



# KBO

## Elst - Overbetuwe



# VITAMINEN

# VOOR HET LEVEN



Over fietstochten gesproken .....  
pagina 14

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 senioren 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 senioren binnen de gemeenschap bevorderen.
- HET BEHARTIGEN VAN DE BELANGEN van alle senioren 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.

Het blad 'Vitaminen voor het leven' is ook te vinden op onze website.

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

Verspreiding: Geert Kolks

E-mailadres redactie: [hwstaring@kpnplanet.nl](mailto:hwstaring@kpnplanet.nl)

Website: [www.kbo-overbetuwe.nl](http://www.kbo-overbetuwe.nl)

Rekening Rabobank IBAN: NL84 RABO 0171 0183 70 t.n.v. KBO afd. Elst-Overbetuwe

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.

Help de ledenadministratie door wijzigingen of veranderingen in adresgegevens steeds door te geven. Zo kan informatie van de vereniging correct bij de leden bezorgd worden.

## Opzeggen lidmaatschap:

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

Restitutie van betaalde contributie vindt echter niet plaats.

VITAMIENTJE voor september, oktober en november 2017:

## "Je hebt al mazzel als je geen pech hebt!"

---

### Inhoud o.a.:

<b>pag. 2</b>	colofon
<b>pag. 3</b>	vitamientje van de maand / inhoud / van de redactie
<b>pag. 4</b>	bestuurlijk
<b>pag. 6</b>	activiteitenprogramma
<b>pag. 7</b>	aftreden Ger Daam
<b>pag. 8</b>	een middag kunst en muziek
<b>pag. 10</b>	twee onbekende vrouwen
<b>pag. 11</b>	slotmiddag seizoen 2016/2017
<b>pag. 12</b>	de laatste roos van de zomer
<b>pag. 13</b>	op pad met Gerrit de zakkenroller
<b>pag. 14</b>	werkgroep fietsen actief in 2017
<b>pag. 17</b>	klaaglied van een gepensioneerde
<b>pag. 18</b>	uitslagen spellencompetitie seizoen 2016/2017
<b>pag. 19</b>	huishoudtips
<b>pag. 20</b>	bestuur

---

### Van de redactie

Heerlijk, het is weer vakantietijd. Fijn naar warme landen gaan; heerlijk aan het strand; mooie steden bezoeken en weg uit de dagelijkse beslommingen.

Maar is vakantietijd voor iedereen zo fijn? De achterblijvers zijn vaak niet zo blij met de vakantietijd. Zij kunnen door lichamelijke of financiële beperkingen niet op vakantie en missen hun dagelijkse of wekelijkse bezoek of aanspraak. Het is opmerkelijk, dat aan het eind van het jaar (kersttijd) veel wordt georganiseerd voor eenzame mensen, terwijl er dan veel minder mensen op vakantie zijn. In vakantietijd staat alles stil en worden mensen aan hun lot overgelaten. Ook bij onze afdeling van de KBO is dat het geval. Misschien moet hier over nagedacht worden. In ieder geval probeert de redactie met deze 'Vitaminen' enigszins met u in contact te blijven.

De volgende '*Vitaminen voor het leven*' komt uit op 12 december 2017.

S.v.p. kopij inleveren voor 21-11-2017 bij het secretariaat van de '*Vitaminen*', José Staring, De Korte Helster 38, 6661 AE Elst, e-mail: [hwstaring@kpnplanet.nl](mailto:hwstaring@kpnplanet.nl).



## Bestuurlijk

Tekst: Ger Daam

*Zoals in de vorige 'Vitaminen' aangekondigd wordt dit mijn laatste bijdrage aan de 'Vitaminen' voor het onderwerp 'bestuurlijk'. Door in- en uitschrijvingen van onze bestuursleden bij de Kamer van Koophandel stop ik niet per 1 juli maar per 1 augustus 2017 als bestuurslid. Anders was het voor mij niet mogelijk geweest om die te regelen zaken uit te mogen voeren. Maar dat is allemaal geregeld en kan ik dus met pensioen gaan. Het katterig gevoel is bij mij niet overgegaan, omdat per 31 juli 2017 de heer Albert Wiersma zich heeft afgemeld om het secretariaat van mij over te nemen.*

*Hierdoor is de verdeling van de taken onder de bestuursleden anders komen te liggen. Wel heeft het bestuur zorgvuldig gekeken naar de verdeling van de taken om te voorkomen dat een nieuwe secretaris teveel op zijn bord krijgt.*

*Het stoppen als bestuurslid heeft dus tot gevolg, dat ik niet meer het onderdeel 'bestuurlijk' kan en mag schrijven. In de volgende 'Vitaminen' zal dit onderdeel onder een andere naam worden voortgezet en zal het inhoudelijk meer gaan over onderwerpen, die betrekking hebben op de activiteiten en gebeurtenissen in onze afdeling.*

*Als u deze 'Vitaminen' ontvangt dan zullen de vakanties voor de meeste mensen voorbij zijn, zijn de scholen weer begonnen en begint ook het nieuwe seizoen 2017-2018. De redactie gaat er van uit dat u een mooie zomer en dat u een fijne vakantie hebt gehad met een goede reis en veilige thuiskomst.*

