



# BELANGENORGANISATIE VOOR SENIOREN

## VITAMINEN

### VOOR HET LEVEN

**in deze editie:**

Team Hurdegaryp - Trynwalden e.o.

**BUURTZORG**

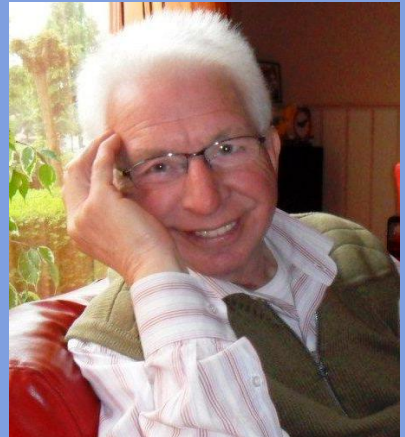
Verpleging en verzorging aan huis door betrokken medewerkers.  
In overleg met u de beste zorg voor u!

Wij staan borg voor uitstekende zorg!

Hurdegaryp  
Noardburgum  
Doanjerk  
Gytjerk  
Altdjerk  
Tyzjerk  
Rypdjerk  
Realdjerk  
Mianis  
Wyns  
Bartlehiem

Hilke Struikema, Yntje Swart, Anneli Kooij, Corina Fermanis

Wij zijn 24 uur per dag rechtstreeks bereikbaar via  
**06-12208164**  
hurdegaryp@buurtzorg-gaasterland.com



**pag. 10**

**de senioras  
pag. 7**

**dichter des KBO's  
pag. 9**

21e JAARGANG nr. 2. juni, juli en augustus 2013

## Colofon:

De afdeling Elst maakt deel uit van de Katholieke Belangenorganisatie voor Senioren GELDERLAND en is opgericht op 21 maart 1985.

De doelstelling van de KBO volgens haar statuten is:

- Gestalte geven aan de GELIJKWAARDIGHEID van ouderen aan de overige leden van de samenleving en erkenning te krijgen in die samenleving, alsmede bij overheden, kerkelijke en maatschappelijke instellingen.
- De INTEGRATIE (in zijn geheel doen opgaan in) van ouderen binnen de gemeenschap bevorderen.
- HET BEHARTIGEN VAN DE BELANGEN van alle ouderen in het algemeen en van haar leden in het bijzonder.

'Vitaminen voor het leven' is het bulletin van de KBO afdeling Elst / Overbetuwe. Het biedt de leden de kans om te schrijven of te lezen over zaken die de KBO Elst / Overbetuwe raken.

'Vitaminen voor het leven' verschijnt 4-maal per jaar.

Op verzoek wordt 'Vitaminen voor het leven' per e-mail toegezonden.

Redactie: Ger Daam (*eindredactie*)  
José Staring (*secretariaat Vitaminen*)  
Frans van den Boogaard (*lay-out*)

Verspreiding: Tom Pes

E-mailadres redactie: [hwstaring@kpnplanet.nl](mailto:hwstaring@kpnplanet.nl)  
Website afdeling Elst: [www.kbogelderland.nl](http://www.kbogelderland.nl)

De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden teksten te weigeren, in te korten, of anderszins redactioneel te bewerken. Copyright berust bij de auteurs van de bijdragen.

## Wel en wee

Wilt u eventuele vreugdevolle en/of verdrietige gebeurtenissen van onze KBO-leden doorgeven aan Truus van Beek.

### Adreswijzigingen:

Adreswijzigingen s.v.p. doorgeven aan de ledenadministrateur van de KBO afdeling Elst, Frans van den Boogaard.

Er zijn leden, die klagen over het feit dat post van de KBO op verkeerde adressen wordt bezorgd. Help ons dit te voorkomen door tijdig uw adreswijziging door te geven.

### Opzeggen lidmaatschap:

Het lidmaatschap van de KBO afdeling Elst kan op elk gewenst moment bij de secretaris worden opgezegd; bij voorkeur gemotiveerd.

Restitutie van betaalde contributie vindt echter niet plaats.

VITAMIENTJE voor de maanden juni, juli en augustus 2013:

# "Ouder worden is de tijd waarin je steeds meer verhalen krijgt om te vertellen"

---

## Inhoud

pag. 2	colofon
pag. 3	vitamientje van de maand / inhoud / van de redactie
pag. 4	bestuurlijk
pag. 5	de schoonheid van de natuur
pag. 6	vrouwen hebben altijd het laatste woord
pag. 7	de senioras
pag. 8	algemene vergadering
pag. 9	leven en getijden
pag. 10	buurtzorg
pag. 11	trouwpartij
pag. 12	in gesprek met .....
pag. 14	huishoudtips
pag. 15	uitslagen Vitaminen puzzels / uitslag spellencompetitie 2012-2013
pag. 16	puzzel

---

## Van de redactie

In deze 'Vitaminen' kijken we terug op het seizoen 2012-2013, afgesloten op 24 april jl.. Themamiddagen worden beschreven en ook vindt u de uitslagen van competities van de spellenmiddagen. De winnaars van de puzzels op de achterzijde van de 'Vitaminen' staan vermeld. Gerard Span, één van de nieuwe KBO-leden, heeft een gedicht voor ons blad geschreven. U mag de informatie van de algemene vergadering niet missen. En ook ziet u wat u in de vakantieperiode nog met de KBO kunt ondernemen.

