



Zeeuwse NieuwsFlitZ

Digitale nieuwsbrief voor leden van de KBO-afdelingen in Zeeland

Nummer **184** d.d. 22-11-2022



Inhoud: Van de redactie – Maak het vooral niet te ingewikkeld
Verslag van de AV – Smokkelroutes – Ambulance Wens
Veilig op de weg met fiets en e-bike – Heb je een e-bike?
Vergeet dan dit niet te doen als het koud is! – Bietenrooiers en hydro-tricks = hightech
Als je zwarte vlekken ziet ... – Pas op voor nieuwe energiefraude
Hoe ontstond het Sinterklaasfeest? – Colofon

Van de redactie

Beste Lezer(es),

Ook in deze NieuwsFlitz vindt u weer een gevarieerd aanbod van artikelen.

Naast het verslag van de Algemene Vergadering een aantal afdelingsactiviteiten met o.a. verhaal over smokkelroutes, lezing over fiets en e-bike en een bezoek aan een hightech bedrijf.

Verder over problemen die de kou en het weer kan geven aan uw e-bike. Ook een artikeltje over Ambulance Wens.

Door de energiecrisis steekt ook een nieuw fenomeen de kop op: de energiefraude. U bent gewaarschuwd!

Sinterklaas is weer in het land. Op pagina 8 even een opfrisser over deze Goedheiligman.

Veel leesplezier!

De volgende overweging werd uitgesproken door George de Vijlder op de Algemene Vergadering van 8 november jl.

Maak het vooral niet te ingewikkeld!

Kom, laten we van elk jaar maken een jaar van de mens,
de doodgewone mens.

Geen jaar van de geleerde, de politicus, de astronaut.

Geen jaar van de administratie, de computer, de psychiater.

Geen jaar van de vrouw, geen jaar van de man, maar een jaar
van de doodgewone mens op een gewone dag
onder een doodgewone zon.

De snelle vooruitgang op alle gebied, de
voortdurende veranderingen in deze hypermoderne wereld
maken het leven ingewikkeld.

Elke dag storten krantenartikelen, radioberichten en
tv-uitzendingen nieuwe problemen over ons uit.

De fantastische vaart van de publiciteit en de communicatie maakt
de mens duizelig.

Een hopeloze verwarring in zoveel geesten en harten.

Om gelukkig te zijn in deze wereld vol comfort, welvaart en
verwaandheid missen we één ding:

EENVOUD

Verlag van de AV van 08-11-2022

Lilianne van der Ha (vicevoorzitter) heette de 54 aanwezigen van harte welkom en haalde de problemen van deze tijd aan: Corona, de oorlog in Oekraïne, de gestegen kosten van boodschappen, autobrandstof en energie. Ook wees zij op het belang van positief denken, het dankbaar zijn om ouder te worden, het belang van goede mobiliteit met een bereikbaar en betaalbaar openbaar vervoer en aandacht voor de veiligheid van E-bikes.

George de Vijlder sprak de overweging uit: *'Maak het vooral niet te ingewikkeld'*.

Het verslag van de AV d.d. 19-04-2022 werd doorgenomen en vastgesteld.

De huidige ontwikkelingen binnen de Unie KBO werden toegelicht. Per 1 januari 2023 treden 4 provinciale bonden, t.w. Noord-Holland, Limburg, Gelderland en Overijssel uit de Unie, een verlies van 80.000 leden. De overige bonden willen samen met de PCOB toewerken naar één vereniging. Aan de basis hiervan ligt de lokale afdeling, die zich bezighoudt met gemeentelijke belangenbehartiging, activiteiten voor senioren, ondersteuning van individuen (HUBA's, enz) en ontwikkeling van lokale netwerken. Landelijk biedt deze vereniging voor de leden het magazine, ondersteuning door vrijwillige ouderenadviseurs, HUBA's en de Academie. Hierover is nog geen besluit genomen, maar een en ander wordt verder uitgewerkt op thema, in kleine werkgroepen.



Jan van den Boom lichtte het lezersonderzoek van de Zeeuwse NieuwsFlitZ toe. Via NieuwsFlitZ 182 worden deze uitslagen naar iedereen toegezonden. De leden van de werkgroep PR en communicatie zijn tevreden over de uitkomst en gaan op dezelfde voet verder.

Op 9 maart 2023 wordt door commissie kaderbeleid en de werkgroep website een vervolg op de *workshop website* gehouden. Daarover later meer.