*Het bestuur is nu al weer in overleg over de gemeenteraadsverkiezingen die in maart 2018 gaan plaatsvinden. Moeten wij politieke partijen gaan uitnodigen en aanschrijven om ook een seniorenparagraaf in hun verkiezingsprogramma op te nemen. Wij laten hierover nog van ons horen.*

*Opnieuw vragen wij als bestuur en redactie uw aandacht voor de zieken en de eenzamen, die wel of geen lid zijn van onze vereniging. Kent u iemand, laat ons het weten of brengt uzelf eens een bezoekje. Een kaartje is ook een goed medicijn, dus vergeet hen niet.*

*Dan zijn er natuurlijk altijd onderwerpen die uw aandacht verdienen.*

### **Riet de Jager is gestopt als bestuurslid**

Riet heeft aan het bestuur laten weten dat zij haar functie als bestuurslid niet langer kan combineren met haar thussituatie en haar andere activiteiten. Het bestuur respecteert haar besluit. Vanaf 1 mei 2017 is zij gestopt. Wel zal zij haar werkzaamheden op de KBO middagen en in de werkgroep fietsen blijven uitvoeren. Het bestuur bedankt Riet voor haar inzet voor de leden van de KBO in de afgelopen jaren. Wij zijn zeer blij, dat zij haar werkzaamheden blijft verrichten en zullen haar graag blijven ontmoeten tijdens de KBO middagen en de fietstochten.

### **Vrijtijdsmarkt op 3 september 2017 in Elst**

De KBO afdeling Elst Overbetuwe zal op de vrijtijdsmarkt op zondag 3 september met een stand aanwezig zijn. Tijdens die markt gaan wij bezoekers op de hoogte brengen van de werkzaamheden en de mogelijkheden die er zijn bij onze afdeling. Wij nodigen u uit om onze kraam even te komen bezoeken en een praatje te maken met de mensen achter en voor de kraam.

### **De Rabobank Clubkas Campagne 2017**

Deze campagne heeft de KBO Elst Overbetuwe ruim 400 euro opgeleverd. Een mooi resultaat. Bij een volgende keer maken wij nog meer reclame voor deze campagne om het resultaat nog mooier te maken. De bijdrage die wij hebben ontvangen is een waardevolle aanvulling op ons budget.

Het bestuur bedankt alle mensen die hun stem bij deze actie op de KBO hebben uitgebracht.

### **Het programma voor het seizoen 2017-2018**

Achter de schermen is er door Ricky van Nistelrooij en Ger Daam hard aan gewerkt om een programma te maken waarin voor elk wat wils is opgenomen. Het bestuur heeft haar goedkeuring en waardering voor dit programma al uitgesproken. De redactie wenst u veel plezier met dit programma en de daarin opgenomen activiteiten. Dit programma ontvangt u samen met deze 'Vitaminen'.

### **Nestor Magazine van de Unie KBO**

Hierover moeten wij u het een en ander vertellen. Door de samenwerking van de KBO en de PCOB is er in een bestuursvergadering besloten om de twee aparte magazines te bundelen tot één magazine. Bij deze 'Vitaminen' ontvangt u voor de eerste keer het nieuwe magazine WIJSr. Van deze naam kunt u maken: "Wij Senioren" of "Wijser" of noemt u maar op. Ook wij als redactie zijn zeer benieuwd hoe het nieuwe blad er inhoudelijk gaat uitzien.

In het afgelopen kwartaal hebt u drie Nestors ontvangen, de nummers 5, 6 en het nummer 7/8. Op de voorplaat van nummer 5 staat Mathilde Santing met haar motto *'ik zing om aandacht te geven'*. Op de voorplaat van nummer 6 staat Tineke Schouten en haar uitgangspunt van haar cabaret is *'ik wil mensen geven wat ze verwachten: een lach en wat troost'*. Op de voorplaat van nummer 7/8 staat Hans Dorresteyn die ingaat op het feit dat elk afscheid nog geen nieuw begin is. Er zijn in deze drie Nestors heel veel artikelen die de moeite van lezen meer dan waard zijn.

Ook nu wijs ik u op het onderdeel 'Voor elkaar' een prachtig onderdeel van de Nestor. Ik ben zeer benieuwd of dat onderdeel ook in ons nieuwe blad wordt voortgezet. Ik hoop het wel.

# Activiteitenprogramma

dag	datum	programma
zondag	3 september	Eucharistieviering in de St. Werenfriduskerk en in de kapel van Wervershove met intentie voor de overleden leden van de KBO. Aanvang beide vieringen: 10.00 uur.
woensdag	6 september	Gezellige openingsmiddag seizoen 2017/2018 met m.m.v. een optreden van Coby (voorheen lid van de Senioras) met Ton van Toontje Muziek. Afsluiting met het bekende bingspel.
woensdag	20 september	Eerste spellenmiddag met start van de competitie. Opgeven via ingesloten formulier.
woensdag	4 oktober	Themamiddag met preventie van de Brandweer en daarna optreden van een accordeongroepje. Hierna bingo.
woensdag	18 oktober	Tweede spellenmiddag.
woensdag	1 november	Themamiddag waarin Jan Driessen ons komt vertellen over zijn reis met de Siberië Expres. Hierna bingo.
woensdag	15 november	Derde spellenmiddag.
woensdag	29 november	Gezellige Sinterklaasmiddag met bezoek van Sint en zijn Piet(en). Presentatie in handen van Willy Daam en José Staring. Deze middag wordt afgesloten met een Sinterklaasbingo.
woensdag	13 december	Vierde spellenmiddag.
woensdag	20 december	Advent/Kerstmiddag in intieme kerst sfeer. Hiervoor ontvangt u t.z.t. een formulier.



