



KBO

Elst - Overbetuwe



VITAMINEN VOOR HET LEVEN



Politie bij ons in Wervershove

pagina 11

26e jaargang nr. 4; december 2018, januari & februari 2019

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
Druk: Drukkerij Herberts Elst

E-mailadres redactie: hwstaring@kpnplanet.nl
Website: 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 ledenadministrateur worden opgezegd.

Restitutie van betaalde contributie vindt echter niet plaats.

"Liedjes en gezegden gaan meestal over de grillen van vrouwen, maar zijn geschreven door mannen!"

inhoud o.a.:

- pag. 2** colofon
- pag. 3** * vitamientje van de maand
- * inhoud
- * (on)geloof
- pag. 4** oproep
- pag. 5** activiteitenprogramma
- pag. 6** openingsmiddag
- pag. 8** humor?
- pag. 9** eenzaamheid, geldzorgen & verpleeghuisangst
- pag. 10** wat zielig
- pag. 11** weet u nog .. levertraan
- pag. 12** brandweer en politie
- pag. 14** huishoudtips
- pag. 15** willem drees
- pag. 17** geld terug
- pag. 18** in gesprek met....
- pag. 20** * gezellige sfeer
- * bestuur

De redactie wenst u feestelijke kerstdagen, een goede jaarwisseling en een voorspoedig 2019.

(On)geloof

De voorbije weken werd het programma '*oplichters op het internet*' uitgezonden. Met verbazing kijk je naar mensen, die op internet in contact komen met, wat later blijkt, een oplichter. Verbazing over de lichtgelovigheid van mensen. Zonder de tegenpartij (de oplichter) gezien te hebben, gaan ze mee in de zielige verhalen, die de oplichter hen opdist. En steeds gaat het uiteindelijk om geld. De oplichters komen met verhalen, die de ander moeten bewegen geld over te maken naar de rekening van de oplichters. Het gaat daarbij om niet geringe bedragen. Soms maken mensen tienduizenden euro's over naar de oplichter; gevangen als zij zijn in het zielige verhaal van de oplichter. En als later blijkt, dat men te maken heeft gehad met een oplichter, dan nog kan men niet geloven dat dat het geval is.

Daar tegenover staat dat steeds meer kerken gesloten moeten worden door terugloop van het aantal gelovigen. En in kerken verwacht je toch het echte geloven. Zonder te geloven mag u deze '*Vitaminen*' lezen. Veel plezier daarbij.

De volgende '*Vitaminen voor het leven*' komt uit op 26 februari 2019.

S.v.p. kopij inleveren voor 28-1-2019 bij het secretariaat van de '*Vitaminen*', José Staring, De Korte Helster 38, 6661 AE Elst, e-mail: hwstaring@kpnplanet.nl.

Oproep

Gezocht: bezorgers van het KBO/PCOB Magazine en verjaardagskaarten.

Tekst: Ger Daam

Het bestuur en de mensen binnen de KBO afdeling Elst-Overbetuwe doen opnieuw een oproep aan de leden om zich aan te melden als bezorger van het KBO/PCOB Magazine en/of als bezorger van verjaardagskaarten. Het magazine komt tienmaal per jaar uit.

Er is een verdeling gemaakt van de leden en de wijken waarin die leden wonen, zodat de wijk niet te groot is geworden. Door deze indeling is het mogelijk om het magazine in één uur tot anderhalf uur te bezorgen. Hebt u enkele uren per jaar over om het bestuur te ondersteunen en de gang van zaken in de vereniging goed te laten verlopen meld u dan aan.

Doordat er leden zijn gestopt met bezorging (zij zijn door het bestuur bedankt voor hun inzet) is deze oproep noodzakelijk geworden.

Doet u mee?

U kunt zich voor het Magazine aanmelden bij onze penningmeester Gerard Verrest ☎ 0481-549138 of via de mail naar g.verrest@upcmail.nl.

Voor de verjaardagskaarten kunt u contact opnemen met mevrouw Truus van Beek ☎ 0481-377093 of mail naar truusvanbeek@outlook.com.



BEMMELSEWEG 81G, 6662 PE ELST

T 0481-35 11 75

E INFO@AUTOBEDRIJFPOLMAN.NL

I WWW.AUTOBEDRIJFPOLMAN.NL

DE CITROËN EN FIAT SPECIALIST

Activiteitenprogramma

dag	datum	programma
woensdag	12 december	Vierde spellenmiddag.
woensdag	19 december	Intieme en sfeervolle Advent-/Kerstmiddag. Alleen bestemd voor de mensen die zich hiervoor hebben opgegeven.
woensdag	2 januari	Gezellige Nieuwjaarsmiddag met de troubadour Gery Groot Zwaaftink. Afsluiting met het bingspel.
woensdag	16 januari	Vijfde spellenmiddag.
woensdag	30 januari	Themamiddag over Verkeers- en Veiligheidsvoorlichting speciaal voor senioren. Hierna bingo.
woensdag	13 februari	Zesde spellenmiddag.
woensdag	27 februari	Carnavalsmiddag met hoedenparade. Ter afsluiting bingo.