Al bij al naast andere informatie genoeg te lezen!!!

De redactie wenst u een hele aantrekkelijke zomer en een fijne vakantie.

De volgende '*Vitaminen voor het leven*' komt uit op 27 augustus 2013. S.v.p. kopij inleveren voor 1 augustus 2013 bij het secretariaat van de '*Vitaminen*', José Staring, De Korte Helster 38, 6661 AE Elst, email: [hwstaring@kpnplanet.nl](mailto:hwstaring@kpnplanet.nl).

# Bestuurlijk

Tekst: Ger Daam



*Eindelijk begint het er op te lijken dat Koning Winter plaats heeft gemaakt voor de lente. Ook al merk je het nog niet iedere dag aan de temperatuur de kastanjeboom voor onze deur is in korte tijd weer groen geworden. Laten wij hopen dat het een mooie zomer gaat worden en dat wij met ons allen daarvan kunnen gaan genieten. Helaas zijn er ook mensen die hiervan niet kunnen genieten. Dat zijn onze zieken. Sommige zijn langdurig ziek, anderen kortstondig. Tegen al die mensen wil ik zeggen, probeer te genieten van de kleine dingen ook al valt het soms zwaar. Kent u het verhaal van de pessimist en de optimist? "Wat een pest, die mist", zegt de pessimist. "Trekt wel op, die mist", zegt de optimist. Ik wens u allen toe dat u aan de optimistische kant*

*van het leven kunt staan, ook al weet ik uit ervaring dat het soms verrekte moeilijk is.*

*Het seizoen 2012 – 2013 hebben wij op woensdag 24 april 2013 afgesloten. Het is een mooi verenigingsseizoen geweest. De variatie van de themamiddagen is goed geweest en over de opkomst van onze leden mogen wij trots zijn. Ook de spellenmiddagen zijn weer goed bezocht geweest. Ik wens u mede namens alle bestuursleden en de redactie van de Vitaminen een mooie zomer. Gaat u een vakantiereis ondernemen dan wensen wij u een goede reis en een behouden thuiskomst. Nu nog even enkele zaken die uw aandacht verdienen.*

## Voorzitter afdeling Elst

De zoektocht naar een voorzitter voor onze afdeling loopt nog steeds. Het uitgangspunt voor deze functie is dat een vrouw historisch deze functie inneemt, maar dit wil niet zeggen dat het geen man kan zijn. Ger Daam vult deze functie naast die van secretaris momenteel in. Weet u een kandidaat voor de functie van voorzitter, meld dit dan bij een bestuurslid.

## Museum Plus Bus

Hierover hebben wij nog (steeds) geen bericht ontvangen.

## Zomeractiviteiten

Er zijn twee zomeractiviteiten.

Op de eerste plaats de maandagavondfietstochten die op 6 mei 2013 zijn gestart en doorgaan zolang er voldoende belangstelling voor is. De organisatie is in handen van de fietswerkgroep. Bij droog weer wordt er om 19.00 uur gestart vanaf wooncentrum Wervershove en de lengte is ongeveer 17 kilometer.

De tweede mogelijkheid is om op donderdagmiddag mee te doen aan het spel Jeu de Boules. De Jeu de Boules banen liggen bij de tennisvelden van de Helster. Van

14.00 tot 16.00 uur wordt dit spel gespeeld en iedereen die een bal kan vasthouden kan meespelen. De kosten zijn € 5,00 per persoon per middag en hierin zit de huur van de banen, een kopje koffie/thee en een glaasje fris. Informatie hierover bij Baldewijn Vos.

## Enquête onder de leden van de KBO afdeling Elst Overbetuwe

Vergeet u niet om deze enquête in te vullen en bij de daarin opgenomen adressen in te leveren.

## Rectificatie rijbewijskeuring

Helaas moet ik u berichten dat er vertraging is ontstaan om de keuringsleeftijd voor rijbewijzen te verhogen naar 75 jaar. In de vorige Vitaminen heb ik geschreven dat dit per 1 juli 2013 zou ingaan. Het lukt deze minister van verkeer echter niet om dit voor 1 januari 2014 wettelijk te regelen. Wij houden u hierover op de hoogte.

