

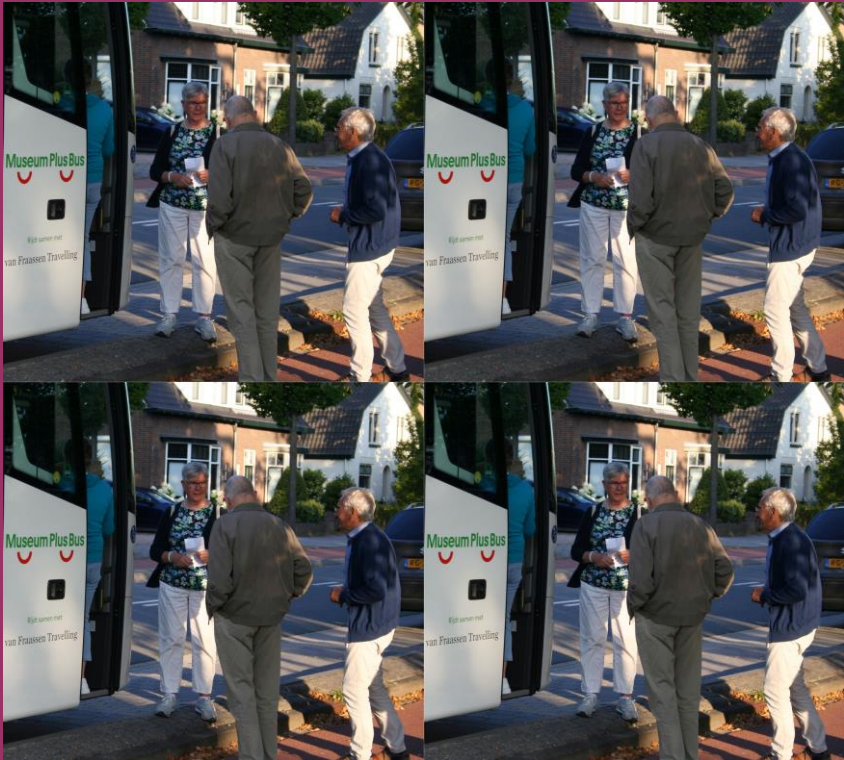


KBO



Elst - Overbetuwe

VITAMINEN VOOR HET LEVEN



Pag. 11:

OP DINSDAG 30 AUGUSTUS 2022 ZIJN WE MET

30e jaargang nummer 4, december 2022, januari en februari 2023

COLOFON:

Redactie:

Ger Daam
(eindredactie)

Lidy Sweeren
(secretariaat Vitaminen)

Frans van den Boogaard
(lay-out)

Verspreiding:

Geert Kolks

Druk:

Drukkerij Herberts Elst

E-mailadres redactie:

l.sweeren@icloud.com

Website:

www.kbo-overbetuwe.nl

Rekening:

Rabobank IBAN:
NL84 RABO 0171 0183 70
t.n.v.:

Katholieke Bond van Ouderen
afdeling Elst Overbetuwe

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.

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 of aan Ger Daam.

Adreswijzigingen:

Adreswijzigingen s.v.p. doorgeven aan de ledenadministrateur van de KBO afdeling Elst of per e-mail info@kbo-overbetuwe.nl

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.

"Accepteer zoals het is.. Laat los hoe het was.. en blij geloof hebben in wat zal komen"

Inhoud o.a.:

- pag. 2** colofon
- pag. 3** * vitamientje van de maand
* inhoud
* op te grote voet
- pag. 4** activiteitenprogramma
- pag. 5** bestuursinfo
- pag. 6** openingsmiddag
- pag. 8** maandagavond fietstocht
- pag. 9** * hartverwarmend
* een kleine misstap
- pag. 10** bijzondere gebeurtenis
- pag. 11** bezoek joods museum
- pag. 14** wie is Anne Frank
- pag. 16** brandweer Nijmegen
- pag. 17** het gedichtenlaantje
- pag. 19** uit grootmoederstijd
- pag. 20** * heeft u dat nu ook?
* bestuur

Als u een bijdrage voor de volgende Vitaminen (verschijningsdatum 28 februari 2023) hebt, kunt u deze inleveren bij
Lidy Sweeren, Zülpichhof 41,
6662 CC Elst,
e-mail: l.sweeren@icloud.com

Op te grote voet

De uitdrukking 'op grote voet leven' kent iedereen wel. De huidige betekenis ervan is op royale, ruime wijze leven, waarbij veel geld wordt uitgegeven. Momenteel lijkt het erop, dat we allemaal op te grote voet leven. Niet dat we veel geld kunnen of willen uitgeven, maar we worden hiertoe gedwongen door de duurte van allerlei producten, zoals vooral gas en elektra. En door het systeem van automatische afschrijving verdwijnt je geld vanzelf van je rekening. De uitdrukking 'op grote voet leven' is afkomstig uit de middeleeuwen, waar mensen met geld en/of macht meenden door het dragen van zogenaamde snavel- of toetschoenen hun status zichtbaar te moeten maken. Een koning mocht een schoenpunt van 2,5 voet dragen (ca. 70 cm), een belangrijk persoon een schoenpunt van 1 voet (ca. 28 cm), terwijl de schoenpunt van de gewone burger 0,5 voet was (ca. 14 cm).

