



Zeeuwse NieuwsFlitZ

Digitale nieuwsbrief voor leden van de KBO-afdelingen in Zeeland

Nummer **201** d.d. 15-08-2023



Inhoud: Van de redactie – Een bezoek aan de Voerstreek
Mooi Oost-Zeeuws-Vlaanderen
Mosselmaaltijd Zierikzee – Op bezoek bij Soet en Vermaeck
Mantelzorgcompliment – World Cleanup Day
Rabo ClubSupport – Colofon

BRON: ROB RIJKSCHROEFF.

BRON EN FOTO'S: CARLOS BUIJS

Van de redactie

Beste lezer(es),

En ineens ben je 'gepromoveerd' tot mederedactielid van de NieuwsFlitZ. Het was een volmondig ja toen ik daarvoor gevraagd werd, geen enkel moment van aarzeling of twijfel.

Wat is er nou leuker dan al die verslagen over uitstapjes van de verschillende afdelingen een beetje 'oppoetsen', soms een klein beetje inkorten.

Deze keer lezen we over mooi Oost-Zeeuws-Vlaanderen, een bezoek aan de Voerstreek, over een mosselmaaltijd en over een bezoek aan het kermismuseum. Misschien dat andere afdelingen er inspiratie van krijgen voor een volgende activiteit.

Fantastisch natuurlijk dat Mantelzorgcompliment. Eenzaamheid valt kennelijk wetenschappelijk te meten, maar heb je daar wat aan? Nog recht op toeslag over 2022? Aan de slag dan. En anders actief naar buiten op World Cleanup Day of snel achter de computer bij het aankruisen van het KBO bij de Rabo Club-Support-actie.

Rob Rijkschroeff

Heel veel leesplezier toegewenst!

Mooi Oost-Zeeuws-Vlaanderen

Voor de fietstocht op 22 juli van KBO-Koewacht hadden zich zestig leden aangemeld en voor de Zonnetrein twintig.

De route ging van Koewacht via polderwegen en watergangen naar Kijkuit, de mooie Liniedijk, over de Bosdreef, Steenovens en de Magerte naar Ons Paradijsje van de familie Hamelink aan de Eglantiersweg voor een gezellige stop met koffie en gebak. Op de akkers waren de boeren druk bezig om de oogst van het land te halen.

Na de stop vertrokken we via de Graafjansdijk richting Axel Zuiddorpe langs de Ronduitweg terug naar Koewacht voor een lekker etentje, frietjes met stoverij in de Vlaschaard, waar nog gezellig nagepraat werd over de tocht door het mooie Oost-Zeeuws Vlaamse land.



BRON EN FOTO'S: GERARD ARENS.

Een bezoek aan de fraaie Voerstreek

Op 14 juli organiseerden de afdelingen Terhole, Lamswaarde en Hengstdijk een gezamenlijke busreis naar de Voerstreek, gelegen in Belgisch Limburg en grenzend aan Nederlands Zuid-Limburg. Een streek met een rijk verleden, maar vooral de laatste decennia bekend om de voortdurende taalstrijd tussen de Walen en Vlamingen. We hadden 45 reislustigen bij elkaar.

Valse start: door de vele wegwerkzaamheden het spoor naar Hengstdijk bijster. Maar met wat hulp kwam dit evenwel weer goed. Gevolg: een half uurtje vertraging, maar gelukkig was het rustig rond de ring Antwerpen, zodat we in ons vaste restaurant in Voeren konden genieten van koffie met koffiekoek, wat bij allen goed in de smaak viel; ook konden we daar kennis maken met onze gids, die ons de hele dag begeleidde en leuke en interessante informatie over de streek kon vertellen.



Daarna volgde een route door de dorpjes in de Voerstreek en konden we een mooie video-show "Voeren een Symfonie" zien, met volop uitleg over de streek en zijn inwoners. Terug naar ons restaurant voor een goed verzorgde middagmaaltijd, waar natuurlijk de Belgische frieten niet bij ontbraken.

Via een alternatieve route op naar Sint-Martensvoeren voor een bezoek aan de forellenkwekerij, gelegen in het park van de Commanderie; proeven maar.



We vervolgden onze reis naar het Amerikaans kerkhof Henry La Chapelle, waar duizenden Amerikaanse soldaten begraven liggen, die gesneuveld zijn in de Tweede Wereldoorlog tijdens het Ardennenoffensief. Zeer indrukwekkend. Jammer dat er te weinig tijd was om even over het kerkhof zelf te kunnen lopen; dat had nog meer indruk gemaakt.