COLORS
@ HOME **VAN AALST**

Een bron van inspiratie



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

Openingsmiddag met Coby en Toontje muziek

Tekst: José Staring

De scholen zijn weer begonnen voor onze kleinkinderen, de Elster Paardenmarkt en de Vrijwilligersmarkt zijn weer voorbij evenals de zonovergoten zomer van 2018. Wat is het heet geweest! Maar vandaag op woensdag 5 september 2018 is het nieuwe seizoen 2018/2019 van de KBO Elst-Overbetuwe ook weer begonnen en, zo te merken, had iedereen er weer zin in. Traditiegetrouw heeft het bestuur er voor gekozen om met een gezellige middag te beginnen.



Maar eerst roept onze voorzitter Ingrid Reterink Truus van Beek naar voren.

Ingrid bedankt Truus voor haar jarenlange (ruim 20 jaar) inzet in de keuken en als dank ontvangt Truus een cadeaubon en een mooie bos bloemen. Ook wij willen Truus nog even in het zonnetje zetten en haar bedanken voor de koffie, die al die jaren heerlijk heeft gesmaakt.

Dan volgen er nog een paar mededelingen van Ingrid, waarvan ik de meeste oversla, maar onder één mededeling kom ik niet uit. Wanneer u namelijk verzekerd bent bij Zorgverzekering Zilveren Kruis kan het

zijn, dat men u vraagt uw pasje te tonen van het lidmaatschap van de KBO. Dit in verband met de nieuwe Privacy Wet.

Hierna leest Ingrid een gedicht voor "De kikker en de pad".



Daarna is het de beurt aan onze gasten van vanmiddag Coby en Ton. U kent ze allebei nog wel van het vorig jaar op onze openingsmiddag.

Ze beginnen weer, evenals vorig jaar, met het lied "Falderie, faldera" en dan worden er weer veel liedjes uit onze jeugd-jaren, vooral de

jaren 50 en 60 gezongen.

We voelen ons gelijk weer jong. Later in de middag gingen er bij een paar dames ook even de beentjes van de vloer.

Wel knap, met die hitte! In de korte tijd dat Coby en Ton nu samen optreden hebben zij toch al een heel repertoire opgebouwd. Je kunt merken dat zij goed op elkaar zijn ingespeeld. Het was knap hoe Coby en Ton erop los zongen en zich tussen de mensen bewogen. Ook werden er weer, evenals vorig jaar, drie dames naar voren gevraagd. Dit waren Tiny van Deijzen, Ans Hazeleger en Bep van Burk. Deze dames zongen samen een medley van zeemansliederen (verkleed met een zeemansklep), het grote klutslied en later nog verkleed in andere kleren "Marina" en Viva Espana" en toen nog een potpourri.

Zowel vóór als na de pauze hebben Coby en Ton ons prima vermaakt.

Nadat alles was opgeruimd werden er nog 3 rondjes bingo gespeeld zonder microfoon. (De batterij was namelijk leeg.) Maar Ingrid herhaalde steeds voor ons de getallen die Riet de Jager voorlas. Ik heb begrepen dat Ingrid deze keer voor de bingoprijzen heeft gezorgd waarvoor hartelijk dank. Resi is namelijk hiermee gestopt.

Toch willen wij ook Resi van Driessen nog eens extra bedanken voor al die jaren dat zij voor deze bingoprijzen heeft gezorgd. Resi heeft dit meer dan 10 jaar voor ons gedaan. Iedereen was altijd gek op haar prijzen omdat ze die altijd heel zorgvuldig heeft uitgekozen. Bedankt Resi, het gaat je goed!





Humor?

- Als ineens alles op je afkomt, rijd je aan de verkeerde kant;
- Bij ons in huis heeft mijn man de broek aan, maar ik bepaal welke;
- Als je voet slaapt kun je geen herrie schoppen;
- De klant is koning en mag dus royaal betalen;
- Van een kale kip kun je niet plukken maar je kunt hem wel een poot uitdraaien;
- Wie zijn billen brandt moet blij zijn dat hij niet andersom stond;
- Een voetganger is een chauffeur die een parkeerplaats heeft gevonden;
- Het leven is net neuspeuteren, je moet eruit halen wat erin zit;
- Iedereen wil naar de hemel maar niemand wil sterven.