Voor de middeleeuwen was het maar goed, dat ze het Duitse plaatsje Montabauer niet kenden. In deze plaats was een grote schoenindustrie. Omdat ook hier deze industrie is weggefallen, heeft men als herinnering eraan door de hele plaats grote schoenen neergezet van één bij één meter groot (zie foto). Deze schoenen zijn mooi beschilderd en hadden zeker in de middeleeuwen voor jaloezie gezorgd.



Activiteitenprogramma

dag	datum	programma
woensdag	14 december 2022	Advent / Kerstmiddag
woensdag	4 januari 2023	Muzikale Nieuwjaarmiddag o.l.v. 'Duo Een en Ander', aansluitend bingo
woensdag	18 januari 2023	Ontmoetings- en spellenmiddag
woensdag	1 februari 2023	X Lezing met beeld door 'Marsmannetjeopdefiets', aansluitend bingo
woensdag	15 februari 2023	Ontmoetings- en spellenmiddag
woensdag	1 maart 2023	Ontmoetings- en spellenmiddag
woensdag	15 maart 2023	Algemene ledenvergadering, aansluitend bingo
woensdag	29 maart 2023	Ontmoetings- en spellenmiddag

X Deze middag is toegankelijk voor alle senior-inwoners van de gemeente Overbetuwe.



Een afscheid als troostrijke herinnering

Aster uitvaartzorg, vestiging Elst

Kokkeland 17
6661 ZV Elst

0481 - 766 530 | 06 - 412 111 99

info@aster-uitvaartzorg.nl
www.aster-uitvaartzorg.nl

Aster uitvaartzorg, vestiging Huissen

Van Wijkstraat 33
6851 GL Huissen

026 - 20 22 388 | 06 - 412 111 99



Beste leden van de KBO Elst Overbetuwe,

Momenteel wordt er in onze vereniging uitvoering gegeven aan het jaarplan 2022-2023. Het bestuur is zeer verheugd dat de uitvoering volgens planning uitgevoerd kan worden. Tot op heden zijn er over de uitvoering alleen maar positieve berichten te melden. Na een goede muzikale openingsmiddag, de presentatie van Yvonne van der Laan met haar Gedichtenlaantje en vervolgens de PUB Quiz van de KBO, zijn wij als bestuur zeer tevreden. Allemaal geslaagde middagen met voor velen van ons de verrassende uitvoering van de Pub Quiz. De organisatie was in goede handen bij Emmy Hoitink, Lidy Sweeren en Francien de Winter. Daarnaast zijn de spellenmiddagen leuk en gezellig geweest. Er waren steeds weer goede en ontspannen bijeenkomsten en ook nog eerlijk spel. De opkomsten waren redelijk tot goed.

Wij kijken uit naar de Sinterklaas- en kerstmiddag. Gelukkig gaat het erop lijken, dat deze middagen gewoon kunnen doorgaan. Het inschrijven voor de kerstmiddag kan via het formulier, dat als bijlage bij deze Vitaminen is gevoegd. Sinterklaas en zijn gevolg staan nu al te trappelen om vóór de kerst nog even bij de KBO Elst een bezoek te brengen.

De Rabo Club Support actie heeft voor onze vereniging 285,93 euro opgeleverd. Aan al onze stemmers een hartelijke dank voor uw stem. De penningmeester is hiermee erg gelukkig. Volgend jaar doen wij weer mee en rekenen opnieuw op uw steun en stem.

Wat betreft de uittreding van de KBO Gelderland uit de Unie KBO het volgende. Wij kunnen u allen melden, dat de uittreding gaat gebeuren. Omdat er bij ons en bij u vele vragen leven over hoe het nu verder gaat, wat blijft en wat wordt er nieuw, hebben wij het bestuur van de KBO Gelderland een aantal vragen voorgelegd. Op 23 november 2022 zal hierop hopelijk antwoord komen. Wij houden u op de hoogte van alle eventuele wijzigingen.

Tot slot wensen wij als bestuur u allen toe: zeer passende kerstdagen, een leuke jaarwisseling en voor 2023 veel geluk en gezondheid.

Muzikale openingsmiddag

Tekst: Ger Daam

Woensdag 7 september 2022 was er bij de KBO Elst Overbetuwe de muzikale openingsmiddag van het seizoen. In de benedenzaal van Onder de Toren komen de eerste bezoekers al vroeg binnen. Tegen 14.00 uur is het een gezellige drukte en wordt er voluit met elkaar gesproken. Niet verwonderlijk natuurlijk omdat de middagen vanaf 8 juni 2022 door de vakantieperiode hebben stilgelegen. Even later opent Ger Daam de middag door allen namens het bestuur welkom te heten. Een bijzonder welkom aan The Golden Oldies (de dames Trea Staal en Mariska Hekkenberg) die ons met hun muziek en zang gaan verpozen. Als zij starten zullen zij zichzelf voorstellen en hun programma bekend maken. Maar eerst draagt Ger het gedicht "de liefde en muziek" voor.

De signalen van het leven
Kunnen een leidraad zijn
Voor de liefde middels muziek

Vaak is muziek uh.....
Een inspiratiebron voor mij
Dan zing en neurie ik mee

Gedachten worden versterkt
Door liefde en muziek

Het bewust zijn dat

Liefde en muziek goed samengaan
Kan veel bijdragen tot een gelukkiger leven

Het is imponerend
Wat liefde en muziek
Voor mensen kan betekenen.