Op naar ons laatste doel, Val Dieu; de gids kon ons wetenswaardigheden vertellen over de Abdij en haar geschiedenis. Op het terras konden we even tot rust komen en genieten van het eigen abdijsiertje. De liefhebbers konden ook een bezoek brengen aan de kerk van de abdij; een prachtig gebouw om te bezichtigen.

We sloten de dag af met ons laatste bezoek aan ons restaurant voor de broodmaaltijd.

En daarna, om een uur of zeven, weer de bus in en huiswaarts, om in elk geval tijdig door de Kennedy-tunnel te geraken. Tegen negenen waren we terug in Hulst en stond daar een andere bus gereed voor de "dorpelingen" en zat de reis erop.

Een lange dag voor de "oudjes", maar dankzij de mooie streek, de bezienswaardigheden en een uitstekende gids, zeer geslaagd.

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

Mosselavond Zierikzee

KBO-Schouwen-Duiveland kan weer terugkijken op een zeer geslaagde mosselavond. Onze locatie, parochiecentrum Zierikzee, wordt standaard verlengd met een partytent van 10 x 4, zodat er plaats is voor achtentachtig deelnemers. Met de iets mindere temperatuur van zaterdag 5 augustus jl. moesten zo'n twintig leden toch echt hun jassen aantrekken om de kille zomeravond enigszins te kunnen "dragen". Dankzij de heerlijke mosselen werd deze "kou" voor lief genomen.



Die mosselen werden overigens om 08.15 uur diezelfde ochtend opgehaald bij de ZZ6 van de Firma Kouijzer, waarna ze door een fantastische groep knipers van dertien personen werden schoongemaakt bij het parochiecentrum. Dat is met mannen onder elkaar een gezellige bedoening kan ik u zeggen.

We prijzen ons buitengewoon gelukkig met onze mosselsponsor ZZ6, waardoor wij de prijs van deze mosselavond ten tijde van een stevige inflatieperiode op € 12,50 per persoon kunnen houden.

Waarvoor: gekookte mosselen volgens Tonny's recept (of als alternatief: de heerlijke saté "Henny"), maar

daarnaast drie consumptiebonnen, salades, stokbrood, kruidenboter, sausjes (waaronder de befaamde "Leny" saus) gevolgd door een dessert á la "Anneke" (ijs, chocolade met advocaat) en afgesloten met koffie met een bonbon en/of een heerlijke koffielikeur (marakesh). Om je vingers bij af te likken. Niet vreemd dat de mosselavond zo gewild is onder de leden.

Zoals gebruikelijk werd er een loterij gehouden, waarvan de opbrengst voornamelijk in prijzen wordt omgezet, geen verdienmodel. Ruim dertig prijzen van gemiddeld zo'n € 10 tot 15,- werden aan de "man/vrouw" gebracht. De prijzen varieerden van cadeaubonnen tot een puzzel, S-D Quiz, flessen wijn en een tweetal hoofdprijzen "Floor"-mandje (kaas/-noten enz) en "boerderij Kik" (Zeeuwse producten). De prijzen werden á la Kees omgeroepen en uitgedeeld door de "enige echte Els". Els liet de leden ook zelf de winnende loten trekken. Dit laatste omdat er een "vrolijke strijd" ontstond tussen de binnen- en buitendeelnemers, want over en weer werd er geroepen dat de meeste prijzen binnen of buiten vielen. Het hoort allemaal bij een avond die bol stond van gezelligheid.

De waardering die wij van de leden krijgen, sterkt ons alleen maar in een niet aflatende energie om ons verder in te zetten voor onze ouderen van de KBO-Schouwen-Duiveland.

Tot slot nog de vermelding dat wij met een bierpakketje onze enorme dank hebben uitgesproken richting onze hulpmosselkoker Joop Kouijzer, die de pittige werkzaamheden behorende bij dit koken, na zo'n 10-tal jaren moest overlaten aan de chefkok Tonny met medewerking van de nieuwe hulpkok Erik. Dat ze dit nog maar jaren mogen blijven doen. De aanschaf van een nieuwe mosselkookketel uit het overschot van de loterij en mosselavond zijn de indicatie dat we het volgend jaar zeker weer gaan organiseren.

BRON EN FOTO'S: WIM COPPER.

Op bezoek bij Soet en Vermaeck

Deze keer ging KBO-PCOB-Goes met een volle bus naar het Kermismuseum Soet en Vermaeck in Hilvarenbeek. Vanwege wat technische storingen aan de touringcar kregen we bij de Vierwegen in Kapelle een vervangende bus. Even wat ongemak met het overstappen, maar alles is goed gelukt. De AMZ en de chauffeur hebben het prima opgelost.