## Openingstijden

Maandag	10.00 - 18.00 uur
Dinsdag	Gesloten
Woensdag	08.30 - 18.00 uur
Donderdag	08.30 - 20.00 uur
Vrijdag	08.00 - 18.00 uur
Zaterdag	08.00 - 18.00 uur
Zondag	Gesloten

## Contactgegevens

I	<a href="http://www.wels2wielers.nl">www.wels2wielers.nl</a>
T	026 - 474 29 13
E	<a href="mailto:info@wels2wielers.nl">info@wels2wielers.nl</a>

# Aftreden Ger Daam

Zoals een aantal van u al weten heeft Ger Daam het secretariaat van de KBO overgedragen (*zie hoofdstuk 'bestuurlijk'*) aan Albert Wiersma. Ger was secretaris sinds 2006 en was ook de grote vraagbaak, de man met veel kennis met betrekking tot de KBO. Begrijpelijk dat hij wilde stoppen met het vele werk maar voor de rest van het bestuur een aderlating. U allen heeft geen idee en ik ook niet geheel, wat Ger Daam allemaal deed. Hij zat bij de STUW hetgeen nu Forte Welzijn heet. Was actief bij commissies en bijeenkomsten van mantelzorg Elst Overbetuwe. Hij is nog steeds vrijwillige ouderenadviseur.

Ger zat in diverse commissies van KBO-Gelderland. Verder is en blijft hij lid van de redactie van de 'Vitaminen', brengt Nestors rond en deed samen met Ricky het jaarprogramma. Hij was heel accuraat met de notulen en het vaststellen van de agenda's van de vergaderingen en het afspreken op locatie. Hij weet alles van de hoed en de rand.

Zo kan ik nog wel even doorgaan en dan nog niet volledig zijn, er zou dan ook te weinig ruimte zijn voor ander nieuws in de 'Vitaminen', want als ik alles opnoem, is de 'Vitaminen' gevuld.

In het bestuur zal ik hem missen en met mij meerderen, maar voor alles is een komen en gaan en ik dank Ger namens u allen van harte voor zijn inzet en betrokkenheid voor de KBO Elst Overbetuwe. Nu kan hij meer aandacht aan Willy, hun kinderen en kleinkinderen besteden en wij wensen hem daar veel plezier bij.

## **Ingrid Reterink (voorzitter)**



**SENIORENDAG**

IEDERE DINSDAG WASSEN  
VOOR HAPPY HOUR PRIJZEN

EN GRATIS STOFZUIGEN

Met onze waspas wast u altijd voor Happy Hour prijzen  
Seniorenendag geldt voor 65-plussers



Industrieweg Oost 9A  
6662NE Elst  
Tel 0481- 454600  
[www.carwashcenterelst.nl](http://www.carwashcenterelst.nl)

## Een bron van inspiratie



Dorpsstraat 69 6661 EH Elst  
Telefoon (0481) 37 12 06 Fax (0481) 35 24 54  
E-mail [vanaalst@colorathome.nl](mailto:vanaalst@colorathome.nl)

## Een middag kunst en muziek

*Tekst: José Staring*

Woensdagmiddag 26 april 2017 heeft de KBO afdeling Elst Overbetuwe een themamiddag georganiseerd over het onderwerp "Kunst en Muziek".

Onze gast gaf het bestuur te kennen, dat hij graag anoniem wil blijven en dat respecteren wij, zodat wij in dit verslag verder zullen spreken over *onze gast*.

De middag ging voornamelijk over lichte kunst. Onze gast gaf ons eerst een introductie over Koos Speenhof, J.P. Pisuise (Jan Blokhuis) en Louis Davids.

Hij vertelde in grote lijnen hoe "cabaret" in de vorige eeuw eigenlijk is ontstaan in Parijs en dat het na de Eerste Wereldoorlog ook overwaarde naar ons land.

Verder vertelde hij ook het één en ander over Louis Davids en zijn zus Heintje Davids. Louis heeft veel bekende liedjes geschreven, die wij allemaal nu nog kennen zoals: "Weet je nog wel, oudje?", "De olieman heeft een Fordje opgedaan", "We gaan naar Zandvoort", "Het hondje van Dirkje" en "Reisje langs de Rijn", etc. etc.. Onze gast was ervan overtuigd dat, als Louis Davids er niet was geweest, dan de grote drie er ook nooit waren geweest. Deze middag ging voornamelijk over de grote drie: Wim Sonneveld, Wim Kan en Toon Hermans.



Hierna sprak onze gast over Wim Sonneveld, die een heel bekend lied zong namelijk "Het Dorp", een vertaling van een Frans lied. Dit blijkt over Deurne te gaan, een plaats in Brabant. Daar woonde namelijk een huisarts met zijn 4 zonen. Deze huisarts was een eigenaardige man. Als hij bij patiënten op bezoek kwam dan kon hij zomaar, nadat hij het wel eerst netjes had gevraagd, een vaas of iets anders, dat hij erg mooi vond, meenemen. Maar aan de andere kant hielp hij ook gratis arme patiënten. De jongste zoon van deze huisarts bleek Friso Wieggersma te zijn, die later de partner van de Wim Sonneveld werd. Deze Friso ging later ook teksten schrijven voor Wim Sonneveld en dat deed hij zo succesvol dat hij ook teksten voor o.a. Frans Halsema, de cabaretgroep Purper, Karin Bloemen, Willem Nijholt, Leen Jongewaard, Jasperina de Jong, Willeke Alberti en vele anderen mocht schrijven.

