



KBO afd. Schouwen-Duiveland  
Jaargang 14, juni 2021

## Spreuk van de maand



*Schrijf je pijn  
in het zand,  
beitel  
de mooie dingen  
in steen.*

G.B.Shaw

## Inhoud

- Pag. 1 Ledenmutatie  
Van het bestuur  
Agenda
- Pag. 2 Lentewandeling
- Pag. 3 Vervolg lentewandeling  
Recept kruidkoek
- Pag. 4 Belangenbehartiging  
Schoonmaken.
- Pag. 5 **Tik** van Toon Hermans  
Koffieochtend / Inloopmiddag  
**Uitnodiging jaarvergadering**
- Pag. 6 Rijbewijsverlenging  
Ledenservice  
Bereikbaarheid bestuur  
Ledenadministratie  
Oplage



## Overleden...



Huil niet, omdat ik er niet meer ben.  
Glimlach, omdat ik er was!

*Dhr Degenaar uit Brouwershaven*  
*Mevr. Kaptein - de Jong uit Renesse*  
*Mevr. Stouten - Kouijzer uit Renesse*  
*Dhr. Rentmeester uit Zierikzee*  
*Dhr. Quist uit Burgh-Haamstede*

We wensen familie en vrienden  
heel veel troost en sterkte.



## Een warm welkom

voor  
ons nieuwe lid: mevr. de Haas uit Zierikzee.  
Graag tot ziens bij een van onze activiteiten.

## Van het bestuur

De tweede ronde versoepelingen is een feit. Het vaccineren kwam wat hortend en stotend op gang, maar loopt nu gesmeerd. Het weer wordt beter, dus we komen meer buiten! We zetten kleine stapjes op weg naar het "gewone" leven. Leden zijn weer welkom op de koffieochtend. In deze nieuwsbrief wordt u uitgenodigd voor de Algemene Ledenvergadering. Het programma voor een "feestweek", om de corona-periode af te sluiten is al aardig rond. Mits alles zo voorspoedig blijft gaan, ziet het programma er als volgt uit: op zondag 25 juli starten we de activiteiten door, tijdens de *eucharistieviering* aandacht te besteden aan het afsluiten van deze coronaperiode; die middag kunt u meedoen met een *pub quiz*. Dinsdag 27 juli wordt een sportieve dag: 's ochtends *koffiedrinken* en/of een *wandeling*, daarna de mogelijkheid tot *lunchen* en 's middags is er een *fietstocht*. Donderdagmiddag 29 juli staat gereserveerd voor de *klaverjassers*. Zaterdag 31 juli sluiten we de week af met een *feestmiddag*: muziek met een hap(je) en drankje. Hopelijk kunnen we in het najaar ook weer een reisje plannen. Maar: alles onder voorbehoud. Bovendien vinden we het als bestuur wel gewenst, als de deelnemers zijn gevaccineerd. In de volgende nieuwsbrief volgt verdere informatie, zoals de precieze tijden, eventuele kosten voor deelname en hoe u zich kunt aanmelden.



## AGENDA

- 25-05: Magazine KBO-PCOB
- 27-05: Fietstocht 13.30u
- 01-06: Koffieochtend 09.30u
- 16-06: Inloopmiddag 14.00u
- 30-06: Algemene ledenvergadering 14.00u
- Onder voorbehoud....
- 25-07: Pub quiz
- 27-07: koffieochtend, wandelen, lunch, fietstocht
- 29-07: KLAVERJASSEN
- 31-07: Feest – middag

## Lentewandeling Stevensluis Hemelvaartsdag 2021.

Ondanks de lage temperaturen en de regen is het voorjaar toch op gang gekomen, dus hoog tijd om de wandelschoenen aan te trekken en de lente te gaan proeven! Route Wandelnetwerk Knooppunt 73->74->75->73: Noorddijk of vice-versa, ca. 1 u./4km. Het is al weer bijna twee jaar geleden dat ik hier was. We parkeren de auto in het hoge gras van de berm langs de Noorddijk.