In Hilvarenbeek werden we welkom geheten door de bazin die ook meteen uitleg gaf over de broodmaaltijd bestaande uit broodje kroket, twee broodjes met heerlijk beleg en afsluitend krentenbol met roomboter. Natuurlijk met o.a. koffie/thee, jus, melk, karnemelk waar volop gebruik van werd gemaakt. Na de heerlijke, uitgebreide broodmaaltijd maakten we kennis met de wereld van de kermis vanaf zijn ontstaan tot de periode 1950, voorafgegaan door een optreden van het robotorgel.



Het is gelukt om in de benedenverdieping van het museum een zeer gezellig kermismuseum in te richten, niet in miniatuur, maar met echte attracties. Even terug in de tijd van weleer toen de kermis drie dagen het feest van het jaar was met ballengooien, schietsalon, touwtje trekken, vlooientheater, kop van jut enz. enz.

Voor de pauze wordt door de baas op een hele leuke humoristische wijze verteld over het fenomeen "Kermis". Verder werden we verwend met poffertjes, popcorn en voor de liefhebbers een heuse suikerspin en een drankje, een wijntje of een biertje.

meen "Kermis". Verder werden we verwend met poffertjes, popcorn en voor de liefhebbers een heuse suikerspin en een drankje, een wijntje of een biertje.



Ook het grote rad van avontuur draaide op volle toeren. Menigeen ging met een prijs naar huis.

Als afscheid van het museum speelde het grote draaiorgel nog. Heel indrukwekkend!

Met dank aan de activiteitencommissie en AMZ, het was weer een hele leuke middag waarvan, gezien de enthousiaste reacties van de deelnemers, volop is genoten.



Mantelzorgcompliment

De Dag van de Mantelzorg op 10 november is hét moment dat de [mantelzorgers](#) zelf eens goed in het zonnetje worden gezet.

Door het hele land worden activiteiten georganiseerd om de mantelzorgers in het zonnetje te zetten.

Mantelzorg is de zorg voor chronisch zieken, gehandicapten en hulpbehoevenden door naasten: familieleden, vrienden, kennissen en burens.

Mantelzorg kent altijd een persoonlijke band. Daarnaast betreft het langdurige, onbetaalde zorg.



Kenmerk

Kenmerkend voor [mantelzorg](#) is het feit dat de mantelzorger een persoonlijke band heeft met de zorgvrager. Een mantelzorger zorgt dus voor een zieke, gehandicapte of hulpbehoevende naaste. Denk hierbij aan een familielid, vriend, kennis of goede buur. De mantelzorger neemt de zorg vaak [onbetaald](#) en langdurig op zich.

Naast dat mantelzorg vaak lastig te [combineren is met werk](#) en een eigen privéleven, is het verlenen van mantelzorg op zich een hele uitdaging.

Wat kunt u doen?

Ontvangt u mantelzorg, en wilt u graag uw mantelzorger bedanken? Dat kunt u doen door uw mantelzorger aan te melden voor het [Mantelzorgcompliment](#) via uw gemeente.

Uw mantelzorger kan dan een waardering krijgen in de vorm van een bon, een geldbedrag of gratis deelname aan een leuke activiteit.

Raadpleeg de website van uw gemeente voor de mogelijkheden.

Wat is het mantelzorgcompliment?

Het mantelzorgcompliment, ook wel mantelzorgwaardering genoemd, is een compliment of waardering vanuit de gemeente voor de inzet van [mantelzorgers](#). Iedere gemeente heeft een eigen budget voor het mantelzorgcompliment. De gemeente mag zelf bepalen hoe dit budget wordt ingezet en verdeeld.

Degene die mantelzorg ontvangt, dus de zorgbehoevende/zorgvrager, is vaak degene die het mantelzorgcompliment kan aanvragen. Bent u degene die mantelzorg ontvangt? En vindt u dat uw mantelzorger wel een compliment verdient? Vraag dan via uw gemeente mantelzorgwaardering aan voor uw mantelzorger!

Mantelzorgcompliment aanvragen

Om het mantelzorgcompliment aan te vragen, gaat u naar de website van uw gemeente. Vaak dient u als zorgvrager voor de aanvraag in te loggen met uw DigiD. Ook kan het zo zijn dat u een aanvraagformulier voor de mantelzorgwaardering in moet vullen.

Tip!

Het kan handig zijn om de aanvraag van de mantelzorgwaardering samen met de mantelzorger te doen, aangezien u ook enkele gegevens van uw [mantelzorger](#) in moet vullen.

