOB! Er zijn totaal 21 slogans ingediend. De werkgroep Jubileum en de Redactie van de NieuwsFlitZ hebben hieruit de volgende winnende teksten gekozen:

Als 3<sup>de</sup> en 2<sup>de</sup> eindigden:

**25 jaar KBO-Zeeland  
-dat schept een band. En:  
-met elkaar, voor elkaar!**

En de 1<sup>ste</sup> prijs:

**NU VERENIGEN MAAKT  
STERK IN DE TOEKOMST!**

*Alle inzenders, hartelijk dank!*

Wim Jansen

## Reizen KBOZeeland

*De Commissie Ontwikkeling en Ontspanning biedt dit jaar weer twee meerdaagse reizen in KBO verband aan, georganiseerd in samenwerking met van Oeveren Reizen.*



### LAGO DI COMO

Dinsdag 7 t/m dinsdag 14 mei.

Deze reis gaat naar de Noord-Italiaanse meren. Het Como-meer is gelegen in een idyllisch landschap, ingeklemd tussen de bergen.

Door de ongekennde schoonheid van de omgeving trekt het veel kunstenaars en filmsterren. Ook de omliggende dorpen zijn zeer bezienswaardig en er heerst nog een echte Italiaanse sfeer. Door de diversiteit van het landschap en de ligging is ook het excursiepakket zeer interessant en uitgebalanceerd.



Absoluut hoogtepunt op deze mooie reis is een adembenemende rit met de Bernina Express.

Kortom, een gezellige KBO reis met veel hoogtenpunten.



### HISTORISCH PRAAG

Maandag 16 t/m zaterdag 21 september.

Dit najaar gaan we in KBO verband naar het interessante en historische Praag. De hoofdstad van Tsjechië is gelegen in Midden-Bohemen en geldt als één van de mooiste steden van Europa. Het historisch centrum staat al jaren op de UNESCO-lijst, maar ook het gebied rondom de stad is van grote schoonheid. Natuurlijk laten wij u de highlights van het historisch centrum zien, maar ook de andere en rustige kant van Praag.

Laat u verrassen en geniet van deze bijzondere reis.

**Binnenkort krijgt u de brochure met alle informatie samen met het KBO-PCOB Magazine in de brievenbus.**

**Informatie over de dagreizen later in het jaar volgt nog.**



# Kerstvieringen in Zeeland

*Hierbij wat impressies in beeld en woord van*



## Kerstviering KBO Sas van Gent/Westdorpe

In ons sfeervol ingericht clublokaal zetten traiteur Nico, muzikant Roland en zijn orkestklavieren hun beste beentje voor. Dank aan de “zaaklazarzetters”, de mensen achter de bar en fotograaf Eric.

*Tekst: Antoine de Coninck. Foto: Karel van Dorst*



## Kerstviering KBO Terhole

De gebedsdienst tijdens de kerstviering werd verzorgd door de Ralf Grosset. Na de koffietafel en de lotenverkoop trad Pretroulette op. Daarna werden de prijswinnaars van de loterij bekend gemaakt. Het was weer een gezellige dag.

*Foto: Ton de Rooy*

## Gezamenlijke Kerstmiddag KBO-PCOB in Goes

Op 20 december 2018 hadden zich 100 Goese KBO- en PCOB-leden verzameld voor de viering van het Kerstfeest. Het programma bestond uit een Kerstoverweging en een muzikaal gedeelte. De bijeenkomst werd afgesloten met een gezamenlijke broodmaaltijd.

In zijn Kerstoverweging behandelde Rob Rijksschroef, het thema HOOP: wat geef je aan een ander: troost – bezoek – aandacht. Maar voor Hoop is ook Moed nodig.

De liederen die tijdens deze overweging werden gezongen hadden alle betrekking op het onderwerp van deze gedachtegang.

Na de overweging, een praatje en een natje verzorgde Wim Steenbakker een zeer verzorgde muzikale omlijsting. Tijdens de bijeenkomst werd er traditiegetrouw geld ingezameld voor een goed doel. Dat was dit jaar het inloophuis Oase in de Goese Polder en er werd gul gegeven.



De bijeenkomst werd besloten met een rijkelijk broodmaaltijd. Na afloop kregen de deelnemers nog het ‘Licht van Kerstmis’ mee naar huis in de vorm van een kaarsje. Al met al mag worden geconcludeerd dat deze eerste Kerstmiddag met de PCOB een groot succes was.