Dit eerste gedeelte werd afgesloten met een lied uit de jaren 60: "Doebi, doebi, doeb, Anna Suzanna" van Annie M.G. Schmidt en "M'n opa". Dit laatste lied heb ik mijn kleinkinderen nog geleerd toen ze heel klein waren.

In het tweede gedeelte na de pauze, ging onze gast verder met de liederen "Nikkelen Nelis" oftewel "Zij kon het lonken niet laten", "De Tearoom Tango" en "Aan de Amsterdamse grachten" ook allemaal van Wim Sonneveld.

Na deze gezellige opening van het tweede gedeelte kwam Wim Kan aan de beurt. Hij sprak erg geaffecteerd en veel over politiek en het Koninklijk Huis. Zijn vader

werd in 1926 Minister van Binnenlandse Zaken en Landbouw. In 1933 trouwde hij met de 10 jaar oudere Corrie Vonk, een heel klein vrouwtje.

Wim z'n grootste inschattingsfout is ooit geweest, dat hij Jasperina de Jong heeft afgewezen. Zij is uiteindelijk toch een echte vedette geworden. Een heel bekend lied van Wim Kan was "Mien met de mandolien".

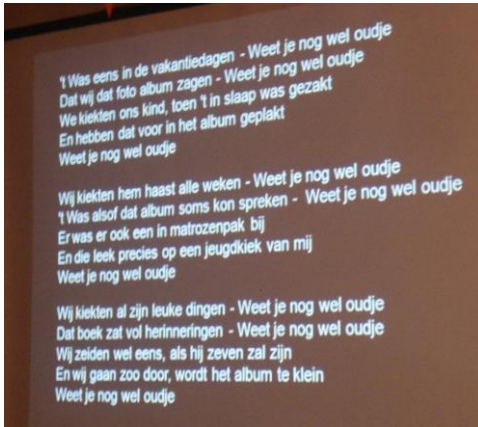
Tom Manders, alias Dorus, kwam ook nog even aan bod met zijn twee motten en hierna volgde een verhaal over Toon Hermans. Toon Hermans werd in 1916 in Sittard geboren in een heel groot chic huis dat wij op een foto te zien kregen. We hoorden stukjes uit zijn onvergetelijke "Sinterklaas-conference" en van het lied "Vader gaat op stap" uit 1960. Bij zijn optredens stond altijd zijn vrouw Rietje achter de coulissen. Toen Rietje later erg ziek werd en daarna ook kwam te overlijden was Toon een gebroken



**Wonen is je thuis voelen**

Nieuwe Aamsestraat 84  
6662 NK ELST  
0481-372162

[www.willemsenwonen.nl](http://www.willemsenwonen.nl)



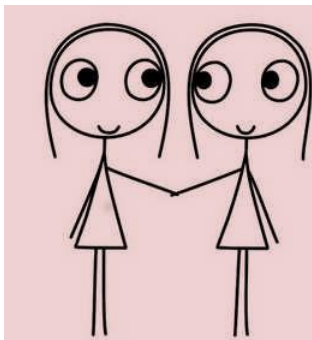
man. Maar hij was een rasechte kunstenaar en kon ook fantastisch rijmen. Hij schreef toen ook een gedicht speciaal voor zijn liefste Rietje getiteld: "Een dag zonder jou, is een dag niet geleefd". Bovendien kon hij ook nog bijzonder goed schilderen. Toen Toon later zelf kwam te overlijden, kwamen zijn kinderen bij het leeg ruimen van zijn huis nog vele schilderijen van Toon tegen. Die schilderijen hebben bij een veiling een bedrag van ruim € 900.000,00 opgebracht. Van dat geld werden huizen gebouwd waarin mensen

na een zware ziekte kunnen opknappen. Wij besloten deze lezing met een lied van Toon "24 rozen", ook speciaal voor Rietje geschreven.

Bijna alle liedjes hebben wij vanmiddag allemaal meegezongen. De teksten stonden steeds op een groot scherm.

Onze gast had nog wel een hele tijd door kunnen gaan, hij was erg enthousiast en een geweldige spreker. Ik hoop dat vele mensen met mij van deze middag hebben genoten.

Hierna werden weer 3 rondjes bingo gespeeld.



## Twee onbekende vrouwen

Er zitten twee vrouwen die elkaar niet kennen op dezelfde party en dan zegt de ene vrouw tegen de andere vrouw: "Draag jij niet je trouwring aan de verkeerde vinger?"

"Dat klopt.....", zegt de andere vrouw, "maar ik ben ook met de verkeerde man getrouwd!"