## Ouderen in actie

De actie door ouderen tegen verhoging van de belastingschalen is een groot succes geworden. Meer dan 30.000 handtekeningen zijn er tegen deze maatregel binnengekomen.

Deze handtekeningen zijn aan de verantwoordelijke minister aangeboden. Het resultaat is dat politieke partijen

meer zijn gaan luisteren naar en overleggen met de ouderenbonden over de problemen met en voor ouderen door alle maatregelen van deze regering.



## Nieuw seizoen

Het bestuur en alle vrijwilligers hopen velen van u op de openingsmiddag van woensdag 4 september te mogen begroeten. Tijdens de openingsmiddag zal John ter Weyden ons vermaken met zijn liedjesprogramma "van Derby tot Neefs". Op zondag 1 september 2013 zal er om 9.30 uur in de Werenfriduskerk te Elst en om 10.00 uur in de kapel van wooncentrum Wervershove een eucharistieviering worden gehouden met intentie aan alle overleden leden van de KBO afdeling Elst Overbetuwe.

---

## De schoonheid van de natuur

*Tekst: Frans van den Boogaard.*

Als je van de natuur houdt en zeker van de mooie beelden daarin dan was woensdag 30 januari jl. zo'n moment om aanwezig te zijn in de zaal van Wervershove bij de presentatie van prachtige diabeelden, die door Tiny van der Weem en Thea Jurissen werden verzorgd.

De middag begon actueel met een gedicht over de problemen rond pensioen en AOW voorgelezen door Ger Daam.



Thea Jurissen en Tiny van der Weem

Daarna stak Tiny van der Weem van wal en hij toonde vele dia's met bloemen, planten, dieren en insecten.

De dia's werden in de omgeving van Leuth en Kekerdom geschoten, maar ook in Frankrijk, Duitsland en Zwitserland was Tiny actief met zijn camera.

Met behulp van jampotjes werden insecten gevangen om zo betere beelden te kunnen schieten.

Later werden deze gevangen insecten



boerenorchidee

weer vrijgelaten. Heel veel bekende en onbekende planten en dieren kwamen die middag in beeld. Om enkele te noemen: Watergentiaan. Boerenorchidee, Sleedoorn, Witbol, Boktor, Eikenprocessierups, Coloradokever, Tijgerspin etc..

Geassisteerd door zijn vrouw Thea Jurissen verzorgde Tiny een bijzonder mooie middag voor de KBO.

## Vrouwen hebben altijd het laatste woord

Een man leest op een ochtend de krant en zegt tegen zijn vrouw: "Wist je dat jullie vrouwen minstens 30.000 woorden per dag gebruiken en wij, mannen, slechts 15.000?"

De vrouw antwoordt: "Ja logisch, wij moeten altijd alles twee keer uitleggen voordat jullie iets begrijpen".

Een getrouwd stel zit samen in de auto. Er wordt haast geen woord gewisseld. Wanneer ze langs een grote weide rijden zegt de man opeens tegen zijn vrouw: "Kijk, daar zie jij je eigen familie, allemaal ezels en varkens". "Klopt", antwoordt de vrouw heel droogjes, "het is aangetrouwde familie".

## Vakantie

Ik droom van verre landen, exotisch witte stranden.  
Zonnen op een luchtbed, met een rietje tussen mijn tanden  
en massages door mooi gebruinde handen.  
Grote rieten hoeden, met van die brede randen.  
Airco in de bus. Vakantie dus.

(Bron: Internet)

## De Senioras

Verslag: José Staring



Ger Daam opent op woensdag 27 februari 2013 deze gezellige middag met een leuk gedicht over Adam en Eva.

In het kader van een protestactie van de KBO in samenwerking met enkele andere bonden over alle drukte rondom onze pensioenen heb ik een protestlied hierover geschreven. Dit protestlied is voor het optreden van De Senioras door mij en

de aanwezigen samen gezongen. Het zal allemaal niet helpen, maar ik kon toch even mijn frustratie hierin kwijt. Ger had formuliertjes meegebracht die je kon invullen en ondertekenen als protest tegen de nieuwe belastinggroepen, maar op internet kunt u onder [www.oudereninactie.nl](http://www.oudereninactie.nl) ook uw onvrede hierover laten blijken. Deze actie eindigt op 1 maart 2013. (meer dan 30.000 reacties zijn hierover ontvangen.)

Hierna gaf Ger het woord aan "De Senioras". Deze dames stelden zich voor als Trijnie en Coby en vertelden dat ze van oorsprong allebei uit Groningen kwamen, de één uit de grote stad en de ander van het platteland. Ze begonnen met een serie oude liedjes zoals bijvoorbeeld: 'Breng eens een bloemetje', 'Louise zit niet op je nagels te bijten', 'De Petroleumkar', 'Katinka (Spelbrekers)' etc. etc.. Het waren stuk voor stuk allemaal herkenbare liedjes.