Het taboe blijft bestaan

Theo van Tilburg was hoogleraar Sociologie en sociale gerontologie aan de VU Amsterdam. Na 35 jaar onderzoek naar eenzaamheid, vooral onder ouderen, kijkt hij terug op de lessen over oorzaken van eenzaamheid en de mogelijke oplossingen.

Eenzaamheid: een breed begrip

Van Tilburg maakt onderscheid tussen eenzaamheid en zaken als *vervreemding* en *zinloosheid*. "Eenzaamheid gaat over relaties: mensen zien hun relatiernetwerk als te klein of zonder voldoende kwaliteit." Door begripsverwarring wordt het bedenken van oplossingen lastiger.

Eenzaamheid is individueel, maar nauw verbonden met de maatschappelijke context. "Vroeger werd je netwerk gedomineerd langs vaste lijnen: werk, vereniging, kerk en vooral familie. Nu heb je steeds meer keuzevrijheid, wat weer vraagt om meer vaardigheden. Je *kunt* meer van het leven maken, maar je *moet* dus ook meer van het leven maken."

Daarnaast zijn ouderen actiever dan vroeger. "Als je 65 jaar haalde in de jaren 1960 'mocht' je naar het verzorgingstehuis en hoefde je niets meer. Dat werd gezien als een voorrecht. Nu staat ons hele leven in het teken van actief zijn en blijven, met allerlei interesses en hobby's."

Die keuzevrijheid kan eenzaamheid tegengaan, maar de teleurstelling is ook groter mocht die actieve levensstijl op hoge leeftijd niet meer lukken.

Wat werkt tegen eenzaamheid

"We moeten ons richten op duurzame oplossingen, waarbij *fundamentele verandering* plaatsvindt. Dat kan bijvoorbeeld op het gebied van wonen, er lopen meerdere initiatieven om 'samen' wonen te bevorderen. Maar het gaat ook om het opdoen van sociale vaardigheden.

Mensen die eenzaam zijn, lopen vaak schade op, ze vertrouwen anderen minder snel en vatten reacties van anderen snel negatief op. Je moet daarom realistische verwachtingen creëren bij het ontmoeten van mensen en leren reflecteren op je eigen handelen."

"Hoewel we vaker over eenzaamheid praten en het op de agenda staat bij veel organisaties, blijft er een taboe op eenzaamheid bestaan. Bij dit soort problemen wordt te vaak gedacht dat het aan het individu ligt, waardoor het stigma blijft bestaan."

"Met ouderen in Nederland gaat het over het algemeen best goed. In vergelijking met vroeger leven mensen langer, zijn ze langer samen met een partner en ook financieel gaat het beter."

Sinds 1992 hebben duizenden Nederlandse ouderen regelmatig vragen beantwoord en tests gedaan over hoe het met hen gaat, op lichamelijk, sociaal, emotioneel en cognitief gebied. Daarin is een lichte verbetering te zien als het gaat om de individuele kans op eenzaamheid.



Vooroordeel: die arme oude mensen worden in onze huidige maatschappij vast steeds eenzamer. Dat vooroordeel wil Van Tilburg wegnemen. "Men denkt vaak dat ouderen in West- en Noord-Europa eenzamer zijn dan bijvoorbeeld in Spanje en Italië. De waarheid is dat men in Italië juist eenzamer is door hoge sociale verwachtingen en verplichtingen en kleinere persoonlijke netwerken."

Nog recht op **toeslag** over 2022?

Kreeg u in de afgelopen twee jaar voor het eerst AOW? Of bent u minder gaan werken? Dan kunt u misschien nog huurtoeslag en/of zorgtoeslag uit 2022 krijgen. U kunt dit tot en met 1 september 2023 aanvragen op [Mijn toeslagen](#)

Huurtoeslag en zorgtoeslag is geld dat u kunt krijgen van de overheid. Het is bedoeld om u te helpen bij het betalen van uw huur en uw zorgkosten. Hoeveel toeslag u kunt krijgen, hangt onder andere af van uw inkomen.

Wilt u toeslag aanvragen? Dat kan ook na afloop van het jaar. Dat is wel zo handig, want nu weet u hoe uw persoonlijke situatie er in 2022 uitzag. Bijvoorbeeld hoeveel u verdiende en hoeveel huur u hebt betaald. U kunt nog tot en met 1 september 2023 huur- en zorgtoeslag aanvragen over 2022.