# Slotmiddag seizoen 2016/2017

Tekst: José Staring

Onze voorzitter Ingrid Reterink opende deze slotmiddag van het seizoen 2016/2017 van de KBO afdeling Elst Overbetuwe op 7 juni 2017 met een klein gedichtje. Ze had tevens voor ons een leuke mededeling want, na een lange zoektocht, hebben wij eindelijk een nieuwe secretaris, die Ger Daam binnenkort zal opvolgen. Het is de heer Albert Wiersma en wij wensen hem alvast veel succes. Binnenkort zult u vast wel meer van hem horen.



Hierna gaf Ingrid het woord aan onze gasten van vanmiddag, het duo 'Maestro en Co' met hun programma "Happy days are here again". Met dit lied openden beide heren. Wat moesten wij ons van dit programma voorstellen? Het zijn twee Brabantse heren Erik en Hans. Erik verzorgde de zang en speelde gitaar en Hans speelde accordeon. Af en toe zong Hans tussendoor ook wel wat mee. Ze vertelden ons dat 72 jaar geleden de Tweede Wereldoorlog afliep en

daar is hun titel "Happy days are here again" ook op gebaseerd. Ze hadden het over de wederopbouw en begonnen met het lied "Eens zal de Betuwe in bloei weer staan" en iedereen zong vanzelfsprekend mee. Tussendoor volgde nog een lied, dat ik niet kende getiteld "Gedaan Germaan". Hier hadden wij ook van kunnen maken "Gedaan Ger Daam", omdat hij per 1 juli zijn functie van secretaris overdraagt aan Albert Wiersma.

Dan volgde er een instrumentaal intermezzo op de trekharmonica en hierna gingen ze over tot een aantal Engelse liedjes. Die werden weer gevolgd door meezingers als "Cherio, in Holland daar zingen ze zo", "De appeltjes van Oranje", "Houd er de moed maar in" en een serie liedjes uit de gordel van smaragd, dus Indonesië. Heel gezellig allemaal. Ook kwam er nog een gevoelig liedje van Toon Hermans aan de orde over de engel Gabriël.

Dit eerste gedeelte werd dan afgesloten met liedjes van Eddie Christiani, die wij ook allemaal kenden en meezongen. En voor je het weet was het alweer pauze.

In deze pauze maakte Ingrid de uitslagen van de spellencompetitie 2016/2017 bekend (rikken en klaverjassen), die u op pagina 18 in dit blad vindt.

Dan begon het tweede gedeelte dat meer ging over de jaren 60 met een paar liedjes van de "Grote drie" waar wij het toevallig in ons vorige programma ook over hebben gehad.

Tussendoor speelden de beide heren ook nog een paar heel gevoelige liedjes en een lied van Guus Meeuwis dat iedereen onderhand wel kent als het *Brabants volkslied* (Niet het officiële natuurlijk).

Het eerste gedeelte bevatte dus veel bevrijdingskrakers en het tweede gedeelte ging meer over de jaren 60, zoals vermeld. Wij besloten met het overbekende lied van Vera Lynn "We'll meet again". Het was een gezellige middag die het bezoek meer dan waard was.

Hierna werden weer de gebruikelijke 3 rondjes bingo gespeeld.

Tot slot wenste Ingrid Reterink ons nog een prettige vakantie en een fijne zomer toe. Wij zien elkaar hopelijk weer bij de aanvang van het nieuw seizoen 2017/2018 op 6 september 2017.

## De laatste roos van de zomer

*Frans Vanhove*

't Is de laatste roos van de zomer die de ochtend begroet, alleen.  
Bloemen die haar eens vergezelden, zij verschrompelden één voor één.  
En geen knop zal open bloeien tot opnieuw de lente weer ontwaakt.  
't Is de laatste roos van de zomer die mij altijd weemoedig maakt.

Nu de laatste roos van de zomer aan haar tocht naar de herfst begint,  
lost zij willoos vermoeide blaadjes in de koele septemberwind.  
Al die fiere zomerbloeiërs in de eens zo weelderig mooie tuin  
wachten bang op een vroege winter, nu met bladeren verdord en bruin.

Jij leek in de zon te gloeien vanaf toen je een knopje was.  
Ik heb jou zien open bloeien met blaadjes als fijn, breekbaar glas.  
Ach, ik koesterde de dagen met jouw zoete rozengeur.  
Hoe kan ik de herfst verdragen zonder jouw bloemenpracht en kleur?

Voor de laatste roos van de zomer is de laatste strijd haast voorbij.  
De uitbundigheid van een zomer ligt verspreid op de grond voor mij.  
Niets maakt mij zo stil en nederig, leven is zo kostbaar doch zo broos.  
Ook voor mij eindigt eens de zomer net zoals voor de laatste roos.

# Op pad met Gerrit de zakkenroller

"Ik ben Gerrit en ik steel als de raven.

Ben een boef, in de ogen der braven etc., etc."

Velen onder u kennen dit lied van Gerrit Dekzeil nog wel van vroeger.

Hij is een zakkenroller en wij gaan u een aantal handige trucjes van zakkenrollers verklappen. Waar moet u goed op letten?

## Hij werkt graag op drukke plekken.

Een volle metro, een gezellige markt (ook in het buitenland), in de rij bij de kassa. Hij is dol op drukke plekken. Niemand let op hem.

## Hij leidt u graag af.

Hij botst vaak expres tegen u op of hij maakt met een ijsje of een zak friet zogenaamd per ongeluk een vlek op uw jas. Op die manier leidt hij u af en kan hij ongemerkt even in uw zakken of tas voelen.

