

NIEUWSBRIEF KBO



afdeling Ede-Bennekom e.o.

jaargang 26, nr. 5 mei 2019



Kernhem

Voorwoord

Pasen is al weer voorbij met alles wat daar bij hoort, want na Palmpasen is er Witte Donderdag met op tv De Passion en Goede Vrijdag. Die dagen zijn nodig om op zaterdag, liefst met een start in het donker de Paasnacht te vieren. Helaas is het in de kerk waar ik naar toe ga door de zomertijd geen donker begin.

Gelukkig hoeven we niet meteen af te kicken van de kerkelijke feesten, want Hemelvaart en Pinksteren komen er aan.

Naast de kerkelijke feesten zijn er de komende tijd ook de nationale feesten. Denk aan 4 en 5 mei, maar ook aan Koningsdag.

Wat voor onze leden feestelijk is, is de jaarlijkse busreis. Dat belooft een mooie dag te worden, want het programma is heel interessant. Nieuw is dat we samen met de PCOB op stap gaan. Ik denk dat dit een ontspannen manier is om met elkaar kennis te maken.

Mary-Ann Borggreve

In dit nummer:

Voorwoord	1
Colofon	2
Belangenbehartiging	2
Van het bestuur	3
Van de Pastor	4
Overleg samenwerking PCOB-Ede	5
Recept muffin	11
Dagje uit	15
Agenda	16

Interessante informatie:

VOA's	5
Verslag ALV	6
Opfriscursus auto	8
Mei Mariamaand	8
PSD 2 / Mediteren	9
Phishing	10
Veilig op internet	10
Praten over het levenseinde	12
Gezondheid	13

Belangenbehartiging

WILT U WETEN WAT WIJ VOOR ELKAAR KRIJGEN?

Wat doen jullie nou allemaal als KBO-PCOB en wat hebben jullie zoal bereikt? Die vraag wordt ons weleens gesteld. Omdat het bijna te veel is om op te noemen, houden we een rapportage bij over wat we per maand voor senioren in Nederland doen en bereiken. U vindt het lijstje op www.kbo-pcob.nl/vereniging/kbo-pcob-belangenbehartiging

Blijf op de hoogte

Schrijf u nu in voor de gratis nieuwsbrief met belangrijk nieuws, informatie over de vereniging en onze acties in de belangenbehartiging: www.kbo-pcob.nl/nieuwsbrieven



KBO-Servicelijn voor KBO leden

KBO leden kunnen met vragen op het gebied van wonen, zorg, welzijn, gezondheid en juridische zaken bij een speciale telefoonnummers terecht. U wordt dan persoonlijk te woord gestaan door ons telefoonteam dat u van een passend antwoord voorziet. Soms is een doorverwijzing beter of meer passend.

KBO Servicetelefoon

030-340 06 55 (maandag t/m donderdag van 10.00 tot 13.00 uur)

KBO Juristentelefoon en Pensioentelefoon

030-340 06 55 (woensdag en donderdag van 13.00 tot 15.00 uur)

Colofon

Voorzitter

Arie v. Alphen, t. 0318 48 44 27
e-mail: arievanalphen@gmail.com

Secretaris

Adri Koch tel. 0318 65 03 68
e-mail: adri.koch@ziggo.nl

Penningmeester

Wim Reimink: t. 0318 63 48 03
e-mail: j.reimink4@upcmail.nl

Contributie

Bankrekeningnummer
NL02 INGB 000 41 76 610
t.n.v. KBO voor Senioren afd.
Ede-Bennekom

Ledenadministratie

Charles Slangen t. 0318 66 88 85
e-mail: charles.slangen@upcmail.nl

Bezorging Nieuwsbrief en KBO-

PCOB Magazine
Coördinator Beer Radstaat
t. 0318 63 29 92
e-mail: g.radstaat@hotmail.com