Het werkplan 2023 werd aangenomen. Het contributievoorstel 2023 werd aangenomen. In 2023 wordt weer eenmalig een korting verleend van € 2,50 per lid. De begroting 2023 werd vastgesteld.

De vacature voorzitter KBO-Zeeland is nog niet ingevuld. Het bestuur stelde voor om de huidige vicevoorzitter Lilianne van der Ha te benoemen als voorzitter en dit werd met algemene instemming aangenomen. Hierdoor ontstaat binnen het DB de vacature vicevoorzitter, waarvoor kandidaten zich kunnen aanmelden bij de secretaris. John Jansen was aftredend en herkiesbaar als algemeen bestuurslid. Deze herbenoeming werd met algemene instemming aangenomen.

Als afsluiting van de AV verzorgde Dr. Hanna van Dijk, netwerk coördinator Genero een lezing over hun werkzaamheden. In Genero werken organisaties uit zuidwest Nederland samen om zorg en welzijn voor ouderen te verbeteren. Zij helpen bij het oplossen van knelpunten die ouderen, hun naasten of zorgprofessionals signaleren. Zij ontwikkelen verbeterinitiatieven, delen kennis over effectieve ouderenzorg en ondersteunen de implementatie daarvan.

Ook realiseren zij ontmoetingen tussen allerlei partijen in de ouderenzorg. Dit alles met en voor ouderen. Een kopie van de PowerPoint-presentatie is aan te vragen bij de secretaris George de Vijlder.

Smokkelroutes in Zeeuws-Vlaanderen

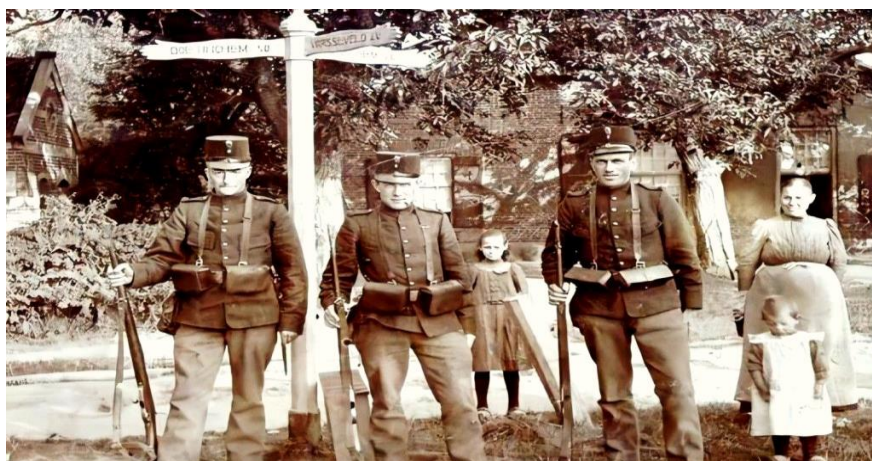
Wilfried Staelens verzorgde voor Heinkenszand een informatiemiddag op 25 oktober j.l. over de smokkelroutes in zijn geboortestreek. Hij deed dat op ludieke wijze, begeleid door smokkelliederen, die meegezongen werden door het publiek De bomvolle zaal genoot.

Beeldmateriaal was er ook en zowel de smokkelaar als de douanier werden geïnterviewd. Het bleek een spannende, zeer winstgevende, maar ook een gevaarlijke tijd te zijn geweest, zo tussen de beide oorlogen en nog een tijd daarna.

Mannen en vrouwen liepen naar de overkant. De mannen droegen bijvoorbeeld 40 kilo boter, verdeeld over voor en achter het lichaam. De vrouwen naaiden zakken aan de binnenkant van hun rokken en stopten daar de boter in. Als zo'n vrouw gepakt werd, zetten de grensbewakers haar vlak bij de kachel. Ze mochten een vrouw immers niet fouilleren en zo droop de boter vanzelf naar beneden en was het misdrijf toch meteen duidelijk.

Nederlandse douaniers waren fel en er vielen daardoor ook doden, want met getrokken wapen achtervolgden ze de smokkelaars. De Belgische gezagsdragers waren wel om te kopen. Je verloor dan wel een deel van je winst.