Allemaal heel veel plezier en geniet van de muziek die The Golden Oldies u gaat brengen. Hierna geeft Ger het woord aan Trea die mede namens Mariska uitlegt welke muziek en zang zij deze middag voor ons hebben mee gebracht.

"Wij brengen een mix van liederen en muziek uit de jaren 1950 tot 1980. Herkent u het lied, zing dan rustig mee. Tussendoor vertellen wij u meer over het lied en de zangers die het hebben gebracht". En dan volgt er een middag met muziek en liederen die velen van ons nog kennen. Er wordt meegezongen, geklapt en je ziet de handen de lucht ingaan. Tot de pauze een geweldig programma met al die oude liedjes en de hele leuke presentatie van de liederen. Werkelijk de sfeer was zeer goed en je kon iedereen zien genieten. Met enkele anderen vroegen wij ons af of deze dames dit ook na de pauze kunnen brengen.

Ja, dan is het pauze en een enorm applaus klinkt er voor de dames in de zaal. Dan worden de drankjes geserveerd en worden de bingo planken te koop aangeboden. Die vinden een greigete aftrek.

Nadat dit alles is geregeld komen de dames terug en ga ik er weer eens goed voor zitten om te zien wat zij nu nog kunnen brengen. Net als voor de pauze kan ik

echter niet lang stilzitten, omdat bijna alle liedjes mee te zingen zijn en dat wordt door zeer velen in de zaal ook gedaan. De dames houden ons allemaal vast met hun presentatie, muziek en zang. Net als voor de pauze doet iedereen werkelijk uitstekend mee met de zang. Om 16.00 uur sluiten de dames de middag af en gaat er als het ware een orkaan van zang en gezelligheid door de zaal. Als Ger Daam de dames bedankt voor een geweldige muzikale middag en hun de bekende Merci doos heeft gegeven als dank voor hun presentatie en zang, ontstaat er spontaan een prachtig applaus. Dat bevestigt de woorden van Ger.

Terwijl de dames zich gaan omkleden, wordt het bingospel in orde gemaakt om het bekende spel te gaan spelen. Drie rondes bingo en er zijn negen prijzen te winnen. Het is een spannende bingo geweest. Bij iedere ronde kon je jezelf afvragen, komt er nog wel een bingo. Zeer veel cijfers moesten er opgenoemd worden, voordat er "bingo" werd geroepen. De rode hoofden in de zaal spraken boekdelen.

Hierna sloot Ger de middag af met een oproep om niet te vergeten te stemmen voor de Rabo-clubcampagne. Tot slot vertelde hij, dat er over twee weken de eerste ontmoeting- en spellenmiddag zal plaatsvinden. Neem gerust een introducee mee. Allemaal bedankt voor de komst en wel thuis.



NB!

nieuwe burens
MAKELAARS



VERKOOP - AANKOOP - TAXATIES
WWW.NIEUWEBURENELST.NL



De oorzaak
hooroplossingen
voor u in Elst

Grote Molenstraat 3c - Elst - T 0481 350368
www.deoor-zaak.nl



Terugblik op maandagavond fietstochten

Tekst: Ger Daam

Maandavond 29 augustus 2022 om 19.00 uur waren Gerard Verrest en Ger Daam door de fietsgroep uitgenodigd voor een kop koffie met de fietsers. Wij behoorden wel op tijd aanwezig te zijn in Museumboerderij Den Tip in Herveld.



Daar troffen wij een enthousiaste fietsgroep aan. Op de foto zijn hun vrolijke gezichten te zien. Het is een gezellig koffiedrinken geweest. Om te voorkomen dat Ger Daam verslag ging doen over de fietsavonden, heeft Truus van Brandenburg aan de deelnemers gevraagd om iets over de fietstochten op papier te zetten en bij haar af te geven. Zo is het ook gegaan en ik heb die briefjes ontvangen om er dit verslag van te

maken; met dank aan de inzenders ervan. Het is weer een fijne en gezellige maandagavond fietsseizoen geweest. Goede opkomst en mooie routes. Ik heb ervan genoten maar "het is weer voorbij die mooie zomer" tot volgend jaar, aldus Riet de Jager.

Ine Hasselman, woont sinds 2020 in Elst en is door bezoek aan de *Huiskamer* op de hoogte gekomen van het fietsen op maandagavond bij de KBO. Het fietsen is erg leuk en tijdens het fietsen raak je in gesprek met andere mensen. Tijdens de fietsavonden ben ik in/op plaatsen geweest, waar ik nog nooit ben geweest. Het kopje koffiedrinken met elkaar tijdens de pauze smaakte erg goed. Terug naar huis na het fietsen en terugblikken op een hartstikke leuke avond. Truus Braamt schrijft: "Wat waren de fietsavonden van de KBO mooi. Wij fietsten over leuke paden en bruggetjes en kwamen

 Boekhandel – Drukkerij
TERBERTS

op plekken waar ik nog nooit ben geweest". Ook zij blikt terug op het gezellige koffie drinken op een leuk terras. Fietsen met deze fijne en gezellige mensen, die bedank ik hierbij. Ook Truus schrijft "voor herhaling vatbaar". Als laatste schrijft Truus van Brandenburg namens de fietswerkgroep. Zij bedankt alle deelnemers, die het afgelopen seizoen meegefietst hebben. Het is een gezellige groep geweest. Gehoord en gelezen de reacties heeft iedereen genoten. De fietsgroep hoopt dan ook, dat wij elkaar in 2023 weer allemaal zien om te gaan fietsen.