Pastoraal adviseur

Hans Lucassen t. 0318 65 22 55
e-mail: hanslucassen@hotmail.com

Commissie Ontwikkeling & Ontspanning (O&O)

Coörd. Trudy v. Schoonhoven
t. 0318 64 59 09 / 06 46 89 94 88
e-mail:
trudyvanschoonhoven@planet.nl

Vrijwillige Ouderen Adviseurs (VOA) en Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO)

Frans Bik t. 0318 84 29 92
e-mail: fransbik1@gmail.com
en
Liesbeth Meens t. 0318 64 00 17
e-mail: liesbethmeens@live.nl

Zorg en Welzijn + Ophaalservice

Coördinator Gerda Hiensch
t. 0318 62 10 08 / 06 12 09 46 36
e-mail: j.hiensch@chello.nl

Beheer website en facebook

Annelies Tax t. 0318 61 77 93
e-mail: ataxtames@gmail.com

Belasting Invul Hulpen (BIH)

Coördinator Douwe Ettema
t. 0318 64 58 31 / 06 55 90 06 46
e-mail: ettema.douwe@gmail.com

Redactie Nieuwsbrief

Redacteur Fred Deuning
t. 06 38 15 52 96
e-mail:
jefdeuning22745@freeler.nl +
kbonieuwsbrief@gmail.com

Corrector Mary-Ann Borggreve
Vormgever Erik Erkelens



KBO
Afdeling Ede - Bennekom

Deze Nieuwsbrief kunt u ook lezen op onze website www.kbo-edebennekom.nl

Facebook www.facebook.com/kbo-edebennekom

Volgende kopij uiterlijk inleveren 6 mei 2019

Van het Bestuur

Op 20 maart hadden we onze algemene ledenvergadering waar u mij het vertrouwen gaf om voorzitter te mogen zijn van onze mooie KBO.

Hartelijk dank daarvoor. Ik wil Adri van harte bedanken voor de lange periode, dat hij naast het secretarisschap ook de voorzittersrol op zich nam.

Nu, begin april, zijn we alweer op weg naar Pasen.

In het KBO-PCOB-magazine las ik de spreuk over Pasen: *Pasen openbaart de schoonheid, de zeldzame schoonheid van nieuw leven.* (S.D. Gordon). Ik wens u allen met degene die u lief zijn zeer goede Paasdagen toe.

Sociaal Domein gemeente Ede.

De gemeente Ede heeft aangekondigd op het Sociaal Domein de komende 3 jaar ongeveer 14 miljoen te willen bezuinigen. Ons bestuur maakt zich daar samen met de partners in COSBO verband grote zorgen over. Met name wat dit voor senioren in de gemeente kan betekenen. Een goede analyse van de overschrijdingen lijkt niet beschikbaar. Het heeft er alle schijn van dat de kostenstijging van Jeugdzorg, zoals ook in de rest van Nederland, een rol speelt en bezuinigingen vanuit de centrale overheid naar gemeenten. We hopen, dat de gemeenteraad het tij weet te keren voor de senioren.

Ziekenhuis Gelderse Vallei.

Vanuit Cosbo verband hebben wij de raad van bestuur van het ziekenhuis Gelderse Vallei een brief gestuurd met het verzoek ons aan te geven: Hoe de raad van bestuur het karakter seniorvriendelijk ziekenhuis denkt te borgen? Zoals u waarschijnlijk bekend is, is het keurmerk Seniorvriendelijk vervallen. Vooralsnog is de reactie uit het ziekenhuis via een manager, dat men graag met ons in gesprek wil gaan. Ons bestuur vindt dat antwoord te mager, maar we wachten eerst de uitkomst van het gesprek op 8 april af.

KBO-PCOB Vernieuwt/KBO -Gelderland.

Op de ledenvergadering KBO-Gelderland (KBO-G) van 17 april a.s. verwachten wij te vernemen hoe de koers er het komend jaar uit gaat zien. Een gedegen Plan van Aanpak inclusief een financiële paragraaf vinden wij noodzakelijk.