Eenzaamheid, geldzorgen & verpleeghuisangst

Tekst: José Staring

Vandaag is het woensdag 3 oktober 2018 en alweer de tweede themamiddag van het nieuwe seizoen 2018/2019.

Bij afwezigheid van onze voorzitter Ingrid Reterink, opent Ricky van Nistelrooij deze middag en heet ons allen van harte welkom met een heel klein gedichtje van Godfried Bomans.



Onze gast is de heer Giel Smeets, die een lezing komt houden over eenzaamheid, geldzorgen en verpleeghuisangst. Ricky van Nistelrooij leest namens de heer Giel Smeets (i.v.m. zijn stemproblemen) zijn introductie voor. Men moet altijd nadenken over het afnemen van krachten en gesteldheid. Na 10 jaar gewerkt te hebben, wat Giel Smeets niet erg beviel, is hij aan een studie geneeskunde begonnen. Hij werd verpleegarts in verscheidene verpleeghuizen, maar kwam uiteindelijk als verpleegarts terecht in Arnhem in verpleeghuis Elderhoeve en Wolfheze. Hier mocht hij de patiënt behandelen volgens zijn eigen geweten.

Dit nieuwe opnamebeleid hielp goed. Elke patiënt had hier een eigen ziekenverzorger en in Elderhoeve hoefde niemand eerst een medische keuring te ondergaan. Het is ook belangrijk om rekening te houden met de preutsheid van de patiënt. Men moet geen machtsstrijd aangaan. In Elderhoeve kan men geen euthanasie ondergaan. Hiervoor moet men contact opnemen met de Nederlandse Vereniging van Vrijwillige Euthanasie.

Ricky leest ook de stellingen van Giel Smeets op, waarop de aanwezigen kunnen reageren of zij het daarmee eens zijn of niet eens zijn. Giel Smeets geeft daarna zijn antwoorden. Ik ga niet alle stellingen van vanmiddag opnoemen, want dan zou deze hele 'Vitaminen' zo vol zijn.



Na de pauze geeft Giel Smeets een toelichting op zijn boekje: "Een beetje droog water" (over ouderen met Alzheimer die zich niet willen laten opsluiten). Volgens hem zijn de Nederlandse wetten op dit gebied niet goed en werken die niet. De Nederlandse politiek moet zich niet met hulp bij zelfdoding bemoeien.

Een vertrouwenspersoon helpt heel goed.

Volgens Smeets helpt een keukentafelgesprek ook niet goed. Bent u al op leeftijd, zorg dan voor een goede mentor of bewindvoerder en ga niet alleen zitten tobben. Zoek een vertrouwenspersoon en zorg voor de juiste contacten.

De heer Smeets heeft altijd met de beste bedoelingen en oprecht naar de waarheid gezocht. Als verpleeghuisarts lapte hij regels aan zijn laars en handelde naar eigen geweten. Hij liet de patiënten de regie over hun eigen leven voeren en daarmee heeft hij honderden bejaarden een vredig levenseinde kunnen geven.

Tegenwoordig zet hij zich in voor anderen die bang zijn voor het verpleeghuis. In de liefde heeft hij altijd verantwoordelijk gehandeld. Dat is hem niet altijd in dank afgenomen door anderen die van het na-oorlogse zedenverval hadden genoten.

Ricky van Niistelrooij heeft alles heel duidelijk en verstaanbaar voorgelezen, waarvoor dank.

Wie belangstelling heeft voor het boekje "Een beetje droog water" kan bellen naar ☎ 026-4436536 of 06-81008122 bellen of mailen naar gjel@smeets.nu of naar gjel@smeets.nl. De lezing kunt u ook op deze manier verkrijgen.

Het boekje kost € 17,50 en de lezing € 2,00 o.v.v. "lezing". Het rekeningnummer is NL73ASNB0707142458 t.n.v. I. Gootjes, Arnhem.

Hierna was het weer tijd voor 3 rondjes bingo o.l.v. Riet de Jager en Ger Daam. Wie deze middag voor de prijsjes heeft gezorgd is mij onbekend.

Wat zielig!

Een oud echtpaar van ruim boven de 80 jaar gaat in een McDonalds eten. Ze zetten zich aan een tafel en de man gaat dan naar de toog en komt terug met: één broodje, één portie friet en één cola. Hij snijdt het broodje perfect doormidden en legt de helft neer bij zijn vrouw.

Dan schudt hij de frieten op een plateau en verdeelt ze in twee gelijke porties.