De werkgroep bestaat dit jaar uit: Truus van Brandenburg, Riet de Jager, Thea Janssen, Ria en Leo van den Boogaard en Truus van Beek. Zij worden door het bestuur bedankt voor hun inzet. Mogen we volgend jaar weer op hen rekenen?

Hartverwarmend

Wat ben ik verwend, vóór en ná mijn borstoperatie op 5 oktober; zoveel lieve appjes, mailtjes, kaarten, bemoedigende en troostende woorden, opkikkertjes. Zoiets is echt hartverwarmend en dat doet je goed. Zeker ook de kaart, die jullie op 5 oktober rond hebben laten gaan op de KBO-middag. Dat ontroerde me echt. Dan werd er nog een prachtig bloemstuk namens de leden en het bestuur van de KBO gebracht. DANK JULLIE WEL..... en nu herstellen en wennen aan de nieuwe situatie.



Emmy Hoitink, ook namens Wim dank jullie wel

Een kleine misstap met vervelende gevolgen

Tekst: Lidy Sweeren

Op een zwoele avond in augustus fietste ik even naar de begraafplaats. Ik wilde de bloemetjes bij mijn man even van water voorzien na al die droge, hete dagen. Terwijl ik



daarmee bezig was, zwikte ik om (half gras, half verhard pad). En daar lag ik, mezelf opgevangen weliswaar, maar op mijn linkerpols. Ik herinner me niet het geluid, zei wel shit (sorry) en voelde pijn. De stand van mijn hand was zagezegd 'vreemd'. Met mijn fiets rechts van mij toch rustig naar huis gelopen. Mijn lieve overburen namen gelijk actie en om even na middernacht zat het gips erom. Gelukkig! (Het lijkt 's-nachts erg rustig op de eerste hulp, maar we hebben toch lang moeten wachten en wachten duurt altijd te lang.) De lieve arts had alleen voor mij toen een trieste mededeling. De pols was gezet, maar ze was bang, dat dit zo niet netjes herstelde en ik een stijve pols/hand zou overhouden. Ze maakte voor mij dus meteen een afspraak voor een CT-scan en een gesprek met de breukendokter. Ik ga voor 100% herstel, dus ik ging er voor! Ik hou namelijk erg van handwerken en dat leek me moeilijk als je polsgewricht stijf is. Dinsdagavond gevallen en op vrijdagmiddag dus gelijk de operatie. Er was door de arts wel uitgelegd wat er zou gaan gebeuren, maar toch schrok ik van het resultaat. Mijn onderarm en pols stonden in de steigers.

En dat moest dan even 6 weken blijven zitten. Het was zeker behelpen die eerste periode, gelukkig wel met pijnstillers en veel hulp van mijn dochter en schoonzoon. Maar toch bleef het lastig die steigers. Al na 2 weken "mocht" ik naar de handtherapie. Ik ging toch voor 100%?

Een kleine opmerking van de assistent van de fysio bij mijn eerste contact: "we gaan voor het maximale". Tactisch gezegd, maar toch wilde ik liever die 100%. Met het stukje in de vorige Vitaminen in mijn achterhoofd (*'alleen al de bewegingen in gedachte maken'*) voor een voorspoedig sneller herstel ben ik toen in gedachte weer gaan haken. Er lag nog wol genoeg!

En dit allemaal terwijl ik het pas nog met een vriendin heb gehad over de cursus valpreventie. Deze staat nu zeker heel hoog op mijn lijstje! Ik wil extra zuinig zijn op mijn botjes. Na bijna vijf weken mocht de stellage eraf. Het voelde zeker als een opluchting, maar ik was toch ook wat huiverig om weer mijn hand en pols te gaan gebruiken. Zes weken lang stijfheid en dan weer oefenen en oefenen, langzaam opbouwen. Maar nogmaals ik ga dus voor 100%. (Zal misschien niet helemaal lukken. Maar dan toch zeker wel voor 99%.)

Een bijzondere gebeurtenis

Tekst: Ger Daam

Op 8 september 2022 is Ger Daam 'officieel als voorzitter en namens het bestuur' in de auto gestapt om naar Herveld te gaan met een bos bloemen. Ongetwijfeld vraagt u zich nu af 'wat is daar bijzonder aan?' Het bijzondere is, dat het echtpaar Riet en Baldewijn Vos op 6 september 2022 beiden 25 jaar lid zijn van onze afdeling. Is dat iets bijzonders? Het antwoord is een volmondig ja! Dit is in ons 37-jarig bestaan nooit eerder aan de orde geweest en ik denk ook niet dat het ooit nog eens gaat gebeuren.

Wat betekenen zij nu en in de tijd achter ons voor de afdeling Elst Overbetuwe? Zowel Riet als Baldewijn hebben zich altijd op diverse gebieden ingezet voor de KBO Elst. Ook al heeft Riet nooit een bestuursfunctie bekleed, zij heeft in heel wat



werkgroepen plaatsgenomen. Altijd bereid om de handen uit de mouwen te steken en hulp te bieden waar dat noodzakelijk is. Riet zit nog steeds in de Sinterklaas werkgroep. Destijds is Baldewijn door de toenmalige voorzitter Greet Roelofs gevraagd om de functie van penningmeester op zich te nemen. Die functie heeft hij bijna 18 jaar uitgevoerd. Ook was hij

onmiddellijk bereid om tijdens de bestuurscrisis, op mijn verzoek, mee te helpen het jaarprogramma uit te voeren en bestuurstaken op zich te nemen. Vorig jaar hebben wij officieel afscheid van Baldewijn als bestuurslid genomen en is hij tot ereid van onze vereniging benoemd. Hij verricht nog steeds hand- en spandiensten en is lid van de kerst werkgroep.