Op een voorstel tot aanpassing van het reglement van de KBO-Gelderland hebben wij samen met EWARE een amendement ingediend. Dit houdt in, dat wij op basis van jaarrekening cijfers willen, dat de afdracht van contributie plaatsvindt en niet zoals tot nu op basis van begrotingscijfers.

De jaarrekening 2018 van de KBO-Gelderland blijkt een fors tekort te vertonen. We zijn benieuwd welke bezuinigingsmaatregelen het bestuur KBO-Gelderland voorstelt. De reserves zijn beperkt, dat wil zeggen dat niet nogmaals zo'n tekort geleden kan worden.

Bestuur PCOB Ede.

Met het bestuur van de PCOB Ede hebben wij afgesproken een maal per kwartaal een bestuurlijk overleg te hebben.

Pr-activiteiten.

Het bestuur bereidt een aantal concrete zaken voor om onze KBO-afdeling meer bekendheid te geven. Daar hoort bij ledenwerfactie(s), maar ook (nog) actiever naar buiten treden t.b.v. onze leden. In een van de volgende Nieuwsbrieven komen we daar zeker op terug.

Wij wensen elkaar goede dagen toe.

Arie van Alphen



Programma Alzheimer Trefpunt Ede

Donderdag 16 mei 2019: Passende vakanties voor mensen met dementie

Gast: Angelika v.d. Meer, wijkverpleegk. Bethanië / casemanager GV

Donderdag 20 juni 2019: Vrijheid en veiligheid thuis

Gast: Tineke van Sleen, Van Sleen Training en Innovatie

Locatie Alzheimer Trefpunt Ede:

Bethanië - Platteelhof 3, 6711 JK Ede

Informatie: 06 55 07 07 03 Christine v.d. Berg

Inloop: 19.00 uur Programma: 19.30 uur - 21.30 uur

Aanmelden is niet nodig.

e-mailadres: alzheimer-vvg@xs4all.nl

Van de Pastor

“van Goede Vrijdag naar Pasen”

Hij had een droom...
Hij droomde van een maatschappij waar zwarte en blanke mensen als gelijken zouden samenleven.
Die droom kostte hem zijn leven.
Hij was predikant in Montgomery, Alabama, de Verenigde Staten van Amerika.
Hij heette Martin Luther King.



Martin Luther King

Hij had een droom...
Hij droomde van een land waar kansarme boeren de kans zouden krijgen op een menswaardig bestaan.
Deze droom kostte hem zijn leven.
Hij was aartsbisschop in El Salvador.
Hij heette Oscar Arnulfo Romero.



Monseigneur Romero

Hij had een droom...
Hij droomde van een Europa dat bevrijd zou zijn van de moordzucht van een fascistische dictator.
Die droom kostte hem zijn leven.
Hij was studentenpredikant in Berlijn.
Hij heette Dietrich Bonhoeffer.



Dietrich Bonhoeffer



Hij had een droom...
Hij droomde van een wereld die menswaardig is en waar mensen in vrede met elkaar zouden leven en waar naastenliefde gewoon zou zijn.
Die droom kostte hem zijn leven.
Hij ging rond in Galilea, in Judea.
Hij werd rabbi genoemd.
Hij heette Jezus van Nazareth, ook wel Jezus Christus, in wiens Naam mensen dromen blijven dromen...
om het nooit te vergeten, dat er een wereld mogelijk is waar mensen waardig leven mogen...
zonder oorlog, zonder terreur, zonder geweld!

Pastor H. Lucassen

De grootste fout die je in het leven kunt maken,
is altijd bang te zijn een fout te maken.

Dietrich Bonhoeffer

Overleg over samenwerking met PCOB-Ede

In een goede sfeer hebben we met het bestuur van de afdeling van de PCOB-Ede gesproken om meer samen te doen. Nu al kunnen de leden van PCOB en KBO de ledenmiddagen van elkaar bezoeken en hebben we dit jaar de gezamenlijke dagtocht naar Ootmarsum en Enschede.