Eerst westwaarts over de dijk; voorbij het trapje passeren we het enige woonhuis met tuin hier. Richting knooppunt 73. In de berm bloeit de paardenbloem, de paarse smeerwortel en natuurlijk het fluitenkruid, dat al redelijk hoog staat. De akkers om ons heen liggen er piekfijn bij, klaar om de vruchten van dit jaar te produceren. De slogan: “God schiep de aarde, maar de boer geeft er kleur en vorm aan”, klopt



nog steeds. De geur van de gele koolzaadachtige bloemen op de noordhelling van de dijk en van de meidoorn aan de zuidzijde van het bos vermengen zich heerlijk in de warme, vochtige lucht. Een paar honderd meter voor kp 73 lopen we de helling af naar het pas gemaaide pad. Dat vergemakkelijkt ons het lopen. Tussen het kruidenrijke hooi, wat ruikt naar versgebakken brood, wemelt het van de lieveheersbeestjes. Waar komen die plots vandaan? Ontwaakt uit hun winterslaap om de bladluis te bestrijden?



[www.fysiotherapie-schouwen-duiveland.nl](http://www.fysiotherapie-schouwen-duiveland.nl)  
Ton van Stuivenberg en Nelly Kesteloo-Mol

Vloedstraat 1  
4321 AM Kerkwerve  
0111-412309

Vierbannenstraat 5  
4306 BH Nieuwerkerk  
0111-642906

Ook een prachtige dagpauwoog vlinder kruist ons zonnige pad. Het voorjaarsgevoel begint al aardig te komen. Bij het sluisje met brugje, kp 74, slaan we rechtsaf en lopen langs de verzande zee-arm, die vroeger tot aan de Beldert bij Dreischor stroomde voor de vrachtboten. De heg is flink gesnoeid; omdat hij op het noorden staat, staan hier nog niet veel meidoorns in bloei. Het is de moeite waard even achterom te kijken richting Dreischor met zicht op de witte molen en de slootkanten vol fluitenkruid. We horen van alle kanten uit de heggen vogels hun zangkunst demonstreren: het roodborstje met het scherpe randje, de winterkoning met zijn ratelaartje en de koolmees met zijn zagende “tea-cher! tea-cher!”, alsof hij mij roept. In het midden van het karrenspoor dat we bewandelen, bloeien de madeliefjes. Die weten dat ze daar niet vertrapt worden. Als we het hek naderen komt er net een gezin het gebied uit. Er zijn duidelijk meer wandelaars dan vroeger, waarschijnlijk een gevolg van de Coronamaatregelen. Voor we het hek door gaan, kijken we het gebied in: een PARADIJSJE! Zo mooi. Het lijkt een park voor een bruiloftspaar met al dat wit! Het fluitenkruid bloeit als Vlaamse kant en het zacht groene gras is bezaaid met madeliefjes. Nu staat alleen nog de warme zonnige kant van de bomen volop in bloei, dus er zal eind van de maand ook nog voldoende te genieten zijn. Je moet hier wel even stil staan en genieten van de stilte en de schoonheid. Langzaam gaan we verder, linksaf richting het voormalige zeedijkje waarop een paal staat met de pijltjes én vol koeienharen, omdat deze paal door de roodbruine “dames van ‘t Dijkwater” als schuurpaal gebruikt wordt.



**Vleesboerderij Boot**

**Kievitsweg 1**  
**Kerkwerve**  
**Tel.nr. 0111-691361**

Natuurlijk vlees, rechtstreeks van eigen boerderij  
- Vers vlees in elke gewenst gewicht  
- Verpakken en invriezen in elk gewenst gewicht



Even verderop hebben ontmoeten we deze “dames”, maar ze zijn alleen geïnteresseerd in gras en kruiden, zoals de parse hondsdrif en dovenetels. Af en toe kijken we tussen de meidoorn naar de overkant van de voormalige zee-arm, waarin nog een paar zwanen, wilde eenden, bergeenden en grauwe ganzen zwemmen. Iets verderop lopen een lepelaar en wat Canada-ganzen met hun witte keelplekken. Allemaal profiteren ze hier van de rust.



Halverwege het dijkje staat een oude, imposante, wilde, rose-wit bloeiende appelboom! Tussen al het wit vlamt-ie er prachtig uit! In de bomen hoor ik het snelle riedeltje van een tuinfluiter en de hele weg horen we de nooit aflatende tjif-tjaf. Op het eind van het dijkje gaan we de trapjes af en houden rechts aan. Met in de neus de geur van koeienvlaaien en urine lopen we niet naar het knotwilgenlaantje maar door het nog kale essenbos met zijn vele aangetaste stammen, met o.a. een grote soort oesterzwam. We gaan door naar het water waar veel struiken staan en dus