De smokkel van vooral boter en sigaretten bracht zo veel op, dat er door sommigen een commerciële handel van werd gemaakt. Eerst vervoerde men de producten nog in grote luxewagens en daarna in vrachtwagentjes, die op den duur gepantserd waren. Deze grote handelaren praatten over het algemeen niet over hun smokkel, ook niet na die tijd. Wel is bekend, dat je er flink rijk van kon worden. Een persoon kocht van de opbrengst 3 huizen. Het loonde dus zeker.



Ambulance Wens

Nog één keer de klok thuis horen tikken, de zee zien, of een concert bijwonen. Stichting Ambulance Wens vervult de laatste wens van niet meer mobiele patiënten die niet lang meer te leven hebben. Het gaat soms om hele kleine dingen die voor een terminaal zieke patiënt heel belangrijk, maar eigenlijk niet meer mogelijk zijn. Omdat hij of zij niet meer mobiel is en niet op een gewone manier vervoerd kan worden.

Stichting Ambulance Wens vervult wensen met speciaal voor dit doel ontworpen ambulances voorzien van onder andere een extra comfortabele brancard en ramen rondom. Ook gaat bij elke wens kundig medisch geschoold personeel mee. Per dag vervult de Stichting 5 à 8 wensen en inmiddels zijn er meer dan 18.500 wensen vervuld. Alle wensen worden gratis vervuld.

De missie van **Stichting Ambulance Wens** is om iedere terminale bedlegerige patiënt die aandacht te geven die hij/zij verdient, zodat de patiënt niet hoeft te overlijden zonder dat één laatste wens is gerealiseerd.

Dat is wat wij willen bereiken. Levenskwaliteit toevoegen aan die laatste periode, zodat een klein deel van de ellende even opzijgezet kan worden.

Info: ambulancewens.nl

BRON: WILMA VAN RIEL. FOTO: SHUTTERSTOCK.

BRON: LIBELLE. FOTO: SHUTTERSTOCK.

Veilig op de weg met fiets en e-bike

Op dinsdag 9 november hield KBO Hulst een informatiemiddag in ontmoetingscentrum De Lieve. Deze keer was het thema: veilig op weg met de fiets, c.q. de e-bike. Sprekers waren Marcel van der Poel van de firma Mangnus uit Kloosterzande en Rob Soer van Veilig Verkeer Nederland.

Voor de pauze kregen we van Marcel uitgebreid uitleg over de e-bike, de verschillende aandrijfmogelijkheden van dergelijke fietsen, hoe hiermee om te gaan en vooral ook het (jaarlijkse) onderhoud.

Er werden ook een vijftal e-bikes getoond met een zgn. voorwiel- en middenmoter. Verder kregen we ook uitgebreid uitleg over verschillende veiligheidsmiddelen op de fiets, zoals bijvoorbeeld de spiegel aan de linkerkant van het stuur en de valhelm.



Na de pauze ging Rob Soer van Veilig Verkeer Nederland nader in op de regels voor de fietsers in het verkeer en het gedrag van de fietser. Hij benadrukte dat vooral het (voorbeeld)gedrag van de fietser erg belangrijk is. Door onder andere het toenemende aantal ouderen op de fiets wordt ook het fietsverkeer steeds drukker, dus ook de kans op een mogelijk ongeval.

Het was al met al een inspirerende en leerzame middag, waar een 40-tal leden van onze KBO weer een aantal zaken heeft opgestoken. En nu maar aan de slag om deze informatie in de praktijk om te zetten. Veel succes daarmee.



Heb je een e-bike? Vergeet dit dan niet te doen als het koud is!

Merk je dat de actieradius (de maximale afstand die je zonder opladen kunt afleggen) van je e-bike in de winter flink afneemt? Dat zou zomaar door extreme kou kunnen komen.

E-bike-batterij

Nederlanders stappen ook in de winter op de fiets. Haal na een fietstocht de accu uit de fiets en neem die mee naar binnen. Wanneer je een (lege) batterij in de koude omgeving bewaart, wordt deze op den duur onbruikbaar of hij gaat korter mee. Laad de accu binnenshuis en op een vlakke ondergrond op. Onder de 10 graden levert een accu minder stroom en laadt-ie minder snel op.

Gebruik je de e-bike tijdelijk niet?

Zorg dan dat de accu voor 70% is opgeladen en binnen ligt. Zo voorkom je diepontlading, waarbij de accu langzaam leegloopt. Houd er tot slot rekening mee dat je in de winter met een volle accu minder kilometers kunt afleggen dan in de zomer. Je fiets moet harder werken.