We zien mogelijkheden op het gebied van zorg. Gemeente en instellingen zien zich geplaatst voor grote opgaven. De keuzes, die zij maken hebben grote invloed op het welzijn van ouderen. Denk aan de bezuinigingen die de gemeente moet doorvoeren door de grote tekorten die zijn ontstaan. Ook de personeelstekorten binnen zorginstellingen zullen gevolgen hebben. Digitalisering is een thema dat steeds meer in de zorg als deel van de oplossingen wordt genoemd. Nu werken we op die gebieden al samen binnen het COSBO en dat willen we blijven doen. Vaak zijn we daarbij volgend. Dat willen we veranderen en daar actief mee aan de slag. Daarom willen we een werkgroep samenstellen die de ontwikkelingen actief volgt en met voorstellen komt voor onze afdelingen en COSBO. We denken aan een werkgroep van 6 personen waarbij elke afdeling zo mogelijk drie leden levert.

Verder zijn er verschillende thema's, denk onder andere aan het tegengaan van eenzaamheid en

veiligheid, waarvoor vaak binnen de gewone ledenmiddagen wat minder ruimte is. Daar willen we samen extra bijeenkomsten voor organiseren. Bijzondere activiteiten, zoals de in maart georganiseerde theatervoorstelling "Dag Mama", zien we als nadrukkelijke mogelijkheden waarin samenwerking tussen beide afdelingen meerwaarde oplevert.

Tenslotte gaan we onderzoeken of we op het gebied van de nieuwsbrieven wellicht op termijn tot één gezamenlijke nieuwsbrief kunnen komen

Kortom veel zaken waarbij onze beide afdelingen en leden veel voordeel kunnen hebben.

Werkgroep zorg

Voor de hiervoor genoemde werkgroep komen we graag in contact met leden, die zich voor dit onderwerp willen inzetten. Heeft u als gebruiker of als werker in de zorg ervaring met het onderwerp en wilt u zich actief inzetten in het belang van senioren? Meldt u dan aan. Wij zullen dan als bestuur graag met u in gesprek gaan om de mogelijkheden te verkennen. U kunt u aanmelden bij onze voorzitter Arie van Alphen of de secretaris Adri Koch (voor e-mailadressen en tel. nummers: zie colofon van deze nieuwsbrief)

Adri Koch

De Vrijwillige Ouderen Adviseurs (VOA's)

Binnen de afdelingen van de PCOB en onze KBO afdeling in de gemeente Ede werken ca. 10 vrijwillige ouderenadviseurs samen om de leden van beide verenigingen van dienst te zijn. Ze komen regelmatig bij elkaar om hun ervaringen uit te wisselen en de VOA-werkgroep wordt gecoördineerd door Herman van den Berg, lid van de PCOB-Ede.

Een vrijwillige ouderen adviseur is een opgeleide vrijwilliger die informatie kan geven over wonen, welzijn, zorg, veiligheid, vervoer en financiën. Deze aandachtsgebieden hebben voor een deel betrekking op de toepassing van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) binnen de gemeente Ede. Ook op dit terrein kunnen de VOA's u adviseren en verwijzen naar de juiste medewerker bij het gemeentebestuur.

Zij kunnen leden ook tijdelijk ondersteunen als klankbord en bovendien fungeren als informatiepunt om te helpen zoeken naar mogelijke oplossingen van problemen. Een betrouwbaar en herkenbaar aanspreekpunt met een gewillig oor. De VOA's verwijst, bemiddelt en adviseert vrijblijvend.

Binnen onze KBO afdeling zijn als VOA Frans Bik en Liesbeth Meens werkzaam. Frans is al sinds 2016 actief en aan Liesbeth is half december 2018 het VOA-certificaat uitgereikt en zij is nu ook als VOA werkzaam.