Na de pauze kwamen liedjes aan de orde van Freddy Quinn, The Fouryo's, Sweet Sixteen en nog veel meer. Alle meezingers werden met warmte en liefde gezongen, maar vooral met plezier en een gulle lach en de dames hadden nog mooie stemmen ook. Naarmate de middag vorderde, werd het steeds gezelliger, bijna iedereen ging uit zijn bol. Trijnie en Coby hebben een eigen geluidsinstallatie waarin zij alle liedjes, die worden gezongen, hebben ingebracht. Zij eindigden deze middag met de liederen 'Sierra Madre del Su' en 'Als sterren aan de hemel staan' van Frans Bauer. Deze dames hebben nog veel meer op hun programma staan maar helaas was daar deze middag geen tijd meer voor. Ik heb genoten van deze fantastische middag met veel sfeer en vraag ons bestuur om deze dames in de toekomst nog eens uit te nodigen.

Hierna bleven er gelukkig nog de nodige mensen zitten om 3 rondjes bingo te spelen met weer mooie prijzen bij elkaar gezocht door Resi van Driessen. Alle aanwezigen gingen zeer enthousiast naar huis en velen hebben mij verteld dat ze dit de leukste middag van het hele seizoen vonden.

---

## Algemene vergadering

*Tekst: Ger Daam*

Een kort verslag van de algemene vergadering en de belangrijkste onderwerpen en besluiten die tijdens de algemene vergadering op woensdag 13 maart 2013 zijn genomen.

De jaarvergadering is door 73 leden bezocht. Het is een constructieve vergadering in goede sfeer geweest.

Op 31 december 2012 stonden er 500 leden in het bestand van de afdeling. In 2012 zijn er 18 leden overleden. De notulen van de jaarvergadering d.d. 14 maart 2012 zijn zonder op- of aanmerkingen door de vergadering goedgekeurd en aangenomen.

### Verslagen

Het jaarverslag 2012 van de secretaris en het financieel jaarverslag 2012 inclusief de begroting van 2013 opgesteld door de penningmeesters zijn door de vergadering goedgekeurd en aangenomen. Ook de financiële controlecommissie heeft de financiële stukken gecontroleerd en goedgekeurd. De heer J.F.J. van der Helm treedt af als commissielid en mevrouw G.J. van der Helm-Gutlich treedt als reservelid toe tot deze commissie. De financiële controlecommissie 2013 bestaat uit de heer P.N. Brouwer en de heer G. Verrest. Reservelid is mevrouw G.J. van der Helm-Gutlich.

### Contributie

Het voorstel van het bestuur om de contributie voor 2014 te verhogen naar € 21,00 per jaar per persoon is door de vergadering aangenomen.

### Bestuursverkiezing

Aftredend zijn: mevrouw Engelen van Braak en de heer Baldewijn Vos. De heer Baldewijn Vos stelt zich herkiesbaar. De voorzitter vraagt de vergadering of zij met de herbenoeming van Baldewijn Vos kan instemmen, een applaus is het antwoord van de vergadering. Er zijn vanuit de leden geen kandidaten voor bestuursleden voorgedragen. Engelen van Braak heeft aangegeven in verband met een te verwachten verhuizing naar het westen van ons land om als bestuurslid te stoppen. Het bestuur respecteert haar beslissing. Engelen zal, zolang zij nog in Elst woonachtig is, als vrijwilliger actief blijven in de afdeling. Hierna wordt Engelen bedankt voor haar werk als bestuurslid van de KBO afdeling Elst. In een gedicht spreekt de voorzitter de waardering voor haar werk uit. Alle mooie woorden aan



Engelien worden onderstreept met een bos bloemen, een envelop met inhoud en een applaus.

### **Algemeen reglement**

Na enig overleg stemt de vergadering in met het verzoek van de voorzitter om goedkeuring van het algemeen reglement onder de volgende voorwaarden: iedere KBO middag zal de werkmap van de KBO afdeling Elst Overbetuwe ter inzage op de bestuurstafel liggen. In de werkmap zijn opgenomen zowel de statuten als het algemeen reglement van de afdeling. Leden die een kopie willen ontvangen van de statuten en/of het reglement kunnen dit bij de secretaris opgeven. Waarvan akte!

De fietswerkgroep is druk in de weer voor de fiets-/puzzeltocht op 15 mei 2013. Deze tocht zal bij slecht weer verschuiven naar 22 mei 2013. De maandagavond fietstochten beginnen op maandag 6 mei 2013.

Hierna sluit de voorzitter de vergadering.