Meer tips

Nog iets om op te letten: strooizout kan de ketting en andere onderdelen aantasten. Maak je elektrische fiets daarom in de winter regelmatig schoon. Zorg zo nu en dan voor een onderhoudsbeurt bij de fietsenmaker. Laat een klein beetje lucht uit de banden lopen om meer grip op de weg te krijgen.

BRON: THEO UITDEWILLIGEN; FOTO TON JONGMANS EN VERVAET.

BRON: PLUS MAGAZINE EN + GEZOND.
FOTO: SHUTTERSTOCK.

Bietenrooiers en hydro-tricks = hightech

Op 9 november brachten wij (KBO-AEOS) een bezoek aan machinefabriek Frans Vervae BV, in Biervliet. We werden met 24 personen ontvangen op de fabriek. De rondgang op de fabriek werd geleid door Dhr. Rob Vervae een van de eerste grondleggers van het bedrijf. Eerst werd een bijzonder interessante film vertoond over de geschiedenis van het Vervae gebeuren van af 1957 tot nu. Hier worden o.a. bieten-rooiers gebouwd en ook hydro-tricks voor de mestaanwending.

Daarna gingen we voorzien van koptelefoon en veiligheid hesje het bedrijf bezichtigen. Het is een indrukwekkend bedrijf dat door de jaren steeds is aangepast. Nu wordt het geleid door de derde generatie Vervae 's Robin en Edwin Vervae.

Er werken ongeveer 180 mensen. Ze waren nu momenteel bezig met de Trike's en de Quad's voor de mestaanwending die nog dit jaar afgeleverd worden. Daarna gaan ze de bietenrooiers assembleren. Het is een gerenommeerd merk over de hele wereld.

Theo dankte Rob Vervae voor de geweldige heldere uitleg bij de rondgang en merkte op dat het de eerste generatie Vervae was die dit heeft opgericht, Frans, Richard, Tonny, Rob, Walter en Marcel, van dezelfde leeftijd groep zijn als de belangstellende deelnemers vandaag en dat ze trots mogen zijn op wat zij zijn begonnen en wat de volgende generaties Vervae, daar op volgend gerealiseerd hebben. Chapeau. Eenieder was erg onder de indruk van wat wij daar deze morgen hebben gezien.



Als je zwarte vlekken ziet ...

Heb je wel eens zwarte vlekken voor je ogen als je snel opstaat?

Dat komt doordat de bloeddruk dan daalt. Je bloed stroomt bij het opstaan van je buik naar je benen, daardoor heeft je hart even te weinig bloed om rond te pompen.

Omdat ook je hersens dan te weinig bloed krijgen zie je zwarte vlekken. Normaal gesproken pakt je lichaam het gewone ritme weer op.

Om die bloeddrukdaling te voorkomen, kun je eerst rustig omhoogkomen voordat je helemaal opstaat.



Vertrouw je het niet helemaal? Overleg dan met je huisarts, want een lage bloeddruk kan ook het gevolg zijn van medicijngebruik.

Pas op voor **nieuwe** energiefraude

De nieuwste oplichtingtrucs

*Oplichters gebruiken de energiecrisis om geld van mensen af te troggelen.
Fraudeurs worden steeds creatiever en gebruiken de actualiteit om je te misleiden.*



Verzoek om geld te verplaatsen naar een andere rekening

Eén sluwe truc is om je korting aan te bieden op de energienota. Je ontvangt een (valse) email van je energieleverancier met een QR-code. Je krijgt het verzoek deze code te scannen én je gegevens achter te laten. Daarna word je gebeld door een fraudeur die zich voordoeft als energieleverancier of bankmedewerker. Diegene vertelt dat je persoonlijke gegevens zijn buit gemaakt door fraudeurs en zij stellen voor het geld op je rekening tijdelijk te verplaatsen naar een andere rekening. Terwijl je dit doet, halen ze geld van je rekening af. Dit heet ook wel [bankhelpdeskoplichting](#).

Phishing

De tweede manier is [phishing](#). Er wordt er een sms of WhatsAppbericht gestuurd om gegevens los te krijgen. Het kan gaan om een pakketje dat onderweg is met een Track & Trace link, of een onbekende doet zich voor als bekende en vraagt om te helpen met het betalen van een openstaande rekening. Nu doen oplichters zich ook voor als iemand van het energiebedrijf, of ze beloven iets over de energietoeslag. Meer weten of WhatsAppfraude? Bekijk dan de [video](#).