Schroom niet om contact met een van beiden op te nemen wanneer u behoefte heeft aan advies bij vragen of problemen die u tegen komt in uw eigen woon- en leefsituatie.

U kunt onze VOA's bereiken via de volgende telefoonnummers en e-mailadressen:

- Liesbeth Meens, tel. 0318 64 00 17, email liesbethmeens@live.nl en

- Frans Bik, tel. 0318 84 29 92, e-mail fransbik1@gmail.com

Adri Koch



Liesbeth Meens

Verslag van ALV woensdag 20 maart 2019

Klokslag 14.00 uur opende Adri Koch in zijn functie van a.i. voorzitter deze jaarvergadering en heette iedereen hartelijk welkom.

Daarna werd aan alle aanwezigen gevraagd om voor zover dit mogelijk was, te gaan staan en 1 minuut stilte in acht te willen nemen om alle leden te kunnen herdenken die ons in het afgelopen jaar 2018 ontvallen zijn.

Vervolgens werd door Adri een gedicht van Yvette Avermaete voorgelezen onder de passende naam:

"Dank aan de vrijwilligers"
Er is veel egoïsme in het leven
Velen willen steeds meer en meer
Zijn niet blij met wat we ze geven,
Zeggen praktisch nooit geen "dank u" meer

Gelukkig zijn er nog die om iemand geven
Die steken net iets anders in elkaar
als vrijwilliger gaan ze door het leven
en staan altijd voor een ander klaar.

Ze zijn niet op jacht naar geld en goed
men voelt hun warmte stromen
Ze zijn bescheiden, geven moed
door even maar naar hier te komen.

Waarom geen mooi verdiende complimenten
Voor onze harten van zilver en goud
Waarom geen mooie monumenten
Ze zijn toch uniek, bijzonder en vertrouwd

Vrijwilligers, jullie inzet is belangrijk in ons leven
Daarom wil ik jullie bedanken voor wat je doet
voor alles wat jullie hebben gegeven
de vriendschap en de geschonken moed

Toen kwam de presentielijst langs (53 leden waren aanwezig) en werd tevens door Annelies het financiële jaarrapport over het jaar 2018 rondgedeeld.

Het jaarverslag werd hierna behandeld en goedgekeurd met een woord van dank aan de samenstellers hiervan.

Daarna kwam Wim in zijn functie van penningmeester aan het woord om toelichting te geven op zijn verslag en konden hierover vragen gesteld worden. Wim bedankte de 2e penningmeester Annelies Tax voor haar inzet en hulp gedurende het afgelopen jaar en deelde vervolgens mee, dat er in de toekomst veel veranderingen zijn te verwachten als gevolg van het samengaan KBO/PCOB. Dit proces vraagt toch

meer tijd dan verwacht, doch dit alles dient goed en wel overwogen te gebeuren. Ondanks een begroot tekort voor het lopend jaar 2019 kon toch besloten worden om geen contributie verhoging toe te passen gelet op de financiële reserves van onze afdeling. Dit onderwerp wordt volgend jaar opnieuw te bezien.

Het verslag van de kascontrole commissie luidde bij monde van Jan van den Boom, dat alles zeer goed en duidelijk was bevonden en het voorstel was om decharge aan het gehele bestuur te verlenen.

Dit werd door alle aanwezigen onder applaus aanvaard.

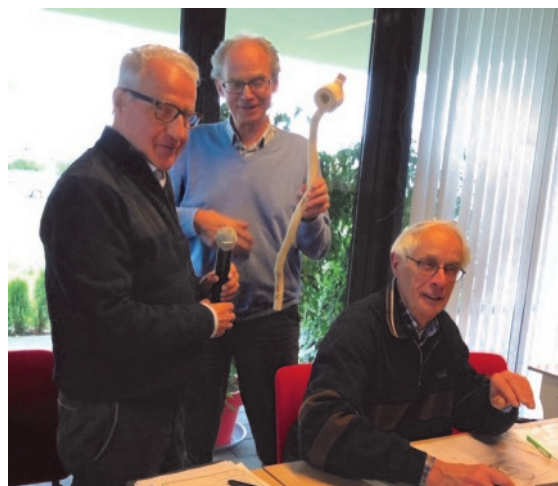
Hierna een pauze van ruim een kwartier waarna de bestuursverkiezing aan de orde kwam.