---

## **Leven en getijden**

*(gedicht van KBO-lid Gerard Span)*

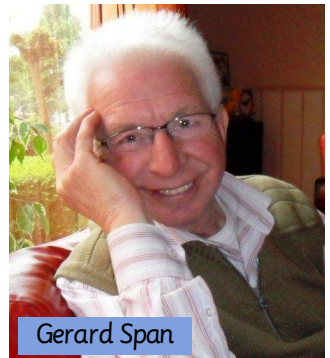
In de lente van je leven  
Klopt jouw hart in een bruisend pril beginnen.  
De wereld biedt een keur van kansen  
Het getij om te beminnen.

In de zomer van je leven  
Koesteren warmte en licht jouw hart.  
Het getij van zon en sterren  
Blijheid... Vreugde... soms... ook Smart.

In de herfst van je leven  
Jouw hart overziet wat het leven met je deed.  
Het getij met onverwachte wendingen  
Liefde... Verdriet... Herinneringen... Leed.

In de winter van je leven  
Kabbelt je hart nog rustig mee  
Het getij rillerig en bibberig  
Onstuimig als de zee.

En dan  
Getijden zijn geen getijden meer  
Het leven wacht een nieuw  
Begin  
Plussen...minnen...geven...nemen  
Leven en getijden hebben  
ZIN.



Gerard Span

Woensdag 13 maart 2013, na de algemene ledenvergadering en na de pauze wordt het woord gegeven aan mevrouw Mathilde Geerlings van Buurtzorg Nederland.



Mathilde Geerlings

Mathilde is op verzoek van enkele leden uitgenodigd om te komen vertellen wat Buurtzorg is, wat Buurtzorg doet en hoe iemand in contact komt met Buurtzorg.

Buurtzorg: is een landelijke thuiszorgorganisatie die zorgt levert bij mensen thuis, zoals bij oudere mensen, mensen met een beperking en chronische zieken. Het doel van Buurtzorg is om mensen met goede zorg thuis te helpen zodat die mensen zelfstandig kunnen blijven wonen. Buurtzorg is er niet voor de hulp in de huishouding.

De zorgafstemming wordt gedaan door een directe afstemming met de eerstelijns gezondheidszorg - in het bijzonder met de huisarts - waardoor verzorging wordt gegeven die nodig is voor de patiënten, met persoonlijke verzorging, welzijn, ondersteuning en begeleiding. De zorg is zeer breed. De zorg is zowel preventief (voorkomen), curatief (op genezing

gericht) maar ook palliatief (pijn verzachtend).

De zorg kan aangevraagd worden door: de huisarts, het ziekenhuis, de cliënt zelf, familie of mantelzorgers, gemeente, andere zorgverleners (bijv. de fysiotherapeut).

Voor thuiszorg heeft u een indicatie nodig. Deze kunt u zelf aanvragen bij het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) of kunt u dit samen met een wijkverpleegkundige van Buurtzorg regelen. Dat kan heel eenvoudig door Buurtzorg te bellen en een afspraak te maken. Tijdens een bezoek bij u thuis worden alle voorbereidingen voor een aanvraag gedaan.

Voor de thuiszorg betaalt u altijd een eigen bijdrage. De hoogte hiervan wordt bepaald door het Centraal Administratie Kantoor (CAK) in Den Haag. Het CAK int ook de bijdrage. De eigen bijdrage wordt vastgesteld op grond van het gezamenlijk inkomen van 2 jaar geleden. Voor eventuele hulpmiddelen kan een adviesgesprek worden aangevraagd bij de wijkverpleegkundige van Buurtzorg.

Adresgegevens: Buurtzorg voor de Overbetuwe, Nieuwe Aamsestraat 69, 6662 NK Elst, telefoon 06-12177499 of mail: [elst@buurtzorgnederland.com](mailto:elst@buurtzorgnederland.com)

Na al deze informatie zijn er nog enkele vragen aan Mathilde gesteld die tot tevredenheid van de vragenstellers zijn beantwoord.

Mathilde wordt bedankt voor haar goede presentatie en de voorzitter benadrukt dit met een presentje. Applaus voor Mathilde volgt hierna.

Ger Daam opent deze middag (10 april 2013) met een passend gedicht getiteld: "Als de liefde niet bestond" van Toon Hermans.

Persoonlijk dacht ik dat de heer Arie Niks zou komen spreken maar het bleek zijn vrouw Ina Timmer te zijn die een lezing hield over het onderwerp: "Verliefd, verloofd, getrouwd".

Haar man Arie Niks zorgde voor de bijbehorende diaserie.