Riet en Baldewijn bedankt voor jullie inzet voor onze vereniging! Wij hopen jullie nog vele jaren tijdens onze middagen te mogen begroeten en wensen jullie beiden alle goeds toe.



BEMMELSEWEG 81G, 6662 PE ELST

T 0481-35 11 75

E INFO@AUTOBEDRIJFPOLMAN.NL

I WWW.AUTOBEDRIJFPOLMAN.NL

DE CITROËN EN FIAT SPECIALIST

Bezoek Joods Museum Amsterdam

Tekst: Ger Daam

Op dinsdag 30 augustus 2022 zijn we met een aantal leden van de KBO Elst Overbetuwe op bezoek geweest in het Joods Museum in Amsterdam.





In eerste instantie hadden wij van de stichting Museum Plus Bus een uitnodiging gekregen voor 33 personen. In augustus ontvingen wij bericht van die stichting, dat er een andere groep van 12 personen was afgevallen en dat wij nu met 45 personen welkom waren. Via onze uitnodigingsbrief voor dit bezoek reageerden 30 leden die mee wilden gaan. Jammer dat er zo weinig leden van een vereniging van 400 leden belangstelling hiervoor hebben. Hier komt ook nog bij dat dit bezoek geheel gratis is, het vervoer, entree en een kopje koffie. Alleen voor de eventuele lunch werd een bijdrage gevraagd. Daarom is er ook nog een oproep gedaan in *'Hét Gemeentenieuws'* om inwoners van de gemeente Overbetuwe te vragen om mee te gaan. Hierop hebben twee inwoners zich aangemeld. Het minimumaantal deelnemers moest 30 zijn anders ging het hele bezoek niet door. Op zondag 28 augustus 2022 kreeg ik zes afmeldingen en toen waren er nog maar 29 deelnemers. Mijn vrouw en ik zijn vele mensen telefonisch gaan benaderen met de vraag of zij mee wilden gaan naar Amsterdam.

Uiteindelijk zijn wij toch met 33 personen naar het Joods Museum gegaan. Dinsdagmorgen 30 augustus staat het vertrek tussen 08.00 en 08.30 uur bij wooncentrum Wevershove gepland.

Keurig netjes op tijd komt de bus aangereden en kunnen wij instappen. Met een vrouwelijke chauffeur, die tevens reisleidster is, vertrekken wij naar Amsterdam. Door de staking bij de NS was er erg veel verkeer en moest onze chauffeuse regelmatig haar route aanpassen.

Onderweg vertelde zij het programma van deze dag. Om ongeveer 10.15 uur was onze aankomst bij het Joods Museum. Eerst koffie/thee drinken en om 11.00 uur een rondleiding met een (joodse) gids. Daarna een lunch om vervolgens zelfstandig in het museum rond te gaan kijken. Vanaf 14.00 uur staat de bus weer voor het museum.

Zelf ben ik deze dag ook mee geweest. Diep onder de indruk van het leven en de Joodse religie heb ik dat bezoek ervaren. Omdat ik ook benieuwd was hoe onze mede reisgenoten dit bezoek hebben ervaren, heb ik met verschillende van hen hierover gesproken. Hierdoor kan ik schrijven, dat net als mijn persoon de anderen ook onder de indruk waren van wat zij te horen en te zien hebben gekregen in het museum. Ook de verhalen van de gidsen maakten diepe indruk. Zij vonden het eveneens erg jammer dat zoveel mensen de kans gemist hebben om dit museum te bezoeken.

Diep onder de indruk van het bezoek kwamen de deelnemers in de bus om naar Elst terug te gaan. De bus vertrok correct op tijd en op de weg was het een stuk rustiger dan op de heenreis. Keurig op tijd zette onze chauffeuse ons af bij het vertrekpunt wooncentrum Wervershove. Van vele kanten kwam er "bedankt en krijgen wij de volgende keer weer een uitnodiging?" naar mij toe. Met andere woorden het bezoek heeft indruk gemaakt en het is een mooie dag geweest. Even later vertrok de bus en daarvoor hadden wij onze chauffeuse bedankt voor de veilige thuiskomst. Bij de volgende gelegenheid (vanaf 1 oktober kan door ons weer worden ingeschreven) hoop ik dat er meer leden interesse zullen hebben.



Maandag	12:00-18:00
Dinsdag	Gesloten
Woensdag	9:00-18:00
Donderdag	9:00-20:00
Vrijdag	9:00-18:00
Zaterdag	8:30-16:00
Zondag	Gesloten

(026) 47 42 913
www.wels2wielers.nl
info@wels2wielers.nl



Wie is Anne Frank?

Annes eerste jaren

Anne Frank wordt op 12 juni 1929 geboren in de Duitse stad Frankfurt am Main. Annes zus Margot is ruim drie jaar ouder. Het gaat slecht in Duitsland; er is weinig werk en veel armoede. De partij van Adolf Hitler krijgt steeds meer aanhangers. Hitler haat de Joden. Hij geeft hen de schuld van alle problemen en hij speelt in op de antisemitische sentimenten in Duitsland. Annes ouders, Otto en Edith Frank, besluiten daardoor naar Amsterdam te verhuizen. Otto begint daar een bedrijf in pectine, een geleermiddel voor de jambereiding.