Daarna legt hij een portie neer voor zijn vrouw. Hij drinkt een slokje van de cola en dan drinkt zijn vrouw een slokje. Hij begint te eten terwijl zijn vrouw toe zit te kijken. Een jongeman, die in de buurt zit, heeft dat gezien en vindt het erg zielig dat die oude mensen zich maar één portie kunnen permitteren. Hij gaat naar de vrouw en zegt: "Mevrouw, bestelt u ook gerust een portie, ik zal het wel betalen".

De vrouw antwoordt: "dat is niet nodig mijnheer, wij zijn al 60 jaar getrouwd en we zijn gewend om alles samen te delen". De jongeman gaat zitten en ziet dat de vrouw niks eet. Ze blijft wachten terwijl haar man verder zijn helft opeet.

Hij kan het niet meer aanzien, gaat terug naar de vrouw en zegt: "Mevrouw, eet gerust uw deel op, ik bestel een nieuw portie". Maar de vrouw zegt weer: "Nee, bedankt mijnheer, wij zijn gewend om alles samen te delen".

Waarop de jongeman zegt: "Waarom wacht u dan zolang om te beginnen met eten?" De vrouw zegt: "ik wacht op zijn kunstgebit!"

Weet u het nog.....levertraan?

Tekst: José Staring

Vertel over *levertraan* en je ziet meteen wie het ooit geslikt heeft. Want mensen die de smaak van levertraan van vroeger herkennen, trekken meteen een vies gezicht. Een tijd was levertraan uit beeld, vooral door de komst van vitamine D-supplementen maar tegenwoordig kun je het weer overal kopen en er worden nieuwe bijzondere eigenschappen aan toegedicht.

Levertraan is afkomstig van de lever van onder andere kabeljauw, schelvis of heilbot. Niet, zoals veel mensen denken, van walvissen.

De walvis levert traan die in margarine wordt gebruikt.

Levertraan is een vette olie die jodium, fosfor, vitamine A en vitamine D bevat. Bovendien bevat levertraan ook visvetzuren waarvan bekend is dat ze een gunstig effect op onze gezondheid hebben.

Nadeel van levertraan is de vaak hoge concentratie aan vitamine A. Levertraan werd vroeger aan ons als kind gegeven om een tekort aan vitamine D te behandelen en ter preventie van rachitis, een beenderziekte, die het gevolg is van tekort aan vitamine D.

Vroeger was levertraan niet zuiver en had een donkere kleur, een ranzige smaak en een geur van rotte vis. Alle reden dus voor walging en vieze gezichten.

Tegenwoordig is er echter ook zuivere levertraan; een kleurloze of lichtgele olie met een enigszins visachtige maar niet ranzige smaak en geur. Voor de smaak hoef je het dus niet te laten.

Opvallend is ook nog dat veel levertraanproducten extra vitamines bevatten, dus meer dan er van nature al in zit. En de mooie benamingen zijn ook niet van de lucht: er bestaat zelfs extra virgin levertraan met een "vette" knipoog naar olijfolie.



Brandweer en Politie

Tekst: Ger Daam

Vandaag op woensdag 31 oktober 2018 wordt er door de brandweer en de politie een inleiding gegeven over veiligheid en brandgevaar in en om de woning. Onze voorzitter opent deze middag met een welkom aan u allen en leest een gedicht voor met als titel "op zoek naar jezelf" en wenst ons een leuke en leerzame middag toe. De politie start met de nog altijd beruchte en toegepaste babbeltrucs.



Marjolein Smaling en Jessica Pluim spreken om beurt. Zij geven voorbeelden over de werkwijze van de daders. Belangrijk is dat u voordat u de deur openmaakt, kijkt wie er voor de deur staat. Laat geen onbekenden binnen en pas op voor praatjes als "ik ben van de Nuon of kan ik even gebruik maken van het toilet". Zij zijn vaak met twee personen en als u

met de een aan het praten bent, dan kan het gebeuren dat de ander toeslaat. Ook een pakje voor de burens, die niet thuis zijn, is voor de politie een bekende werkwijze. Ook zogenaamde medewerkers van banken kunnen u aan de deur of via de telefoon benaderen. Geef nooit uw pinpas of code af!

Wees niet bang, maar houd wel afstand tussen u en de bezoeker. Komt u te dicht bij dan is de kans dat u uw halsketting of armband of horloge kwijt bent.

Ziet u iets verdachts of vertrouwt u iets niet, neemt u rustig contact met ons op 'via 112', want wij komen liever eens voor niets dan dat wij te laat komen. De dames wijzen de aanwezigen erop dat er voldoende folders zijn meegebracht met daarin tips over wat te doen en wat u zelf kunt laten aanbrengen ter beveiliging van uw huis. De politie is waakzaam en dienstbaar!