Ina Timmer

Vorig jaar was de Doesburgse Ina Timmer 25 jaar BABS (Buitengewoon Ambtenaar van de Burgerlijke Stand). Ze heeft inmiddels meer dan 2750 huwelijken gesloten. Vooraf aan het huwelijk heeft ze altijd eerst een gesprek met het bruidspaar. Dit is voor haarzelf maar ook voor het bruidspaar wel zo prettig en zo kom je ook gauw te weten wat de wensen van het bruidspaar zijn. De Doesburgse werkt als BABS in Doesburg en ook voor de gemeentes Arnhem en Rheden. Ze heeft tal van wetenswaardigheden over huwen, vandaar deze lezingen.

Mensen die vroeger heel belangrijk zijn geweest voor het sluiten van huwelijken waren o.a. Karel de Grote, Innocentius III, Karel V en nog enkele anderen.

Dat katholieke mensen hun trouwring links dragen is in 1573 ontstaan. Vroeger kon je ook zonder toestemming trouwen in Gretna Green. Op veel oude schilderijen zie je ook een hond afgebeeld. De hond is een teken van trouw. Vandaar het spreekwoord: 'Zo trouw als een hond'.

Napoleon stelde in 1811 de Burgerlijke Stand in. Sinds 1931 mogen vrouwen pas huwelijken voltrekken, dit werd vroeger altijd door mannen gedaan. De man was het hoofd van de echtverbintenis en samenwonen was verplicht. Maar waarvoor zou je anders nog gaan trouwen? Vroeger (in onze tijd) werden de huwelijken altijd aangekondigd via de buitenkastjes van de burgerlijke stand bij het gemeentehuis. Nu gebeurt dat niet meer in verband met de Wet op de Privacy.

Koppelen ging vroeger via een minnebrief (liefdesbrief). In Friesland deed de vrijer een penning in een knottendoek en in Staphorst deed men aan venstervrijen. Wat ik van mijn leven nooit had gedacht was dat de vrouw in Staphorst al zwanger mocht zijn vóór het huwelijk. Zodoende kocht de man dan geen kat in de zak.

Een ander symbool voor het huwelijkse leven was een versierde Goudse pijp. Deze pijp werd na het huwelijk bewaard in een kastje en als men dan bijv. 25, 40 of 50 jaar getrouwd was, dan werd deze pijp weer opnieuw versierd.

Verder kwamen er allerlei wetenswaardigheden aan de orde zoals bijvoorbeeld: trouwen met de handschoen, kleding van vroeger en nu zowel voor de bruid als voor de bruidegom, koppelen, het huwelijksbootje, de bruidstaart, de viering van het huwelijk met bijvoorbeeld muziek, dans, drank, sketches, etc. etc..

De ringen zijn nog altijd het symbool van liefde zonder einde. Tot slot vertelde Ina nog enkele verhalen uit haar eigen praktijk. Zo werd zij een keer gevraagd om een huwelijk in Bourgondië (Frankrijk) te sluiten in een heel mooi kasteel. Haar man mocht ook mee. De nacht mochten zij samen doorbrengen in de Torenkamer van dit kasteel.

Ina heeft ook een keer een 3 dubbel huwelijk gesloten met 3 broers en 3 zussen. Heel bijzonder. Ook heeft ze het huwelijk van haar eigen dochter en zoon gesloten wat natuurlijk ook een hele belevenis is.

Haar oudste bruidspaar was een homohuwelijk van een man van 85 met één van 84 jaar. En één keer heeft zij het meegemaakt dat de bruidegom bij zijn huwelijk in Arnhem niet kwam opdagen. De bruid had nooit meer wat van hem gehoord, want hij was met de noorderzon vertrokken. Verder heeft ze nog een huwelijk in het Rijnstate ziekenhuis in Arnhem voltrokken waarvan de partner heel ernstig ziek was. En zo had ze nog veel meer verhalen.

Ina heeft het zelf nog nooit meegemaakt maar als er ooit een bruid in boerka zou verschijnen dan moet er echt gecontroleerd worden wie de echte bruid is. Tot slot konden de aanwezigen in de zaal nog enkele vragen stellen, die zij hierna beantwoordde.

Nadat Ger Daam haar en haar man Arie Niks had bedankt voor deze leuke middag werden er nog 3 rondjes bingo gespeeld.

Ger sluit deze middag af, bedankt de mensen voor hun komst en zegt dat er nog één slotmiddag in het verschiet ligt op 24 april 2013 met de bekendmaking van de uitslagen van de spellencompetities.