ook meer vogelactiviteit is. Als eerste zien we de grote roodbonte specht onder op een stam, vervolgens de tjif-tjaf en zelfs een zwartkop. Van de beroemde wilde orchissen valt hier weinig te bespeuren, daarvoor moeten we naar de overkant van de Weg-door-het Dijkwater. Over het brugje lopen we naar het ijzeren hek via een mooie groene wei bezaaid met boterbloemen. Die laten de “dames” verstandig staan, want die zijn giftig voor hen. Bij het hek aangekomen horen we hoog in de bomen aan de overkant de koekoek die meteen antwoord krijgt vanuit het “Paradijs”. De route loopt langs het struikgewas links en een aardappelveld rechts met aan beide zijden hoog bloeiend fluitenkruid afgewisseld met ijle dravik en glanshaver (grassen). Boven het bosje horen we de harde herhalende roep van de zanglijster, die zijn vriendje “Frederik, Frederik !” roept. Tussen het kreupelhout fladdert een kreupele Atalantavlinder; misschien heeft deze een zware tocht achter de rug! Via het bosje en kp 75 gaan we rechtsaf naar het betonnen trapje, waar we het gezin opnieuw ontmoeten en van de moeder te horen krijgen dat ze een wilde orchis had gezien! Daar komen wij nog eens voor terug!

’n Hartelijke wandelgroet van Nico.

### Lekker ...

Voor de koffieochtend op 4 mei had Colette (van de ledenadministratie) twee heerlijke kruidkoeken gebakken.



Voor de liefhebbers hier het recept. “Supermakkelijk!” volgens Colette.

### Recept voor KRUIDKOEK voor 2 cakeblikken.

500 gr zelfrijzend bakmeel  
500 gr bruine suiker  
1 zakje Backin  
1 eetlepel stroop  
4-5 ons donkere rozijnen  
2 eetlepels koekkruiden  
1 eetlepel sucade  
300 ml melk

Rozijnen wellen in heet water en goed afdrogen. Alle ingredienten goed door elkaar roeren. Verdelen over de twee cakeblikken. Bakken in de oven op 175 graden, één uur op de tweede richel.



**KOMPASSEN**  
Mol 9, Zierikzee  
www.kompassen.info

## **Belangenbehartiging...**

### **Wilt u een VBA raadplegen?**

Dan kunt u contact opnemen met:

dhr. K. Verkaart 0111-416101 / 06-51478446;

dhr. T. Coolbergen 06-37317880.



*Kees Krijger*  
*Catering*

*Voor al uw feestjes en partijtjes!*

[krijger@zeelandnet.nl](mailto:krijger@zeelandnet.nl)

Dijk van Bommenede 48, 4316 AT Zonnemaire  
Tel.nr. 0111-671514 of 06-16310532

Tevens beheerder van het Tonnenmagazijn in Brouwershaven



### **Slim schoonmaken doet u zo**

Kasten uitmesten, gordijnen wassen en vloerkleden uitkloppen. Het is weer tijd voor de grote voorjaars schoonmaak. Maar wat als u hier door ziekte of lichamelijke klachten niet aan toe komt? Geen probleem, een beetje stof kan geen kwaad.

Bij schoonmaken denkt u misschien aan een fris en netjes huis: opgemaakte bedden, blinkende ramen en geen rondslingerende spullen....

Dat is natuurlijk fijn, maar niet noodzakelijk.

Veel belangrijker is de strijd tegen onzichtbaar vuil, zoals schimmels en bacteriën.

Huishoudelijke taken die met hygiëne te maken hebben, verdienen altijd voorrang, de rest kan best even wachten. Wat moet u minimaal doen om ziekteverwekkers buitenshuis te houden?

#### *Ventilatie*

Frisse lucht is het belangrijkste voor uw gezondheid in huis. Zet daarom iedere ochtend minimaal een kwartier de ramen open. Dat helpt tegen vocht, mijten en fijnstof. Laat bij het luchten van de slaapkamer het bed open liggen, zodat transpiratievocht kan verdampen.

#### *Badkamer*

Zorg dat de badkamer goed droog is om schimmel en bacteriegroei te voorkomen. Goed ventileren helpt hierbij. Kalk en zeepresten in de badkamer zijn misschien niet zo proper, maar voor uw gezondheid niet direct schadelijk. Een grotere bron van bacteriën is de badmat. Was deze iedere week en bij voorkeur op 60 graden.