Tot slot van hun bijdrage aan deze middag wordt er nog ingegaan op het grote probleem van de E-bike. Daar gebeuren nogal wat ongevallen mee en de grootste oorzaak is de snelheid! Dit geldt voor zowel de gebruiker van de E-bike als voor alle andere weggebruikers. Die zien een fiets en denken ach het is een fiets, ik kan er nog wel voorlangs en vergissen zich dan in de snelheid van de E-bike. Advies aan de gebruikers "rem op tijd en houd afstand".

Hiermee wordt een leerzaam stukje van de middag afgesloten en wordt het woord gegeven aan de vertegenwoordiger van de brandweer.



René Bierman van de Brandweer Gelderland Midden is met ons ingegaan op de vraag: wat doet u bij brand in en om het huis?

De meesten geven als antwoord mijzelf en anderen in huis in veiligheid brengen. Daarna de brandweer oproepen via 112. Waarom jezelf eerst in veiligheid brengen? Omdat een brand razendsnel gaat. Hierna laat René ons een filmpje zien waarin een brand is ontstaan. Met verbazing hebben wij gezien hoe snel een brand zich ontwikkelt en dat de temperatuur zeer snel omhoog gaat. Dus snel handelen is van groot belang. Wat doet de brandweer? De brandweer is er voor mens en dier. Bierman geeft hierbij enkele voorbeelden van een brand met slachtoffers.

Dan blijkt dat 1 op de drie slachtoffers 65 jaar of ouder is. In Gelderland waren er in 2014 ruim 300 binnenbranden. De grote boosdoeners zijn de wasdrogers en de wasmachines. Ook hete waterkokers spreken een woordje mee. Uit de statistiek gegevens over branden blijkt dat 1 op de 1000 gezinnen in Nederland een brand heeft gehad.

Wat is het grootste gevaar bij een brand?

Dat is de rook, omdat die giftig is. Met de verwijzing naar het plaatsen van rookmelders en de hulp die de brandweer kan geven, sluit René Bierman zijn bijdrage af.

Voorzitter Ingrid Reterink bedankt hierna de sprekers voor hun bijdrage en laat dit vergezeld gaan van een fles wijn en een applaus van de aanwezigen.

Een nuttige en leerzame middag wordt afgesloten met het bekende bingspel.

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

December is überhaupt al een dure maand! En of u nou veel of weinig te besteden heeft, hier krijgt u enkele tips om het allemaal een beetje betaalbaar te houden.



1. Ruil je kerstversiering met een vriend of vriendin. Jij wat anders, zij wat anders. En na Kerst geef je het gewoon allemaal weer terug. Volgend jaar ruil je weer met iemand anders en zo geniet je ieder jaar van andere kerstversiering en het kost niets!
2. Als je van vintageballen houdt en oudere kerstversiering, ga dan eens naar de kringloopwinkel, dat is echt een aanrader. Je vindt er antieke kerstballen en kerstdecoraties van decennia geleden, maar ook onverwachte decoraties voor verrassende prijsjes.
3. Wil je toch echt iets nieuws (een nieuwe kleur), maar wil je geen geld uitgeven aan een compleet nieuwe collectie kerstversiering? Koop dan een paar nieuwe opvallende versieringen in een nieuwe kleur en een paar goedkope (plastic) ballen in dezelfde kleur. Zorg dat de ballen in de nieuwe kleur opvallen in je boom. Vul dit aan met de ballen en versieringen die je al hebt.
4. Als je zelf enkele kerststukjes wil maken, haal dan kerstgroen en decoratie uit tuin of bos. Tip: op de markt vind je trouwens rond de Kerst ook betaalbare kersttakken en kerststukjes.
5. Gebruik cadeaupapier om de kersttafel te versieren.
6. Het is maar een idee, maar het baat echt om meerdere winkels en prijzen met elkaar te vergelijken. De kerstdecoratie is natuurlijk bij het gemiddelde tuincentrum hartstikke duur. Ga lekker inspiratie opdoen bij deze prijzige winkels en maak foto's van wat je mooi vindt. Maar koop vervolgens bij budget winkels zoals Action, Xenos en of Blokker.
7. Leef je uit met kerstlampjes! En ze zijn tegenwoordig helemaal niet zo duur.
8. Wist je dat veel tuincentra een speciale koopavond hebben waar je soms tot wel 25% korting krijgt op de hele collectie? Ga eerst een keer rondneuzen op een rustig moment, zo hoef je in al die drukte tijdens de koopavond niet te zoeken en weet je precies wat je nodig hebt!
9. De laatste tip: Als je op derde Kerstdag of in de paar dagen na de Kerst naar de tuincentra gaat, krijg je echt ontzettend veel korting. Soms wel 50% tot 70%. Vooral de grote aankopen zoals een nieuwe kunstkerstboom, kun je daarom het beste pas na Kerstmis doen.