## Hij kan heel goed toneelspelen.

Hij vraagt bijvoorbeeld of u geld kunt wisselen. U krijgt dan nepgeld van hem terug. Of hij laat zogenaamd per ongeluk zijn (zonne)bril vallen en zegt dat u erop bent gaan staan. Tijdens de opschudding heeft hij allang iets van u gestolen.

## Hij kan heel goed samenwerken.

Samenwerken met andere zakkenrollers kan hij goed. Zijn leuke collega doet bijvoorbeeld kunstjes op straat of vraagt u de weg. Ondertussen heeft hij al uw mobieltje of portemonnee uit uw tas gevist.

## Hij ziet alles.

Hij heeft hele scherpe ogen en daarmee ziet hij alles. Hij kijkt stiekem over uw schouder als u geld aan het pinnen bent en ziet direct in uw achterzak, waar een dikke bobbel zit, dat uw portemonnee daar zit. En in een restaurant checkt hij ook direct waar jassen over de stoelen hangen en in die jaszakken zitten vaak ook leuke of waardevolle spullen voor hem.

## Hij heeft er een hekel aan als u niet meewerkt.

Soms lukt het rollen van uw zakken niet zo goed. Bijvoorbeeld als u belangrijke spullen onder uw shirt op uw buik draagt. Of als u uw hand op uw tas heeft want dan kan hij er niet zo goed bij. En weet u wat hij helemaal vervelend vindt? Als u uw spullen opbergt in het kluisje van uw hotel. Daar kan hij ontzettend chagrijnig van worden!

Wij hopen u hiermee enkele goede tips te hebben gegeven waar u voortaan goed op moet letten; ook in het buitenland. Met deze tips maakt u het een zakkenroller in ieder geval een stuk moeilijker.

**Zakkenrollers  
gaan ook op stap!**



«wazakzaam en dienstbaar»

**POLITIE**

# Werkgroep fietsen actief in 2017

Tekst: Ger Daam

Ook dit jaar is de werkgroep fietsen van de KBO afdeling Elst Overbetuwe actief geweest en zijn de leden ervan nog steeds actief.

In januari van dit jaar is er tussen het bestuur en de leden van de werkgroep overleg geweest over extra activiteiten. Van verschillende actieve leden, die graag fietsen, is er een vraag gekomen om meer fietstochten in de zomermaanden te organiseren. Over de vraag van het bestuur is de werkgroep gaan nadenken en tijdens de Algemene Vergadering op 29 maart 2017 heeft de werkgroep toegezegd om twee extra fietstochten naast de jaarlijkse fiets-/puzzeltocht en de maandagavond fietstochten te gaan organiseren.

De werkgroep bestaat uit de volgende personen:

Mevrouw Truus Aalten-van Brandenburg  
De heer Henk van Brandenburg  
Mevrouw Riet de Jager  
Mevrouw Thea Janssen-Heezen  
De heer Frits Janssen.

Toegevoegd vanuit het bestuur ter ondersteuning:

Baldewijn Vos, penningmeester  
Ger Daam, secretaris tot 1 augustus 2017  
Vanaf 1 augustus 2017 Albert Wiersma, secretariaat.

## Maandagavond fietstochten

Vanaf maandag 8 mei 2017 is de werkgroep met deze activiteit gestart. Deze zal tot ergens in augustus doorgaan en is daarbij afhankelijk van de belangstelling van de fietsers. Deze maandagavond fietstochten worden redelijk tot goed bezocht en meegefietst. Bij slecht weer gaat de tocht niet door. Vertrek is vanaf het voorterrein van wooncentrum Wervershove aan de Grote Molenstraat te Elst. Een ieder, die 60 jaar of ouder is, is welkom om mee te fietsen. Aanmelding is niet van toepassing.

## De jaarlijkse fiets-/puzzeltocht 2017

Deze is woensdag 17 mei 2017 gehouden. Met ongeveer 60 begeleiders en fietsers is deze tocht gestart. Helaas is er van deze activiteit geen verslag gemaakt en de redactie van de 'Vitaminen' baseert haar onderstaand verhaal op de beleving, die is doorgegeven aan enkele bestuursleden.

Vastgesteld kan worden, dat het door alle deelnemers een prachtige en goed uitgezette fietstocht is geweest. Er is gefietst door landelijk en stedelijk gebied. Het weer heeft goed meegewerkt om er een succesvolle fietsdag van te maken. De vragen zijn als leuk ontvangen en uitgewerkt. Het lunchonderkomen is door een ieder als zeer prettig ervaren. De lunch is goed geweest en na de lunch zijn de deelnemers opgewekt en verkwikt weer op pad gegaan.

Helaas zijn ongelukken niet altijd te voorkomen. Dat heeft Greet Roelofs ook moeten ervaren. Waardoor het met haar is misgegaan, is nu niet belangrijk. Wel dat

zij een enorme smak op het asfalt heeft gemaakt. Met een gebroken bovenarm is zij nu aan het revalideren. Wij wensen haar van harte beterschap toe.

Maar het is voor haar groep wel schrikken geweest. Helaas voor Greet was er die dag in de Gemeente Lingewaard een zeer slechte telefonische verbinding met het alarmnummer 112. Hierdoor heeft het erg lang geduurd voordat de ambulance Greet heeft opgehaald.