Nazi-Duitsland valt Nederland binnen

Anne voelt zich snel thuis in Nederland. Ze leert de taal, vindt vriendinnetjes en gaat naar een Nederlandse school. Haar vader werkt hard aan zijn bedrijf, maar is niet succesvol daarin. Otto probeert een zaak op te zetten in Engeland, maar dat mislukt. Uiteindelijk verkoopt hij naast pectine ook kruiden en specerijen.

Op 1 september 1939, Anne is dan 10 jaar oud, valt nazi-Duitsland Polen binnen. De Tweede Wereldoorlog is begonnen. Op 10 mei 1940 vallen de nazi's ook Nederland binnen. Vijf dagen later geeft Nederland zich over.

De bezetters voeren steeds meer wetten en verordeningen in, die het leven van Joden moeilijker maken. Parken, bioscopen en winkels worden verboden terrein voor Joden. Annes vader raakt zijn bedrijf kwijt, omdat Joden geen eigen bedrijf meer mogen hebben. Alle Joodse kinderen, dus ook Anne, moeten naar een aparte, Joodse school.

Anne moet onderduiken in het Achterhuis

Zo gaan de nazi's telkens een stapje verder. Joden moeten een Jodenster dragen en er gaan geruchten, dat Joden weg moeten uit Nederland. Als Margot op 5 juli 1942 een oproep krijgt om in nazi-Duitsland te moeten werken, wantrouwen haar ouders dat. Zij besluiten om de volgende dag onder te duiken. In het achterhuis van zijn bedrijf aan de Prinsengracht 263 richt Annes vader een schuilplaats in. Later komen er nog vier onderduikers bij in het Achterhuis. Het is erg krap. Anne moet zachtjes doen en is vaak bang.

Anne houdt haar dagboek bij

Voor haar dertiende verjaardag, dan nog niet ondergedoken, krijgt Anne een dagboek cadeau. In de twee jaar, dat ze is ondergedoken, schrijft Anne over gebeurtenissen in het Achterhuis, maar ook over wat ze voelt en denkt. Daarnaast schrijft ze korte verhalen, begint aan een roman en in haar Mooie-Zinnenboek schrijft ze passages over uit boeken, die zij leest. Als de Nederlandse minister van onderwijs vanuit Engeland via Radio Oranje oproept om oorlogsdagboeken en documenten te bewaren, brengt dat Anne op het idee om haar losse dagboeken te bewerken tot één lopend verhaal met als titel 'Het Achterhuis'.

De schuilplaats wordt ontdekt

Anne begint met het herschrijven van haar dagboeken, maar op 4 augustus 1944 nog voor ze daarmee klaar is, wordt ze met de andere onderduikers door politieagenten ontdekt en opgepakt. Tot op de dag van vandaag staat niet vast wat de aanleiding was voor de politie-inval. Een deel van Annes geschriften blijft bewaard. Twee andere helpers redden de papieren, voordat het Achterhuis in opdracht van de nazi's wordt leeggehaald.

Anne wordt gedeporteerd naar Auschwitz

Via het bureau van de Sicherheitsdienst (de Duitse veiligheids politie), een gevangenis in Amsterdam en het doorgangskamp Westerbork gaan de onderduikers op transport naar Auschwitz-Birkenau. De treinreis duurt drie dagen, opgesloten in veewagons. Er is weinig voedsel en water en slechts een tonnetje als toilet. Bij aankomst in Auschwitz keuren nazi-artsen wie zware dwangarbeid kunnen verrichten. Circa 350 mensen van het transport worden direct daarna vergast. Anne, Margot en hun moeder belanden in het vrouwenwerkkamp. Otto komt in een mannenkamp.

Anne sterft van uitputting in Bergen-Belsen

Begin november 1944 moet Anne opnieuw op transport. Ze wordt met Margot gedeporteerd naar Bergen-Belsen. Haar ouders blijven achter in Auschwitz. Ook in Bergen-Belsen zijn de omstandigheden erbarmelijk. Er is bijna geen eten, het is koud, nat en er heersen besmettelijke ziektes. Ze krijgen allebei vlektyfus. In februari 1945 overlijdt eerst Margot en kort daarna Anne aan de gevolgen van die ziekte. Alleen Annes vader Otto overleeft de oorlog. Hij wordt door de Russen bevrijd en hoort tijdens de terugreis naar Nederland, dat zijn vrouw Edith is overleden. In Nederland hoort hij dat ook Anne en Margot niet meer leven.

Het dagboek van Anne wordt wereldberoemd

De dagboekpapieren van Anne maken diepe indruk op Otto. Hij leest dat Anne graag schrijfster of journaliste wilde worden en dat ze de verhalen over het leven in het Achterhuis wilde uitgeven. Otto wordt overtuigd het dagboek te publiceren en op 25 juni

1947 verschijnt de eerste uitgave van 'Het Achterhuis' (3.000 boeken). Het boek wordt vertaald in zo'n 70 talen. Er komt een toneelstuk en een film. In 1960 wordt de schuilplaats een museum: het Anne Frank Huis. Otto blijft tot zijn dood in 1980 nauw betrokken bij de Anne Frank Stichting en het museum.