---

## In gesprek met Mieke Kortman

*Tekst: Ger Daam*

*Het is een prachtige dag als ik vertrek naar Mieke Kortman om met haar in gesprek te gaan. Onder het genot van een kopje koffie begint het gesprek echt op zijn Hollands en dus over het weer. Dan gaat het gesprek verder over diverse onderwerpen. Een waterval van woorden gaat er over mij heen en ik begin al te denken, hoe het gesprek te laten kantelen. Natuurlijk lukt zoiets wel en is het een zeer amicaal gesprek geworden.*

*Met Mieke ga ik in gesprek over 25 jaar lidmaatschap en bestuurslid van de KBO afdeling Elst Overbetuwe. Ook blijkt tijdens dit gesprek dat Mieke vele interesses heeft.*

## Wie is Mieke Kortman?



Mieke is geboren in Boskoop en is de oudste uit het gezin van de familie Van Leeuwen. Een echt katholiek gezin met in totaal 8 kinderen. Haar ouders hadden een kruidenierswinkel. Doordat haar moeder op zeer jonge leeftijd is overleden, was er voor de oudste uit het gezin geen tijd meer om te studeren; er moest gewerkt worden in huis en in de winkel. De meisjesschool in Leiden heeft zij gelukkig wel af kunnen maken. Later toen zij al was getrouwd met Jan Kortman heeft zij nog diverse opleidingen met goed gevolg afgesloten, zoals de moeder MAVO.

Met Jan Kortman is zij bijna 50 jaar getrouwd geweest. Samen hebben zij drie kinderen en zes kleinkinderen gekregen. Helaas is Jan op jonge leeftijd met zijn gezondheid gaan sukkelen en is ook overleden. Ondanks het feit dat bij Mieke niet altijd alles heeft meegezet, is zij altijd positief ingesteld gebleven.

## Wat betekent de KBO voor Mieke?

Op deze vraag krijg ik vele antwoorden. Mieke vertelt gezelligheid, ontspanning, organiseren, contacten hebben, helpen en zien dat de leden het leuk vinden wat er wordt gedaan. Als ik niet meer naar de KBO kan of mag gaan, zal ik de KBO ontzettend missen.

## Hoe ben je in het bestuur van de KBO gekomen?

Op de vraag, hoe ben je in het bestuur gekomen, het volgende antwoord. Mieke was 's morgens in Wervershove aanwezig voor het inschenken van koffie/thee aan de bewoners van toen nog het verzorgingshuis. Op aandrang van de voorzitter mevrouw Naus is zij in het bestuur gekomen. Eerst als invalster in verband met een herseninfarct van de secretaris. Ja, dan zit je in het bestuur en dan blijf je zitten. Zij heeft vijf voorzitters zien komen en vier zien gaan. Wel moet ik zeggen dat er toen veel minder georganiseerd werd als tegenwoordig. Wat wel leuk is geweest, zijn de cursussen die door de KBO voor bestuursleden werden georganiseerd. Daarin heb ik veel bestuurlijke kennis opgedaan. Onder het voorzitterschap van Greet Roelofs is er veel meer structuur in de KBO middagen gekomen dan onder alle andere voorzitters.

## Mieke, heb jij ook nog andere hobby's?

O ja, heel veel zelfs, ook al doe ik aan verschillende hobby's niets meer. Maar kleding maken vond ik erg leuk. Maar dat werd voor mij op een gegeven moment als moeten ervaren en toen ben ik daarmee gestopt. Maar behalve als behanger en huisschilder ben ik mij gaan toeleggen op aquarellen. Mijn eerste schilderstuk was op mijn eerste werktentoonstelling binnen enkele uren verkocht. Voor mijn kinderen heb ik nog mooie stukken gemaakt. Waarom ben je hiermee gestopt? Ik kwam tijd tekort door het werk in huis, tuin, de administratie, het lezen, en het fietsen dat ik graag doe en mijn vrijwilligerswerk.

## Mieke hoe zie jij jouw toekomst?

Ik wil zo lang mogelijk thuis blijven wonen in mijn eigen omgeving. Hierbij hoop ik dat mijn gezondheid mij niet in de steek zal laten en alles kan blijven doen wat ik tot nu toe gedaan heb. Als bestuurslid van KBO wil ik nog graag even blijven zitten. Ik heb geen hekel aan vergaderen of voorbereiden op vergaderingen. Verder volg ik met veel belangstelling al het werk van de KBO. Kan het niet meer als bestuurslid dan als vrijwilligster van de KBO.

## Zie jij toekomst voor de KBO?

Als ik kijk naar de mensen die komen naar de KBO middagen en hun enthousiasme, dan heeft de KBO voor deze doelgroep zeker toekomst. De middagen lopen gesmeerd en ik ga er erg graag naar toe. Wat wel een probleem voor de toekomst zou kunnen worden, zijn vrijwilligers voor bestuursfuncties. Ik wil mijn steentje hier graag aan bijdragen.