De meeste deelnemers hebben van dit ongeluk totaal niets meegekregen. Die zijn veilig in de ontmoetingsruimte van Wervershove bijeengekomen voor de prijsuitreiking. Maar of een deelnemer nu de eerste of de laatste is, dat is voor de organisatie niet het belangrijkste van de dag. Het motto is 'fietsen is een gezonde beweging' en daarmee zijn alle deelnemers winnaar geworden.

### De extra dagfietstochten in 2017

Ja, volgens toezegging van de werkgroep zijn er dit jaar twee extra fietstochten uitgezet en georganiseerd. De eerste was op woensdag 14 juni 2017. Natuurlijk was de organisatie zeer benieuwd naar de opkomst, want afhankelijk van deze opkomst komt er op 2 augustus 2017 nog een fietsdag. Omstreeks 09.30 uur vertrokken ongeveer 30 begeleiders en deelnemers vanaf het voorterrein van wooncentrum Wervershove voor een zelfverzorgende fietstocht van een kleine 50 kilometer. Het weer heeft goed meegewerkt om deze fietstocht te laten slagen. Natuurlijk zijn er altijd opmerkingen te maken over de gekozen fietsroute maar

algemeen kan vastgesteld worden dat deze dag meer dan geslaagd is geweest. Door de goede opkomst heeft de werkgroep toegezegd dat de fietsdag van 2 augustus 2017 doorgaat. Op het moment dat ik dit artikel schrijf, moet die tocht nog gereden worden. Misschien dat een deelnemer iets over die tocht op papier wil zetten en bij de redactie inleveren? (Wordt zeer op prijs gesteld). Wel heb ik begrepen dat het weer een tocht gaat worden van ongeveer 50 kilometer. Ten opzichte van 14 juni jl. gaat deze tocht een geheel andere kant op van de gemeente Overbetuwe. Wij wensen de deelnemers als redactie veel plezier en bedanken de werkgroep voor hun inspanningen.

Op pagina 16 staan enkele foto's van de fietstochten.

Meer foto's vindt u op onze website onder ledenservice/fotoboek.



Groente - Fruit **van Marwijk** Catering - Traiteur

ruim 50 verse maaltijd mogelijkheden uit eigen keuken

diverse soepen - ruim 20 rauwkostsalades - verse pizza's

kant en klaar - A LA CARTE



BEMMELSEWEG 81G, 6662 PE ELST

T 0481-35 11 75

E [INFO@AUTOBEDRIJFPOLMAN.NL](mailto:INFO@AUTOBEDRIJFPOLMAN.NL)

I [WWW.AUTOBEDRIJFPOLMAN.NL](http://WWW.AUTOBEDRIJFPOLMAN.NL)

DE CITROËN EN FIAT SPECIALIST



## Klaaglied van een gepensioneerde

Ik heb veertig jaar geploeterd, ik heb moeten werken als een paard.

Ik heb nu een leuk pensioentje, en we hebben wat gespaard.

We wonen in een aardig huisje met als voortuin een plantsoen.

Ik dacht: Nou ga ik lekker rusten, omdat ik niets meer hoef te doen.

"Ik werk wel door," zei Ma venijnig. "Ik word nooit gepensioneerd.

Het is niet meer recht dan billijk, dat je mij wat assisteert.

Ik houd van netjes en gezellig, en mijn huisje in fatsoen".

"Goed," zei ik, "ik zal wel helpen, omdat ik toch niks heb te doen.

's Morgens moet ik al beginnen als stofzuigermachinist.

Ik zuig van boven naar beneden, geen hoekje wordt door mij gemist.

Ik kan nu ook al koffie zetten, en ik was, ik strijk, ik boen.

Ik dek de tafel, was de kopjes, omdat ik toch niks heb te doen.

We hebben achter ook een moestuin, die moet worden uitgebuit.

"Dat kun je zelf wel," zei mijn eega, "dat scheelt ons een hele duit."

En nou sta ik maar te spitten, poot andijvie, sla, meloen.

Ik heb de blaren in mijn handen, omdat ik toch niks heb te doen.

Mijn vrouw heeft ook twee poezen. "Die zijn zo lief", zegt ze, "en mak."

Ze geven kopjes en ze spinnen, maar ik zit met de kattenbak.

En die krogen kunnen mauwen, maar dat ligt aan het seizoen.

Dan komt de kater van de burens, omdat die ook niks heeft te doen.

Is mijn kleinzoon soms wat knorrig, doet - ie niks dan kattenkwaad.

Dan zegt mijn dochter: "Ga naar je opa, die weet met zijn tijd geen raad."

Zij en oma gaan dan winkelen en in 't restaurant een bakkie doen.

En ik? Ik speel met kleinzoon indiaantje, omdat ik toch niks heb te doen.

Mijn vrouw gaat vaak op theevisite, zij vermaakt zich opperbest.

En als ze dan weer thuiskomt, vindt ze het opgemaakte nest.

Eigenlijk ben ik een doetje, maar wat kun je daaraan doen?

Oma heeft het heft in handen, omdat ik toch niks heb te doen.

Ik ben dienstmeid, ik ben tuinman, en ik dweil en poets en schrob.

En mijn vrouw doet of ze 't druk heeft, want ze houdt er toezicht op.