Webwinkels voor energiebesparende middelen

Oplichters tuigen een hele online webwinkel op met allerlei apparatuur waarmee je energie kunt besparen, zoals een warmtepomp of isolatiemateriaal. De websites zien er betrouwbaar uit en bieden goede kortingen. Maar nadat je je bestelling betaald hebt wordt er niets geleverd.

Voorkomen

Wat kun je zelf doen om het te voorkomen?

- Op check.veiliginternetten.nl/ kun je controleren of een website phishing, oplichterij of betrouwbaar is.
- Op checkjelinkje.nl kun je doorgestuurde linkjes controleren.
- Check de betrouwbaarheid van een webwinkel via de [ACM ConsuWijzer](#).
- Krijg je een verzoek van een bekende om geld over te maken of te klikken op een vreemde link? Neem contact op met de bekende via het telefoonnummer dat je zelf van hem hebt en vraag of het verzoek echt van hem komt.
- Verwacht je een pakketje? Bekijk dan de bestelbevestiging van de webwinkel waar je het besteld hebt voor verzendinginformatie.



BRON: LOBBES.NL, PROPROP.BE, WIKIPEDIA.ORG, DRAGONDEBS.BE.



Hoe ontstond het Sinterklaasfeest?

Het Sinterklaasfeest met cadeaus wordt op veel verschillende manieren gevierd, bijvoorbeeld met een surprise of een pakjesavond. Maar hoe is het Sinterklaasfeest ontstaan?

Sint-Nicolaas van Myra

Sint-Nicolaas van Myra was een gelovige die leefde in de derde eeuw na Christus in Turkije dat toen Klein-Azië heette. Volgens de legende is Sint-Nicolaas een kindervriend. Zo zou hij drie levenloze jongetjes weer tot leven hebben gewekt.

Verering van Sint-Nicolaas

Sinds de dertiende eeuw wordt Sint-Nicolaas in West-Europa vereerd als beschermer van onder andere de huwbare jeugd, scholieren, kooplieden, zeelieden en reizigers. Op de dag voor de feestdag werd een kinderbisschop met assistenten gekozen. Tot de dag van de 'Onnozele kinderen' op 28 december kreeg deze groep voedsel en geschenken, waaronder schoenen. De overige kinderen kregen geld en een vrije dag op 6 december, de sterfdag van Sint-Nicolaas.

De schoen zetten

Op 5 december 1427 werd door armere mensen voor het eerst de schoen gezet in de Utrechtse Sint-Nicolaaskerk. De rijken stopten wat in de schoenen op 5 december en een dag later werd de opbrengst verdeeld onder de armen. Vanaf de zestiende eeuw zetten kinderen hun schoen thuis. Jan Steen legde dit vast in 'het Sint-Nicolaasfeest'. De kinderen kregen een cadeautje of snoepgoed. Een zakje zout of een roe in je schoen betekende dat je te oud was voor het Sinterklaasfeest.

Zichtbaar op straat

Tot halverwege de negentiende eeuw was Sint-Nicolaas een kindervriend die niet zichtbaar was. Tegen 1850 trad hij op in het openbaar in bisschopskleren, later vergezeld door zwarte piet in de rol van bestraffer met een roe. Tot 1850 kwam zwarte piet niet in de verhalen van Sinterklaas voor.

Pakjesavond

Pakjesavond op 5 december werd na de Tweede Wereldoorlog steeds grootser doordat de welvaart toenam. Sinterklaas werd een opachtige kindervriend. Het werd ook meer een familiefeest in plaats van alleen een kinderfeest. Op pakjesavond wordende Sinterklaascadeaus vaak gepresenteerd met een gedicht van de Sint.

 **kbo-zeeland**
voor senioren van
vandaag en morgen

COLOFON

KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ is een uitgave van KBO-Zeeland

Blijf ons ondertussen ook volgen op:

 facebook.com/kbo.zeeland.3
en

 [twitter.](#)

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

Secretariaat

George de Vijlder,
Steenpit 9, 4561 CT Hulst
Tel. 0114-690415, e-mail
gdevijlder@zeelandnet.nl

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 website van KBO-PCOB www.kbo-pcob.nl