*Mieke, wij hopen je nog vele jaren als bestuurslid of als vrijwilligster te zien tijdens de KBO bijeenkomsten. Wij wensen je heel veel geluk en gezondheid toe, geniet van je kinderen en je kleinkinderen. Bedankt voor dit gesprek en voor al het werk dat je hebt verzet voor onze leden.*

---

## Huishoudtips

### Zilvervisjes

Zilvervisjes zijn insecten (loodgrijze beestjes) met een lengte van ongeveer 10 mm. Als u in bepaalde ruimten het licht aan doet, ziet u ze vaak wegschieten of blijven ze stokstijf stil zitten. Zilvervisjes komen voor op vochtige plaatsen binnenshuis bijvoorbeeld bij water- en afvoerleidingen, in aanrecht-kastjes, in de badkamer, maar ook achter plinten, onder vloerbedekking en in boekenkasten. De eieren worden in het voorjaar per 2 of 3 stuks afgezet in kieren of scheuren van hout- en tegelwerk. Na 3 tot 6 weken komen de larven uit. Het zilvervisje richt weinig schade aan maar kan wel veel last veroorzaken. Hoe kunt u hier vanaf komen?

Bewaar alle restjes toiletzeep en als die goed gedroogd zijn, doe ze dan in de keukenmachine tot ze heel fijn gemalen zijn. Strooi het poeder in de kast en op andere plekken en de zilvervisjes kiezen het hazenpad. Na een poosje herhalen. Uw huis ruikt nog lekker ook.

Tegenwoordig is er ook een gemakkelijker oplossing: HGX spray tegen zilvervisjes. Het is te koop bij drogisterijen en/of supermarkten. Gemiddelde prijs: ± € 12,15 per bus.

(Bron: De Dikke Bode. Juli 2012.)



## Uitslagen Vitaminen puzzels

Het heeft een tijdje geduurd maar hier zijn de oplossingen en de winnaars van de puzzels, die op de achterzijde van de Vitaminen hebben gestaan, over de periode van februari 2012 tot en met februari 2013.

De oplossing van de puzzel van februari 2012 is: **'puzzelhoek'**.

Winnaar is mevrouw Tonnie Damen.

De oplossing van de paardsprongpuzzel van mei 2012 is:

puzzel 1: **'onderduikster'** en puzzel 2: **'overgrootvader'**.

Winnaar is mevrouw J. Aalmers.

De oplossing van de puzzel van november 2012 is: **'zweefvliegtuig'**.

Winnaar is de heer Henk van Brandenburg.

De oplossing van de puzzel van februari 2013 is: **'zwanenzang'**.

Winnaar is mevrouw Nelly te Dorsthorst.

Winnaars gefeliciteerd en voor de andere inzenders, de volgende keer meer geluk.

*Redactie van de Vitaminen*

---

## Uitslag spellencompetitie 2012 – 2013

eindstand kaartspel "rikken"		
	Naam	punten
1	Corry Strijbosch	270 +
2	Tom Pes	240 +
3	Diana van Moerkerk	170 +
4	Frits Janssen	150 +
5	Toos Marcelis	110 +
5	Gerrit van Uhm	110 +
6	Trees Meijer	280 –

eindstand kaartspel "klaverjassen"		
	Naam	punten
1	Jan Brandts	25724
2	Annie Teunissen	25161
3	Hans Imming	25028
4	Herman Geerlings	24297
5	Thea Imming	24277
6	Jan Hockselaar	23354
7	Greetje Brandts	23140
8	Johan Elferink	20059

Alle spelers namens de redactie van de Vitaminen van harte gefeliciteerd met jullie resultaten. Denk aan ons motto: "winnen is leuk, maar meedoen is belangrijker!"

Het is een leuke en spannende competitie geweest.

Maar wij hopen dat er in het volgende seizoen meer leden zich opgeven voor de spellencompetitie. Het maakt de spellenmiddag leuker en interessanter.

**Een tongbrekertje:**

Ruud Rups raspt rap rode ronde radijsjes.

# Puzzel

Deze keer een lettergrepenpuzzel opgesteld door de heer Co van den Brakel. Maak van de lettergrepen 11 woorden volgens omschrijving. De letters in de grijze hokjes/vakjes vormen van boven naar beneden een woord van 11 letters. Schrijf dit woord op in de oplossingsbalk.

Als u de puzzel goed hebt opgelost, gaan we niet verder.

Lettergrepen: aan-bam-boe-con-di-du-eek-eel-fa-fel-fel-fil-gan-ha-haan-ho-in-in-ka-kest-krans-lau-leg-mer-nis-or-pas-ren-sul-ta-ta-ta-te-tei-ten-tie-tie-tje-tra-ven-vi-wer-zan-ze

1. meerplaats
2. raadpleging
3. pluizig diertje
4. alleenstaand
5. zegeteken
6. binnensport
7. wild amuse
8. meubelstuk
9. indringing
10. muziekensemble
11. mannetjesvogel

1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										

Inleveren vóór 1 augustus 2013 bij de heer Co van den Brakel, De Kist 35-A in Elst.

Oplossing: \_ \_ \_ \_ \_

Ingezonden door: .....

Adres: .....