Adri als 1^e secretaris en Wim als 1^e penningmeester waren beide aan de beurt van aftreden, doch opnieuw herkiesbaar en beiden werden herkozen. Bertus Damman (2^e secretaris) had te kennen gegeven om na een periode van 3 termijnen (is 12 jaar!) te willen stoppen met zijn functie. Hij wilde ons toch niet in de steek laten en zal voorlopig actief blijven. Dit betekent dat nu nog bestuursleden worden gezocht voor de functie van 2^e secretaris en PR (Publiciteit en Reclame) met ondermeer als een belangrijk doel, "ledenwerving".

Als klap op de vuurpijl kon door Adri worden vermeld, dat het na een drietal jaren gelukt is om een nieuwe gegadigde in de persoon van Arie van Alphen te kunnen voorstellen als voorzitter. Vanaf eind oktober 2018 heeft Arie zich al verdiept in het functioneren van de KBO, zowel op plaatselijk, provinciaal als landelijk niveau.

Arie werd met algemene stemmen en onder luid applaus welkom geheten als zijnde *onze* nieuwe

(Vervolg op pagina 7)



Overhandiging voorzittershamer

Vervolg verslag ALV

voorzitter maar nu dus officieel in functie! In zijn welkomstwoord bedankte Arie alle aanwezigen voor het in hem gestelde vertrouwen en Adri Koch voor zijn extra vele werk gedurende de afgelopen 3 jaar, zowel als voorzitter a.i. en tevens als die van 1^e secretaris.

Voorts gaf Arie aan zich graag te willen inzetten voor aandacht en zorg voor ouderen en senioren. Vooral om jongere ouderen hiervoor enthousiast proberen te maken zou een goede doelstelling zijn en hij wil zeker proberen hieraan zijn bijdrage te leveren.

Het volgende ingelaste agendapunt werd nu aan de orde gesteld, t.w.: het bedrag van de totale reserve ongewijzigd te laten, doch op enkele onderdelen hiervan met het oog op de toekomst een bestemming toe te wijzen. Dit voorstel werd door alle aanwezigen ondersteund.

Vervolgens kon een nieuw reserve lid voor de kascontrole worden benoemd in de persoon van Cees Govers.

In de rondvraag werd een vraag gesteld betrekking hebbend op de kosten van onze Nieuwsbrief, welke door Wim naar tevredenheid werd beantwoord.

Door Trudy van Schoonhoven werden nog enkele geplande activiteiten in het lopende jaar 2019 toegelicht o.a.: knutselmiddag, etentje eind april en de busreis op 25 mei 2019, met lunch en diner, naar Ootmarsum en Enschede. Nadere mededelingen hierover zullen binnenkort worden gedaan.

Om 15.55 uur werd door de nieuw benoemde voorzitter de vergadering afgesloten met een woord van dank voor aller aanwezigheid en een goede thuiskomst gewenst aan ieder.

Bep Reimink



Het oude bestuur neemt afscheid



Een deel van de aanwezige leden



Maandelijks inloopspreekuur voor senioren met vragen over reizen met het openbaar vervoer. Hoe vraag ik de OV-chipkaart aan, hoe werkt de 40% samenreiskorting, welk abonnement past het beste bij mij? De OV-ambassadeurs geven graag advies op maat.

Ook kunnen ze stap voor stap op de computer laten zien waar en hoe u uw reis kunt plannen.

Wanneer: 22 mei 2019, 26 juni 2019.