Ik loop te zwoegen en te zweten met een hoofd als een pioen.

Ik raak verdraaid nog overspannen, omdat ik toch niks heb te doen.

## Uitslagen spellencompetitie seizoen 2016/2017

Het seizoen 2016/2017 van de spellencompetitie is weer voorbij.

Nevenstaand vindt u de uitslag van deze competitie voor klaverjassen en rikken.

Alle prijswinnaars van harte proficiat gewenst en wij hopen dat u allen veel plezier aan deze middagen heeft beleefd. Het gaat tenslotte toch om de gezelligheid.

Mocht u zich voor het volgende seizoen weer opgeven dan zouden wij het zeer op prijs stellen dat, **indien u om wat voor reden dan ook verhinderd bent, u dan wel zelf voor een vervanger dient te zorgen.** Dit is namelijk ook zeer vervelend voor uw medespelers.

Op 20 september 2017 start de nieuwe competitie.

eindstand kaartspel "rikken"		
	Naam	Score
1	Frits Janssen	+ 180
2	Lies Holleman	+ 165
3	Gerry Pes	+ 135
4	Corry Strijbosch	+ 85
5	Dina van Moerkerk	+ 80
6	Gert van Uum	+ 75
7	Judith Aalmers	+ 25
8	Joop van Tent	+ 5
9	Riet Hendriks	- 69
10	Tonny Damen	- 350
11	Toos Marcelis	- 468

eindstand kaartspel "klaverjassen"		
	Naam	Score
1	Jan Braam	35708
2	Karel van Burk	31331
3	Annie Teunissen	29953
4	Geertje Brandts	29819
5	Jan Brandts (i.m.)	28932
6	Truus Braam	27887
7	dhr. Hocksenaar	27468
8	Wim Lefering	26712
9	Wil Lefering	25338
10	Lenie Peters	14720
11	Wim Elterink	11146
12	Ria Gerritsen	2900

# Huishoudtips

Sinds 1965 is het huishouden radicaal veranderd. En nu, generaties later, weten wij de eenvoudigste dingen niet meer. Wij zijn verleerd hoe we de aanslag uit de wc-pot krijgen, of hoe we de kalk van de badkamertegeltjes kunnen verwijderen. Daarom krijgt u van ons een paar geniale tips van oma om uw wc-pot grondig schoon te maken.



## Method 1

Laat het water van je handwasje een uurtje in de wc-pot staan en je toilet glimt als nooit tevoren.

## Method 2

Gooi 's-avonds een halve fles schoonmaakazijn in je toilet. De volgende ochtend is hij als nieuw.

## Method 3

Gooi een liter cola in de wc en laat het een nacht staan. Kalkaanslag, urinezuur en bruine vlekken zijn als sneeuw voor de zon verdwenen.

Tot slot nog een tip. De goedkoopste schoonmaakmiddelen zijn net zo goed als de duurste. De volgende keer krijgt u nog een paar andere nuttige oma-tips van ons.

Omdat het nu nog zomer is krijgt u nog een tip om wespen uit uw tuin te houden.

Vul een bakje met koud water met daarin een flink aantal **hele** kruidnagelen. Zet het bakje op de plek waar u de wespen niet wilt hebben en ze zullen daar wegblijven.

Wespen houden niet van de geur van kruidnagelen. Wij wensen u nog een fijne nazomer!

## Volledig verzorgde seniorenweken in Voorthuizen!

U verblijft in een luxe bungalow-chalet op basis van hotelservice! Met **diverse uitstapjes**, **heerlijke maaltijden** en **gezellige activiteiten** zorgen wij voor onvergetelijke weken!

### 📅 Voorjaarsweken à 465,-

05-05 / 12-05

12-05 / 19-05

### 📅 Zomerweken à 495,-

09-06 / 16-06

16-06 / 23-06

23-06 / 30-06

30-06 / 07-07

### 📅 Vroege Najaarsweken à 495,-

25-08 / 01-09

01-09 / 08-09

08-09 / 15-09

### 📅 Najaarsweken à 465,-

15-09 / 22-09

Genoemde prijzen zijn per persoon per week.

Als u voor 1 persoon reserveert, zal er een toeslag van 50,- berekend worden.



Harremaatweg 26 · Voorthuizen · Tel. 0342-471274  
info@ackersate.nl · [www.ackersate.nl](http://www.ackersate.nl)

## Bestuur KBO afdeling Elst-Overbetuwe



voorzitter  
Ingrid Reterink

vacature

secretaris /  
secretariaat



penningmeester  
Baldewijn Vos



2<sup>e</sup>. penningmeester  
Frits van Ommeren



bestuurslid  
Ricky van Nistelrooij



3<sup>e</sup>. penningmeester  
Gerard Verrest

## de BONGERD Grand Café-Zalen

Bruiloften en partijen

Koude, warme en Chinese buffetten

Personeels-, verenigings- en familiefeesten

Bedrijfspresentaties

Vergaderruimte, koffietafels, etc.

**John & Annemiek Peters**

Flessestraat 54, 6666 CR HETEREN  
Telefoon: (026) 472 27 01 • Fax:(026) 472 02 70  
[www.zalencentrumdebongerd.nl](http://www.zalencentrumdebongerd.nl)  
[info@zalencentrumdebongerd.nl](mailto:info@zalencentrumdebongerd.nl)