Willem Drees

Tekst: José Staring



Bijna iedereen van onze leeftijd kent hem nog wel: Willem Drees (5 juli 1886 - 14 mei 1988).

Hij groeide op in Amsterdam. Zijn loopbaan begon als stenograaf. Vervolgens klom hij op van SDAP-wethouder in Den Haag en kamerlid, tot minister en minister-president.

Tijdens de 2^e Wereldoorlog was hij enige tijd gegijzeld in het kamp Sint Michielsgestel en een centraal figuur in het politieke verzet.

Zijn Noodwet Ouderdomsvoorziening 1947 (de voorloper van de AOW) maakte hem erg populair. Ook zijn leiderschap en soberheid droegen daartoe bij. Hij wordt nog steeds door meniggen beschouwd als één van de belangrijkste naoorlogse Nederlandse politici.

Onder zijn leiding vonden zowel de dekolonisatie van

Indonesië als de wederopbouw van Nederland plaats. Drees kreeg als minister-president vanaf 1948 de leiding over kabinetten, die te maken hadden met de naweën van de desastreuze gevolgen van de bezetting. Het beleid richtte zich daarbij op de industrialisatie, oplossen van de woningnood, bevordering van export, modernisering en ordening van landbouw en het economische leven, herstel van de betalingsbalans, gezondmaking van de overheidsfinanciën en het stimuleren van emigratie.

Ten tijde van zijn regering kreeg hij te maken met de Greet Hofmans affaire. Hij aarzelde lange tijd zich te mengen in de "privé-problemen" op het paleis waar hij zich niet thuis voelde. Hij noemde Greet Hofmans al in 1951 een "Raspoetin" maar greep niet in.

Drees was een overtuigd *sociaal-democraat*, maar hij was pragmatisch ingesteld. Van 1904-1946 was hij lid van de SDAP (Sociaal-Democratische Arbeiderspartij). Van 1946-1971 was hij lid van de PvdA (Partij van de Arbeid).

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

info@zalencentrumdebongerd.nl

In de jaren zeventig brak hij met de PvdA uit onvrede over de koers. Hij is van grote betekenis geweest voor Nederland en voor de nederlandse sociaal-democratie.

In de 2^e Wereldoorlog heeft hij een belangrijke plaats ingenomen in het verzet tegen de Duitsers. Drees zal ook blijvend worden herdacht als de premier van de wederopbouw. Zijn sobere karakter paste uitstekend bij een tijd waarin aan alles tekort was.

Willem Drees ontving het Grootkruis van de Nederlandse Leeuw op 22 december 1958, uitgereikt door Koningin Juliana persoonlijk. Hij ontving ook de erepenning van 's-Gravenhage. Voor zijn verzetswerkzaamheden ontving hij van de Amerikaanse regering de "Medal of Freedom with bronze palm" te Den Haag op

8 april 1953. Willem Drees overleed in 1988 op bijna 102-jarige leeftijd. Wij hebben allemaal ontzettend veel aan hem te danken.

Speciaal verzorgde **Ackersate-vakantieweken** naar de Veluwe

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

❑ Voorjaarsweken à 465,-

03-05 / 10-05
10-05 / 17-05
17-05 / 24-05

❑ Zomerweken à 495,-

14-06 / 21-06
21-06 / 28-06
28-06 / 05-07

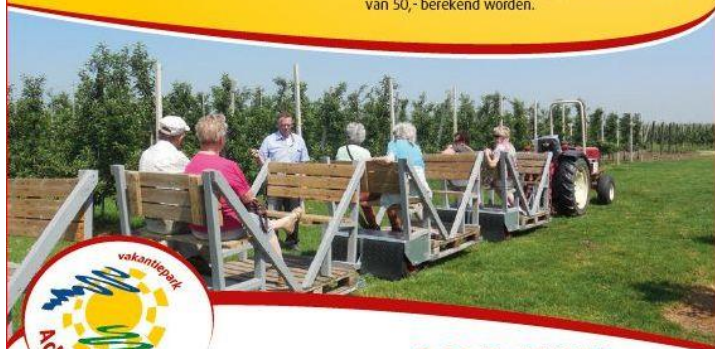
❑ Vroege Najaarsweken à 495,-

30-08 / 06-09
06-09 / 13-09

❑ Najaarsweken à 465,-

13-09 / 20-09
20-09 / 27-09

Genoemde prijzen zijn per persoon per week.
Als u voor 1 persoon reserveert, zal er een toeslag van 50,- berekend worden.