Waarom u nog recht kunt hebben op toeslag

Er kunnen verschillende redenen zijn waarom u nog recht hebt op toeslag uit 2022, terwijl u dat misschien niet verwacht. Bijvoorbeeld:

- omdat u voor het eerst AOW kreeg
- omdat u minder bent gaan werken
- omdat u bent gescheiden of uit elkaar ging en nu in een huurhuis woont
- omdat uw partner overleed.

Laat geen geld liggen

Wilt u weten of u nog huur- of zorgtoeslag over vorig jaar krijgt?

U kunt het zelf controleren op toeslagen.nl/proefberekening. En vraag het via [Mijn toeslagen](#) op toeslagen.nl daarna meteen aan. U hebt nog tot en met 1 september 2023 om dat te doen.

Geef veranderingen altijd door

Blijkt dat u nog recht hebt op toeslag uit 2022 en vraagt u deze aan? Dan krijgt u automatisch ook in 2023 toeslag. Controleer daarom ook uw gegevens over 2023. Is er iets veranderd in uw persoonlijke situatie? Is uw inkomen bijvoorbeeld hoger, omdat u werkt naast uw pensioen? Pas dit dan meteen aan in [Mijn toeslagen](#). Op toeslagen.nl vindt u alle voorwaarden voor toeslagen. Denkt u dat u alleen in 2022 recht had op toeslag? Bijvoorbeeld omdat u nu veel meer verdient? Dan kunt u de toeslag na uw aanvraag meteen stopzetten per 31 december 2022. Dan ontvangt u nu alleen toeslag voor 2022.

Hulp

Lukt het aanvragen u niet? Of heeft u vragen? We begrijpen dat u soms hulp kunt gebruiken. Zoals van een familielid of vriend of een dienstverlener via de Belastingtelefoon (0800 – 0543). Let er wel op dat u het wachtwoord van uw DigiD nooit aan iemand anders geeft.

Kijk voor meer informatie op toeslagen.nl/hulp. Daar vindt u onder andere welke persoonlijke hulp er bij u in de buurt is.



World Cleanup Day

Op zaterdag 16 september 2023 is het weer zover: World Cleanup Day! Tijdens deze wereldwijde opruimactie geven we samen met ruim 190 landen de planeet een grote schoonmaakbeurt. Het doel? Het opruimen van zoveel mogelijk zwerfafval! En vooral ook het verkrijgen van waardevolle informatie over het soort afval dat rondzwerft. Dat inzicht is onmisbaar bij het vinden van oplossingen voor afval.



[Organiseer je eigen cleanup](#)

Ben je van plan om als afdeling een opruimevenement te organiseren? Registreer je cleanup op deze website en nodig vrijwilligers uit om deel te nemen.

[Opruimactie aanmelden](#)

In Nederland is [Plastic Soup Foundation](#) initiatiefnemer van World Cleanup Day en [Nederland Schoon](#) draagt ook bij aan deze wereldwijde beweging.

BRON: RABOBANK. FOTO: SHUTTERSTOCK

Rabo ClubSupport

Iedereen verdient een club. Het is als een tweede huis. Een plek waar je elkaar ontmoet, elkaar sterker maakt en helemaal jezelf kunt zijn.

Kortom: verenigingen zijn onmisbaar.

Daarom helpen wij hen graag met kennis, netwerk en geld om hun ambities te realiseren. Zo geven we als coöperatieve bank ieder jaar een deel van ons resultaat terug aan de verenigingen. Daarnaast zetten we onze kennis en ons netwerk in om clubs toekomstbestendiger te maken. Dit alles doen we samen met onze partners NOC*NSF, LKCA, Kunstbende en verschillende sportbonden.

Daarom investeren wij graag in clubs en verenigingen.

Als Rabo-lid kun je ieder jaar stemmen op jouw drie favoriete clubs. Dit jaar kan dat van 4 t/m 26 september. Dat is goed voor jouw club en geweldig voor de samenleving.

Bij de inschrijving voor Rabo ClubSupport geven clubs aan waaraan ze de financiële steun besteden, bijvoorbeeld aan het verduurzamen van het clubhuis, of aan vervoer, waardoor kinderen opgehaald en thuisgebracht kunnen worden. Of voor de werving van extra vrijwilligers, waardoor meer clubleden kunnen deelnemen. De maatschappelijke bestedingsdoelen zijn goed voor de club en goed voor de buurt.



Voor ondersteuning kun je je club het hele jaar door aanmelden. Benieuwd wat we voor jouw vereniging kunnen betekenen? Kijk op <https://www.rabobank.nl/leden/clubsupport>

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

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
Rob Rijkschroeff
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 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