*Tekst: Guust de Kok. Foto: Jo Rombaut.*



### Kerstviering KBO Koewacht

Pastoraalwerker Ralf Gossert hield tijdens de Kerstviering een mooie toespraak over kerstcadeaus. Aan de Kerstviering werkten mee Seniorenkoor Koewacht en zanggroep Chor Amuse uit Hulst. Tot slot was een loterij met vele mooie prijzen en ging iedereen tevreden naar huis.

*Tekst en foto: Carlos Buijs.*



### KBO Heinkenszand maakt Kerststukjes

Op 19 december hebben meer dan 20 leden van de KBO kerststukjes gemaakt onder de deskundige leiding van Jaap Wisse, eigenaar van Bloemisterij Wisse. Onder het genot van koffie met een gepaste traktatie en glühwein, genoot iedereen zichtbaar van deze gezellige middag. En op aanwijzingen van Jaap zag iedereen een prachtig (kunst)kerststuk tot stand komen om tijdens de Kersttijd mee te kunnen pronken.

*Ad Courtin*

### Kerstviering KBO Heikant



Op 20 december ging Katrien van der Wielen voor in een sfeervolle kerstviering in 't Heike te Heikant. Na het kerstdiner volgde een kerst recital van kinderen en leerkrachten van de basisschool Heidepoort. Een optreden dat klonk als een (kerst)klok! De Jumbo's verzorgden de muziek. En veel van de aanwezigen zochten de dansvloer. Met een verloting werd deze gezellige middag afgesloten.

*Jos van Damme*



### Kerst bij KBO Philippine

De kerstviering nam een aanvang in 'De Kaaie' waar onder het genot van een hapje en drankje gekeken werd naar een film van een fancy fair uit de jaren vijftig. Na de film verplaatsten wij ons naar café restaurant de Zwaan voor het kerstdiner. Tijdens het gezellige Kerstdiner droeg onze voorzitter een gedicht van Oda Bosma voor.

*Ben Vlegels*



### Kerstviering KBO 's-Heerenhoek

Na de viering in de kerk werd een door het KBO lid Ria Hoogesteger-Geijs geschreven toneelstuk opgevoerd door leden van de 's Heerenhoekse Comedie. Vervolgens een paar ronden bingo en tot slot genoten we samen van een heerlijke kerstmaaltijd.

*Kees Rentmeester*

# Spelenmiddagen



## Spelenmiddag Hulst

Op 28 december, de feestdag van de Onnozele Kinderen, heeft KBO Hulst zijn traditionele spelenmiddag gehouden. Zoals gewoonlijk was er flinke opkomst.

Na een ontvangst met koffie en cake werden op deze middag een 13-tal (oudhollandse) spelletjes gespeeld op diverse apparaten. Per apparaat waren punten te verdienen, wie de meeste punten had was de winnaar.

Hoewel de spelletjes eenvoudig lijken, blijkt dat toch vaak erg lastig te zijn en dat leidde vaak tot grote hilariteit bij de omstanders. Al met al een heel gezellige middag.

*Tekst en foto's: Walther van Acker*



## Nieuwjaarsreceptie en Soos-spelenmiddag bij KBO Ovezande

Voorzitter Dhr. Adrie Vroonland sprak iedereen toe tijdens deze druk bezochte Nieuwjaarsbijeenkomst.

Hij haalde aan dat het een mooi jaar was geweest met hoogtepunten zoals de dag van de ouderen en de Kerstviering waarbij veel leden aanwezig waren en wenste iedereen een mooi en vooral gezond 2019 toe.

## Verkouden of een echte griep?



Mensen zeggen al snel dat ze 'griep' hebben, maar vaak is dat een zware verkoudheid. Echte griep wordt veroorzaakt door een serie virussen. Bij een klassieke griep is er sprake van een besmetting met het influenzavirus. Deze zorgt voor een acute ontsteking van de luchtwegen. Maar het is geen gewone verkoudheid, het is veel ernstiger en verloopt veel sneller. Bij influenza voelt u zich snel erg ziek met bonzende hoofdpijn, spierpijn over het hele lichaam en hoge koorts. Velen voelen zich nog wekenlang slap en moe.

Als u eenmaal griep hebt, is bedrust de beste remedie. Het is belangrijk om veel te drinken en bij hoge koorts de patiënt te koelen. Soms is een antibioticakuurtje nodig als er een bacteriële infectie bij komt, zoals een longontsteking.