Meer info en boeken: ☎ 0342-471274

Harremaatweg 26 · Voorthuizen · info@ackersate.nl · www.ackersate.nl

Geld terug met uw rijbewijs?



In veel 'Vitaminen' staat een stukje over de verplichte gezondheidskeuring voor het rijbewijs. Van de Unie KBO kregen wij hierover wat informatie, die wij toch graag onder uw aandacht willen brengen.

KBO-lid en verzekert bij Zilveren Kruis.

Als KBO-lid kunt u een vergoeding krijgen voor uw verplichte rijbewijskeuring. Wanneer u als KBO-lid namelijk gebruik maakt van de collectieve zorgverzekering van Zilveren Kruis, krijgt u € 35,00 vergoed.

Uw rijbewijs moet elke 10 jaar worden vernieuwd. Vanaf 75 jaar is deze termijn korter. De overheid heeft namelijk bepaald, dat bestuurders vanaf 75 jaar een medische keuring moeten ondergaan om het rijbewijs te kunnen vernieuwen.

Let op:

Begin op tijd met uw aanvraag i.v.m. met wachtlijsten.

U heeft een Eigen Verklaring nodig.

U kunt deze kopen bij veel gemeenten, bij een rijsschool of via www.cbr.nl (met DigiD).

Tot uw 75^e is, op het moment dat uw rijbewijs verloopt, een medische keuring vaak niet noodzakelijk. Daarna is een verklaring nodig van een arts (bij voorkeur een andere huisarts dan uw eigen huisarts).

Bent u tussen de 65 tot 70 jaar? Dan is uw rijbewijs geldig tot uw 75^e.

Bent u ouder dan 70? Dan is uw rijbewijs maximaal 5 jaar geldig.

Na uw 75^e krijgt u elke 5 jaar een medische keuring. Na elke keuring is uw rijbewijs maximaal 5 jaar geldig.

Kijk voor uitgebreide informatie op www.cbr.nl (rijgeschiktheid/rijbewijs op latere leeftijd.)

Openingstijden		Contactgegevens	
Maandag	10.00 - 18.00 uur	I	www.wels2wielers.nl
Dinsdag	Gesloten	T	026 - 474 29 13
Woensdag	08.30 - 18.00 uur	E	info@wels2wielers.nl
Donderdag	08.30 - 20.00 uur		
Vrijdag	08.00 - 18.00 uur		
Zaterdag	08.00 - 18.00 uur		
Zondag	Gesloten		

In gesprek metToos Zwartkruis

Tekst: Ger Daam

Vandaag heb ik voor het onderdeel 'in gesprek met' een bezoek gebracht bij Toos Zwartkruis-Elfring. Net als ik wil vertrekken naar wooncentrum Wervershove begint het erg hard te regenen, dus niet met de fiets maar in de auto gestapt. Keurig op tijd stap ik bij mevrouw Zwartkruis binnen. Leden die de KBO-middagen in Wervershove bezoeken zullen mevrouw Zwartkruis op de foto bij dit artikel meteen herkennen. Zij is een trouwe bezoeker van de middagen. Meestal wordt ze door Riet Vos in de rolstoel opgehaald en als Riet er niet is heeft Riet aan een ander gevraagd om mevrouw Zwartkruis niet te vergeten. Het wordt een zeer aangenaam en afwisselend gesprek. Eerst natuurlijk over de kinderen en kleinkinderen. Hierna over het wonen in Wervershove, het weer en niet te vergeten over gezondheid en oud worden. Dan wordt het tijd om eens nader kennis te maken met Toos Zwartkruis. Toos is door de redactie van de Vitaminen uitgekozen omdat zij altijd een lach op haar gezicht kan toveren en natuurlijk vanwege haar leeftijd (die kunt u zelf in het vervolg uitrekenen).

Wie is Toos Zwartkruis?



De meisjesnaam van Toos is Elfring. Zij is op 23 december 1927 als tweede kind van het gezin Elfring in Herveld geboren. In totaal kreeg het gezin Elfring zes kinderen, Toos heeft één broer en vijf zussen gehad. Haar negentigste verjaardag is vorig jaar uitbundig gevierd.

Doordat haar moeder erg jong is overleden, heeft Toos thuis als jong meisje erg veel huishoudelijk werk moeten doen. Naar school en studeren was er hierdoor niet bij. Het is niet altijd gemakkelijk en dankbaar geweest in die tijd voor Toos. In 1949 is zij met Jo Zwartkruis getrouwd, die helaas in 2002 is overleden.