Een buurtzame bank is een vertrouwd gezicht in de buurt. Al ruim 100 jaar.

De Smale
ASSURANTIEKANTOOR

Assurantiekantoor De Smale
Rijksweg Zuid 12
6663 KD Eist (Gld)
T 0483-375002
E info@smale.nl
I www.smale.nl

RegioBank De buurtzame bank.
Zelfstandig lid van

Ook buurtzaam bankieren? Kom snel langs.

Welkom!

Op bezoek bij de brandweer Nijmegen

Tekst: Ger Daam

Op donderdag 8 september 2022 hebben twee van de drie ouderen adviseurs van onze vereniging (Emmy Kusters en Ger Daam) een bezoek gebracht aan de brandweer in Nijmegen.



In hun uitnodiging voor deze voorlichtings-bijeenkomst staat dat zij hun kennis met ons wil delen om zolang mogelijk zelfredzaam te zijn bij brand. Natuurlijk kwam ook de vraag of wij weten welke handelingen het beste zijn om brand te voorkomen. Drie onderwerpen deze ochtend. Het herkennen van brandrisico's, brandveiligheid in de woonkamer en brandveiligheid in de keuken.

In het gebouw is zowel een keuken als een woonkamer ingericht om ons de risico's goed te laten herkennen. Met u wil ik enkele zaken nader toelichten en aan de hand van een apart formulier, verkrijgbaar in de ontmoetingszaal of op verzoek, kunt u thuis zelf het een en ander controleren.

Laten wij beginnen met het vroegtijdig signaleren van een brand in huis. Heeft u al rookmelders in huis geplaatst? Vanaf 1 juli 2022 zijn deze verplicht om op iedere verdieping er een aangebracht te hebben. Deze horen tegen het plafond bevestigd te worden op 50 cm van de muren en lampen. Koop een rookmelder met een CE-keurmerk en een batterij die 10 jaar meegaat. Test de rookmelder één keer per maand. Op de rookmelder gaat stof kleven. Als u toch gaat stofzuigen, vergeet dan ook de rookmelder niet.

Zorg dat u bij brand veilig kunt vluchten. Met andere woorden "ken uw vluchtroute" zodat u uzelf en anderen zo snel mogelijk in veiligheid kunt brengen. Zorg dat er geen obstakels op de vluchtweg zijn, leg een sleutel op een vaste en altijd bereikbare plek zo dicht mogelijk bij de deur (buiten bereik van inbrekers). Sluit uw binnendeuren (met name 's-nachts). Hiermee voorkomt u snelle rookverspreiding. Zorg dat u altijd een telefoon bij de hand hebt. Bel altijd eerst 112 en geef door als u niet zelfstandig naar buiten kunt. Ook eerst de brandweer bellen voordat u zelf gaat blussen. Is de vuurbal groter dan een voetbal, breng uzelf in veiligheid en wacht de komst van de brandweer af.

Om deze informatie niet te lang te maken, geef ik hierbij enkele tips en ga niet teveel in op details.

Gaat u koken zorg dat de omgeving van de kookplek vrij is van materialen. Gaat de deurbel of de telefoon, eerst de pan van het vuur of sluit het verwarmingselement af. Maak de afzuigkap maandelijks schoon. Maak het filter van de wasdroger na iedere wasbeurt schoon en zuig ook af en toe de achterwand van de droger en/of het filter uit.

Pas op voor kaarsen bij gordijnen en ander brandbaar materiaal. Een grote fout is om verlengkabels met elkaar te verbinden, omdat u niet weet dat ene aansluitpunt mist dat nog nodig is.

Nadat u alles hiervoor heeft gelezen, kunt u voor uzelf nagaan of uw woning brandveiliger gemaakt kan worden. Een formulier hiervoor ligt in de ontmoetingszaal of is bij mij op te vragen.

U kunt over uw ervaring altijd met mij contact opnemen om samen te zien of de tekortkomingen verholpen kunnen worden.



Het Gedichtenlaantje op bezoek

Tekst: Ger Daam

Zoals de titel van dit stukje al aangeeft is, er op woensdag 5 oktober 2022 een bijzonder bezoek bij de KBO Elst Overbetuwe geweest.

Mevrouw Yvonne van der Laan heeft die dag een lezing gegeven over haar werk. Zij

presenteerde haar werk, dat bijzonder breed te noemen is. Zij is schrijfster van onder ander de boeken *'Positiefjes 1 en 2'*, dichteres, kunstenares (ook voor blinden en slechthorenden), muziekdocente, motiverende spreekster, inspirator en specialist in persoonlijke cadeautjes met een positieve boodschap.

Na dit alles in mij te hebben opgenomen, was ik zeer benieuwd naar de uitvoering van deze middag en wat wij allemaal te horen zouden krijgen. Nadat wij binnen waren gekomen voor de inrichting van de zaal, kwam ook Yvonne binnen. In mijn gedachten bij de voorbereiding meende ik dat zij voldoende zou hebben aan een scherm, microfoon en een beamer. Maar zij bracht heel veel van haar werk mee, dat werd tentoongesteld. Daarnaast werden er diverse flip-overbladen aan de wanden geplakt met bijvoorbeeld de titel 'durven'. Dit allemaal beloofde ons het een en ander hoe de middag zou gaan verlopen.