#### *Toilet*

De toiletpot zelf is niet de grootste boosdoener, maar de toiletbril, spoelknop, kraan en deurklink. Die brengen vaker een besmetting over dan de toiletpot. Maak ze dan ook in ieder geval één keer per week schoon. Tip: spoel het toilet door met de deksel gesloten. Zo voorkomt u verspreiding van zogenaamde aerosolen.

#### *Keuken*

De keuken is een belangrijke plek om goed schoon te houden. Maak het aanrecht met een vochtige vaatdoek schoon nadat u het gebruikt heeft. Die vaatdoek is overigens de grootste bron van bacteriën. Verschoon de vaatdoek elke dag en was het op 60 graden.

#### *Slaapkamer*

In de slaapkamer draait het vooral om uw beddengoed. Uw lakens kunt u eens in de twee weken verschonen, maar verschoon wel iedere week de kussenslopen. Was uw beddengoed bij voorkeur op 60 graden, dat is de minimale temperatuur die alle huisstofmijten, schimmels en bacteriën doodt.

#### *Elektronica*

De elektronica die u dagelijks gebruikt, verzamelen meer bacteriën dan het gemiddelde toilet. Wist u dat het scherm van uw smartphone of iPad zo'n achttien keer meer bacteriën bevat dan de wc-bril? Met dat in uw achterhoofd is het wel belangrijk om iedere dag even een antibacterieel doekje over uw toetsenbord, telefoon en afstandsbediening te halen.

#### *Hulp vragen*

Een beetje stof op de kast, zand op de vloer of een spinnenweb op het plafond is voor uw gezondheid niet direct een probleem. Ziekteverwekkers zijn dat wel, dus houd uw sanitair en keuken schoon en volg de rest van bovenstaande tips op. Lukt dit niet meer, vraag dan om hulp van bijvoorbeeld familie of een bekende. Of bekijk of u via de gemeente huishoudelijke hulp kunt regelen.

Copyright ABNAMRO Zilverschild.

## 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](http://www.vanoeveren.nl)

e-mail: [info@vanoeveren.nl](mailto:info@vanoeveren.nl)



### TIK

Het tikken van de klok klinkt anders dan een wandelstok het tikken van een stok geschiedt niet door de stok, zèlf tikt hij niet het tikken is een handeling die voortkomt uit een wandeling dan kan 't gebeuren dat een stok soms èven tikt zoals een klok.

TOON HERMANS



**mg**  
mondragusto  
verwennerij  
in chocolade,  
verse noten en  
delicatessen

### Koffieochtend ... Inloopmiddag...

Dinsdag 1 juni bent u tussen 9.30u en 11.30u weer welkom voor de koffieochtend. De volgende inloopmiddag is op woensdag 16 juni. Tussen 14.00u en 16.30u bent u welkom in het parochiecentrum te Zierikzee voor een praatje, een kopje koffie / thee of spelletje.



### 30 juni: Jaarvergadering 2021

De jaarvergadering zal zijn op woensdagmiddag 30 juni in het parochiecentrum, Mosselstraat, Zierikzee. De vergadering begint om 14.00u. Aan de beurt van aftreden zijn Anneke Wijsman en Els Steegmans. Beiden zijn herkiesbaar. Mocht u zich voor het bestuur verkiesbaar willen stellen dan kunt u zich tot 15 juni a.s. aanmelden bij de secretaresse Els Steegmans. Wij vragen u zich voor deze ledenvergadering aan te melden bij Kees: 06-51478446 of [kverkaart@gmail.com](mailto:kverkaart@gmail.com). Dit, omdat we in het parochiecentrum nog steeds een beperkt aantal bezoekers mogen ontvangen. Mochten zich echt te veel leden aanmelden, dan zullen we van de echtparen vragen "enkel" te komen, zodat de een, de ander op de hoogte kan brengen.



KBO   
Schouwen Duiveland

### Uitnodiging voor de ledenvergadering

Woensdag 30 juni, 14.00u

Parochiecentrum, Mosselstraat, Zierikzee

### Agenda:

1. Opening door de voorzitter
2. Openingsgebed
3. Notulen jaarvergadering d.d. 25 maart 2019
4. Verslag activiteiten afgelopen jaar
5. Jaarverslag penningmeester  
Verslag kascontrolecommissie  
Verkiezing kascontrolecommissie  
Begroting 2021
6. Verkiezing / herverkiezing bestuursleden
7. Vooruitblik
8. Rondvraag
9. Sluiten van de vergadering

**Pauze:** mogelijkheid om lootjes te kopen

### Quiz

**Verloting** en gelegenheid tot napraten.



## 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](http://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, € 45,- (contant betalen). De keuringen vinden plaats te Zierikzee in Borrendamme en te Burgh Haamstede in het dorps huis "De Schutse", Julianastraat 22. Voor een afspraak kunt u bellen: 06-22 12 33 64 of 0111-671 361. Na de keuring vult dr. Boot 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. Kosten € 50,-.