Jo en Toos hebben 4 kinderen gekregen (waaronder een tweeling) twee jongens en twee meisjes. Tijdens haar huwelijk heeft zij altijd in Reeth gewoond. In 2009 is het huis verkocht en verhuisde Toos naar wooncentrum Wervershove waar zij het goed naar haar zin heeft. Helaas moet zij door fysieke problemen en daardoor moeilijk lopen en staan, bij het uitgaan altijd een rolstoel gebruiken. Maar haar humeur lijdt daar niet onder.

Hoe ben je met de KBO in contact gekomen?

Eigenlijk is dit vanzelf gegaan. Ik kwam hier wonen en ik heb ter kennismaking een middag van de KBO bezocht. Hierna ben ik lid geworden omdat ik graag contact heb met anderen en het was een gezellige middag.

Toos, wat is je mening over de KBO-middagen?

Zoals ik al hiervoor heb gezegd was de eerste ontmoeting erg gezellig. Na al die jaren is dit niet veranderd. Zowel de spellenmiddagen als de themamiddagen zijn prettig en gezellig. De mensen gaan op een leuke manier met elkaar om en het bestuur probeert het ons op een leuke manier naar de zin te maken. Als er mensen zijn die anderen graag willen ontmoeten, dan wil ik tot die mensen zeggen "kom naar de ontmoetingsmiddagen van de KBO" daar krijg je geen spijt van! Tegen het bestuur en alle vrijwilligers die zich voor ons inzetten zeg ik "ga zo door".

Toos, denk je wel eens terug aan jouw gevoerde leven?

Ja, over mijn jeugd en de zware tijd van toen. Mijn moeder, die veel te vroeg is overleden. Mijn vader, een hardwerkende man, die niet altijd heeft gekregen wat hij verdiende. Natuurlijk aan Jo en de tijd die wij samen hebben doorgebracht. Onze kinderen en kleinkinderen. Er zijn vele dankbare en mooie tijden geweest. Helaas heeft mijn gezondheid met het klimmen van de jaren me wel eens in de steek gelaten. Maar ik ben gelukkig en blij met wat ik nog kan en ook kan doen.

Toos heb je hobby's?

Ja, mijn grootste hobby is haken. Toos laat mij enkele haakwerkstukken zien en vertelt dat er vele sleutelhangers, pannenlappen en sjaals door haar zijn gemaakt. Ook zijn er ontzettend veel (gekregen en gekochte) poppen door haar aangekleed, die naar kleinkinderen en instellingen, zoals weeshuizen en ziekenhuizen, gegaan zijn. Wat zij ook graag doet is jokeren en dat is het spel, dat zij op de spellenmiddagen met haar vaste groep speelt.

Hoe lang denk je met het lidmaatschap van de KBO en je hobby's door te gaan?

Op dit moment denk ik echt niet aan stoppen. Het is allemaal erg leuk en gezellig. Ik ga hiermee door totdat ik erbij neerval, aldus een zeer vrolijk kijkende Toos Zwartkruis.

Toos, wij hopen dat jij nog vele jaren kunt blijven genieten van het door jou



Wonen is je thuis voelen

Nieuwe Aamsestraat 84
6662 NK ELST
0481-372162

www.willemsenwonen.nl

gevoerde leven. Dat je gezondheid je niet verder in de steek mag laten. Dat wij je nog vele jaren op onze ontmoetingsmiddagen mogen blijven ontmoeten. Wij wensen je nog vele jaren een fijn leven toe, geniet van je woning, kinderen en kleinkinderen. Bedankt voor dit buitengewone onderhoudende gesprek.

SENIORENDAG

IEDERE DINSDAG WASSEN
VOOR HAPPY HOUR PRIJZEN

EN GRATIS STOFZUIGEN

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



Industrieweg Oost 9A
6662NE Elst
Tel 0481- 454600
www.carwashcenterelst.nl

Gezellige sfeer

Schrijver via internet.

Lichtjes in de schemering,
kerstkonijntjes, tierelantijntjes,
zoete wijn en dennengeur,
maretak boven de deur
in hoopvolle schittering.

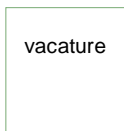
Kerstwensen in elke taal,
winterkiekjes, sfeermuziekjes,
uitbundig of ingetogen,
sterretjes in kinderoogen,
Kerstmis driedimensionaal.

Drukte en gezelligheid,
flitsfotootjes, kerstcadeautjes,
glühwein en de kerstkalkoen,
een gebaar, een lach, een zoen,
wat een wonderlijke tijd.

Bestuur KBO afdeling Elst-Overbetuwe



Voorzitter
Ingrid Reterink



secretaris
secretariaat



penningmeester
Gerard Verrest



2^o. penningmeester
Frits van Ommeren



vice-voorzitter en
secretaris a.i.
Ricky van Nistelrooij



bestuurslid
Baldewijn Vos