Tijd: woensdag van 10.00 - 11.30 uur

Locatie: Cultura, Molenstraat 45, Ede

Welkom nieuwe leden

1. Dhr. N. Melssen
2. Mevr. H. Kerseboom
3. Dhr. G. de Waal
4. Mevr. H. de Waal-Peters
5. Dhr. S. Hooi

Opfriscursus automobilist voor senioren

De VVN Opfriscursus bestaat uit drie onderdelen:

Doe de online verkeerstest

Met de online verkeerstest van Veilig Verkeer Nederland ontdekt u in 2 minuten of uw kennis van de verkeersregels nog up to date is. Doe de online verkeerstest op vvn.nl/opfriscursus.

Gratis uw verkeerskennis opfrissen?

Inwoners van Ede kunnen hun kennis van verkeersregels gratis laten bijspijkeren. In twee bijeenkomsten praat een gecertificeerde voorlichter van VVN u bij over alle verkeersregels die in de loop der jaren veranderd zijn. Denk daarbij aan de turbotorondes, spitsstroken, nieuwe belijningen, enz. Er is ruimte voor vragen en inbreng van eigen ervaringen. Deze opfriscursus is bedoeld voor verkeersdeelnemers vanaf 65 jaar.

De bijeenkomsten zijn op donderdag 2 en 23 mei, van 10.00 tot 12.00 uur.

Locatie: De Open Hof, Hoflaan 2 Ede. U wordt beide dagen verwacht.

Aanmelden per e-mail naar steunpuntoost@vvn.nl of telefonisch bij 0575 51 01 44. Vermeld in de e-mail "Opfriscursus Ede" en uw naam, adresgegevens, geboortedatum en telefoonnummer. Voor meer informatie bellen met 0575 51 01 44.

Maak een praktijkrit in uw eigen auto

U kunt zich daarnaast opgeven voor een praktijkrit. Met een gecertificeerde docent maakt u, in uw eigen auto, een rit. Na afloop krijgt u een persoonlijk en deskundig advies over uw rijstijl.

Bron: Veilig Verkeer Nederland

Er op uit met Maria in de Mariamaand

Een week voor Pinksteren op zaterdag is er in Amersfoort de zogenaamde Vrouwevaart. Dit is een processie, die herinnert aan het mirakel van Amersfoort. Het mirakel betreft een Mariabeeldje dat in de Eem is gevonden in 1444. Heel veel wonderen zijn sindsdien gebeurd en Amersfoort werd een belangrijke bedevaartsplaats.

Op 11, 18 en 25 mei zal Waterlijn Amersfoort een zogenaamde "uitgebreide" Vrouwevaart organiseren; een rondvaart plus wandeling langs plaatsen die te maken hebben met het Mirakel van Amersfoort. Deze Vrouwevaart zal in de Oud-Katholieke kerk beëindigd worden, waar gastvrouwen en gastheren van deze kerk de deelnemers zullen informeren over diverse kerkschatten, zoals onder andere het paneel en de restanten van het Mariabeeldje. Na overleg is ook besloten het Mirakelboek tentoon te stellen. Ik kan u deze tocht aanraden. Een paar jaar geleden hebben Theo en ik 's morgens vroeg aan de processie deelgenomen en daarna de beschreven tocht met de Waterlijn gedaan. Echt een aanrader. Inlichtingen en bespreken bij De Waterlijn, www.amersfoort-rondvaarten.nl Tel: 033 46 54 636



Pelgrimsteken Vrouwevaart



In het Amersfoortse Mirakelboek werden de mirakelen/wonderen genoteerd die de bedevaartgangers tussen 1444 en ca. 1545 hebben ervaren. Het origineel is wonderlijk genoeg verdwenen, er zijn nog wel drie afschriften bekend. Eén berust bij het Archief Eemland, één in de Koninklijke Bibliotheek te Brussel en één in de oud-katholieke kerk van de H. Georgius te Amersfoort. Daar ligt dit Mirakelboek sinds eeuwen veilig in een kluis. Af en toe komt het tevoorschijn bij een tentoonstelling of op speciale dagen, maar dan nog kan men slechts een paar bladzijden bekijken. Het overgrote deel blijft verborgen, ook is het oude handschrift niet makkelijk leesbaar.