\*Het keuren kan ook via **036-7200911**, het landelijke afsprakenbureau of zelf een datum reserveren via [www.rijbewijskeuringsarts.nl](http://www.rijbewijskeuringsarts.nl).

**Hierbij is het niet mogelijk rechtstreeks bij de locatie een afspraak te maken.**

Tarieven (incl. BTW): 75+ B/E €50,-, medisch; C/D/E (ook voor code 95) en Taxipas € 70,00. Leden van CNV/FNV/ouderenbonden en/of thuiszorg krijgen € 10,00 korting.

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.

## Ledenservice Unie KBO-PCOB: Servicetelefoon 030-3400655

Het telefoonteam helpt u graag.  
Maandag t/m donderdag 10.00-13.00 u  
Pensioentelefoon: woensdag 13.00-15.00u.  
Juristentelefoon: donderdag 13.00-15.00u.

Als KBO-lid krijgt u korting bij zorgverzekering Achmea: collectiviteitsnummer: 207000837 en CZ: collectiviteitsnummer: 3337669.



## BESTUUR

**Voorzitter:** dhr. Willem Kooijmans, Nieuwe Haven 27, 4301 DJ Zierikzee 0111-410807 Mail: [wakooijmans@gmail.com](mailto:wakooijmans@gmail.com)

**Secretaris:** mevr. Els Steegmans Kreeftstraat 23, 4301 ZE Zierikzee. 0111-413931 Mail: [fam.steegmans@kpnmail.nl](mailto:fam.steegmans@kpnmail.nl)

**Lid:** mevr. Annemiek Rapati Oosterscheldestraat 99, 4302 WH Zierikzee 0111-421771 Mail: [miek.rapati@zeelandnet.nl](mailto:miek.rapati@zeelandnet.nl)

**Lid:** mevr. Henny Verkaart, Staartmeesstraat 15, 4302 VG Zierikzee. 06-15276350 Mail: [hmverkaart@zeelandnet.nl](mailto:hmverkaart@zeelandnet.nl)

**Lid:** dhr. Kees Verkaart Caustraat 18a, 4301 LA Zierikzee 06-51478446 Mail: [kverkaart@gmail.com](mailto:kverkaart@gmail.com)

**Lid:** mevr. Anneke Wijsman Korte Blokweg 2, 4301 NV Zierikzee 0111-414517 Mail: [w.wijsman@hetnet.nl](mailto:w.wijsman@hetnet.nl)

## Waarnemend penningmeester:

dhr. Peter Goedegebuure, Zierikzee. 06-20841112 Mail: [pagoede@zeelandnet.nl](mailto:pagoede@zeelandnet.nl)

Contributie voor 2021: € 24,- per persoon.  
Rekening: NL46 RABO 0362 4753 26 ten name van KBO Schouwen Duiveland

**Ledenadministratie:** Mevr. Colette Bos Mail: [cecmcolettebos@gmail.com](mailto:cecmcolettebos@gmail.com)

**Uitgave door KBO Schouwen Duiveland**  
Afdrukken: Willibrordusschool, Zierikzee  
Oplage: 295 stuks.

Kopij aanleveren voor het volgende nummer kan t/m 22 juni via: [fam.steegmans@kpnmail.nl](mailto:fam.steegmans@kpnmail.nl)  
Bezorging is samen met Magazine KBO-PCOB. Bezorgproblemen kunt u melden bij Anneke. tel.nr. 0111- 414517. Het volgende Magazine wordt bezorgd vanaf 29 juni 2021.

Als lid van de KBO gaat u bij inschrijving onverkort akkoord met het KBO Privacy-protocol zoals dit terug te vinden is via de volgende link van de Unie KBO Nederland: <https://www.kbo-pcob.nl/vereniging/algemene-verordening-gegevensbescherming-avg>

Informatie over KBO Schouwen Duiveland is ook te vinden via [www.kbozeeland.nl](http://www.kbozeeland.nl). afd. Schouwen Duiveland