Bij mensen met een slechte afweer kan de griep zeer ernstig verlopen en dodelijk zijn. Jaarlijks overlijden in Nederland zo'n duizend mensen aan de griep of de gevolgen ervan.

Gelukkig herkent ons afweersysteem cellen die verkeerde virussen maken. Zo snel mogelijk maakt het afweersysteem de eigen besmette cellen dood, zodat het virus zich niet verder kan verspreiden. Kort gezegd is een loopneus het effect van het virus, maar het groengele snot dat u een paar dagen later krijgt, is het resultaat van een bacterie die kans zag in de kapotte slijmvliezen toe te slaan.

Bron: *Plusonline.nl*

## Pinnen

Het bestaat pas 25 jaar en toch is het niet meer weg te denken uit ons dagelijks leven.

En we weten het allemaal, onze pincode houden we privé.

Maar voor criminelen is het een kwestie van geduld tot ze zien welke pincode we intoetsen.

Ze proberen bij de kassa mee te kijken, of staan vlak achter u bij een geldautomaat.

### Waar moet u op letten?

- Zorg ervoor dat anderen niet mee kunnen kijken als u uw pincode intoetst.
- Gebruik uw vrije hand of portemonnee om het intoetsen van de pincode af te schermen.
- Staat iemand te dicht achter u, vraag dan om meer privacy.
- Laat u niet afleiden. Een crimineel heeft maar kort de tijd nodig om uw betaalpas om te wisselen.
- Bewaar uw betaalpas op een veilige plaats.
- Geef uw pincode nooit aan een ander.
- Meld verlies of diefstal van uw betaalpas direct bij uw bank.



## Senioren staan niet stil bij digitale nalatenschap

Digitale nalatenschap houdt in dat men vooraf nadenkt over wat er met de eigen onlinegegevens moet gebeuren na overlijden. Denk aan het al dan niet sluiten van social-media-accounts en het opzeggen van online diensten, maar ook het verlenen van toegang tot apparaten aan nabestaanden.

### Pijnlijk

Ons leven wordt steeds digitaal, ook dat van senioren. Steeds vaker lopen ook zij tegen de vraag aan wat er met al die onlinegegevens moet gebeuren bij overlijden; van henzelf, of van een naaste.

Wie het wel eens heeft meegemaakt, kan beamen hoe pijnlijk het is. Je ziet bijvoorbeeld op Facebook een profiel van iemand die is overleden. Wie gaat er eigenlijk over zo'n pagina als iemand er niet meer is? Of over foto's die iemand heeft opgeslagen in een Google-account? En hoe krijg je toegang tot de laptop of smartphone van een dierbare overledene? Nabestaanden breken vaak hun hoofd over dit soort vragen, wanneer zij toch al een moeilijke tijd doormaken.

Denk er daarom goed over na welke gegevens je moet opslaan en achterlaten, zodat een nabestaande deze gegevens terug kan vinden.

Bron: *Seniorweb.nl*

## Stopzetten toekenningen Keurmerk

KBO-PCOB heeft het toekenningsproces voor het Keurmerk van Seniorvriendelijke Ziekenhuizen met pijn in het hart en zeer tot hun ongenoegen moeten staken.

Dit omdat de Nederlandse Vereniging van Ziekenhuizen (NVZ) de ziekenhuizen dit na-jaar heeft geadviseerd niet met het Keurmerk Seniorvriendelijk Ziekenhuis in zee te gaan vanwege de administratieve lasten. Ziekenhuizen haakten vervolgens massaal af voor de nieuwe toekenningsronde die KBO-PCOB al in gang had gezet. Daardoor bleef er helaas te weinig massa over om het onderzoek en de terugkoppeling richting ziekenhuizen goed te kunnen verrichten.

Hierop heeft KBO-PCOB deze noodgedwongen moeten stoppen. Gezien de positieve effecten van het keurmerk betreurt KBO-PCOB de gang van zaken. Zij vindt de opstelling van de ziekenhuizen zeer teleurstellend en treft op dit moment voorbereidingen om hen hier verder op aan te spreken. Tevens gebruikt KBO-PCOB de uitgangspunten van het keurmerk in de belangenbehartiging rond de zorg.

Eventuele vragen over dit onderwerp? Mail [marielle.vanoort@kbo-pcob.nl](mailto:marielle.vanoort@kbo-pcob.nl).



**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) en

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

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)