Omstreeks 14.00 uur opende voorzitter Ger Daam met een gedicht van een onbekende schrijfster met als titel 'tovenaar'. Hij stelde Yvonne voor aan de aanwezigen en gaf de microfoon aan haar over. Vol elan ging Yvonne van start en zij slaagde erin om tijdens haar presentatie de aanwezigen geboeid vast te houden. Het is geen presentatie geweest van alleen plaatjes kijken en daarbij wordt dan een toelichting gegeven. Nee, niets van dat alles. Zij presenteerde een zeer divers programma, boeiend en afwisselend en dat allemaal vanuit haar eigen werken.

De deelnemers is bijvoorbeeld gevraagd: "waarom durven mensen niet een presentatie te geven?". Hierop zijn diverse antwoorden gegeven, die ook op een flip-overblad zijn geschreven. Dat ging door tot aan de pauze en na de pauze is zij op dezelfde voet doorgedaan. Wat kwam er allemaal langs deze middag? Natuurlijk haar positieve inspirerende gedichten, de gemaakte beeldhouwwerken, schilderijen, muziek en zang. Bijzonder was haar werk voor slechtzienden en de dove medemens. Door haar uitgevoerde werk en techniek zijn zelfs blinden in staat om te voelen welke kleuren er op haar schilderijen zijn aangebracht. Het is een boeiende en inspirerende middag geweest. Het applaus van de aanwezigen hebben dit duidelijk onderstreept. Na de presentatie bedankte Ger haar en sprak zijn waardering uit voor haar boeiende en ruime programma. Natuurlijk gingen zijn woorden vergezeld met het overbekende doosje Merci en nogmaals een warm applaus van de aanwezigen. Zij die dit alles gemist hebben kunnen nog altijd naar haar website www.gedichtenlaantje.com gaan om meer over haar te weten te komen.

Hierna zijn er drie rondes bingo gespeeld, die zeer spannend zijn verlopen. Er moesten zoveel nummers worden afgeroepen door Greet Roelofs, dat ik zelf dacht "nu heeft de hele zaal bingo". Gelukkig is dat meegevallen. Het is een mooie bijeenkomst geweest met dank aan allen die hieraan hebben meegewerkt.

HANS! *wonen*

met de service en de persoonlijk aandacht als vanouds
maar met een nieuw en geheel eigen
assortiment kwaliteitsproducten voor woningdecoratie

Uit grootmoederstijd

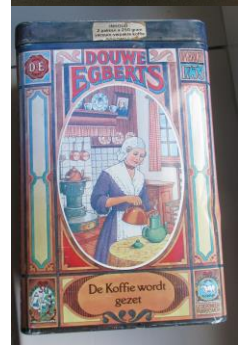
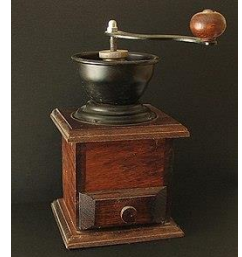
De handkoffiemolen

De ouderwetse handkoffiemolen is nog nauwelijks meer in gebruik, maar wordt nog wel gewaardeerd als een stukje antiek. Ook het gebruik van elektrische molens is sterk verminderd. De oorzaak hiervan is, dat de meeste koffie gemalen te koop is.

Het zelf malen van de koffie heeft als voordeel dat de smaak van de koffieboon beter overkomt. Gemalen koffie verliest zijn smaak sneller dan hele bonen. Het vacuüm verpakken van de koffie ondervangt dit probleem grotendeels (totdat het pak wordt geopend).

Het nadeel van het zelf malen is de ongelijke grootte van de korrels, zodat het voor het zetten van filterkoffie of espresso minder geschikt is. De koffie uit de handmolen is zeer geschikt voor het maken van *pruttelkoffie*. Hiervoor gebruikt men een zogenaamde koffiepercolator, waarover men heet water giet. De gemalen koffie uit een elektrische molen is, omdat deze grondiger wordt gemalen, wel geschikt voor *filterkoffie*.

De twee basismodellen zijn de 'handkoffiemolen', die zittend tussen de knieën werd vastgehouden, en de 'wandkoffiemolen', die aan de wand was bevestigd. Ook had men voor het bewaren van de koffie gedecoreerde bussen ontworpen.



WONINGINRICHTING v.d. WAL
Tapijt Gordijn Vitrage
Binnen- en Buitenzonwering



Homoetsestraat 3
6676 LA Homoet

Tel.: 026-4722307
Mail: a-vdwal@live.nl



Wonen is je thuis voelen

Nieuwe Aamsestraat 84
6662 NK ELST
0481-372162

www.willemsenwonen.nl

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

Heeft u dat nu ook?

Kom ik terug van vakantie. Heb 2 weken lang lekker gegeten en gedronken en veel ijsjes. Durf ik het thuis nog niet aan om op de weegschaal te gaan staan. Wat een opluchting toen ik toch, na één week, die weegschaal opzocht en deze aangaf: low (laag). Even een glimlach. Tja, dit had natuurlijk niks met mijn gewicht te maken. Slechts met de batterij van de weegschaal. Ha, ha! Och, die extra pondjes verdwijnen wel weer tijdens de hectiek van alledag! Nu weer een tijdje extra op de tussendoortjes letten...

Bestuur KBO Elst Overbetuwe



voorzitter + secretaris
Ger Daam



penningmeester
Gerard Verrest



vicevoorzitter
Emmy Hoitink



2^e secretaris
Lidy Sweeren