Mary-Ann Borggreve

Nieuwe betalingswet PSD2

KBO-PCOB pleit voor heldere informatievoorziening

28-03-2019

Voor betalingsverkeer is een nieuwe wet ingegaan: PSD2. Wat de wet precies regelt, is ingewikkeld, ook voor senioren. KBO-PCOB dringt daarom aan op goede informatievoorziening.

PSD2 is een nieuwe Europese wet voor betalingsverkeer. Deze nieuwe wet is gericht op onder meer het creëren van nieuwe manieren van bankieren. Vóór PSD2 had alleen uzelf toegang tot uw betaalrekening bij uw bank. Door de nieuwe wet kunt u derde partijen toegang geven tot uw online betaalrekening. Daardoor kunt u op nieuwe manieren bankieren, maar alleen als u daar zelf toestemming voor geeft. PSD2 is bedoeld voor vrijwel iedereen -consumenten, bedrijven, banken en betaalinstellingen- die langs girale weg geld betaalt of ontvangt. PSD2 regelt bijvoorbeeld het betalen met een betaalpas in een winkel of het afrekenen van online aankopen.

Veiligheid en nieuwe diensten

Het doel van PSD2 is meer concurrentie, meer innovatie, een betere consumentenbescherming en meer veiligheid in het Europese betalingsverkeer. Ook maakt PSD2 nieuwe diensten mogelijk. Hierbij kunt u bijvoorbeeld denken aan het maken van een digitaal huishoudboekje als u meerdere rekeningen heeft. Dit kan voordelen hebben als u een lening of een hypotheek wilt afsluiten.

Klanten goed informeren

Omdat PSD2 voor veel mensen best ingewikkeld is, hebben diverse consumenten- en belangenorganisaties zoals KBO-PCOB er op aangedrongen dat klanten goed geïnformeerd moeten worden.

Op dit moment loopt de informatiecampagne over de PSD2.

Lees meer informatie en vindt het antwoord op psd2bankieren.nl/wat-is-psd2/meer-weten-over-psd2

Veiligheid en nieuwe diensten

Het doel van PSD2 is meer concurrentie, meer innovatie, een betere consumentenbescherming en meer veiligheid in het Europese betalingsverkeer. Ook maakt PSD2 nieuwe diensten mogelijk. Hierbij kunt u bijvoorbeeld denken aan het maken van een digitaal huishoudboekje als u meerdere rekeningen heeft. Dit kan voordelen hebben als u een lening of een hypotheek wilt afsluiten.

Klanten goed informeren

Omdat PSD2 voor veel mensen best ingewikkeld is, hebben diverse consumenten- en belangenorganisaties zoals KBO-PCOB er op aangedrongen dat klanten goed geïnformeerd moeten worden.

Op dit moment loopt de informatiecampagne over de PSD2.

Lees meer informatie en vindt het antwoord op psd2bankieren.nl/wat-is-psd2/meer-weten-over-psd2

Mediteren gezond voor ouderen

Uit onderzoek blijkt dat mediteren veel positieve gezondheidseffecten heeft. Speciaal ook voor ouderen. Zo blijkt dat het geheugen en de concentratie er door worden verbeterd. Ook verlaagt het de bloeddruk en versterkt het het immuunsysteem. Dit zijn uitkomsten van een onderzoek aan de universiteit van Californië in Los Angeles.

Gelukkig is mediteren tegenwoordig steeds gewoner. Het wordt niet meer gezien als iets vaags en ongewoons. Mogelijk is dit mede te danken aan de grote populariteit die Mindfulness heeft weten te verwerven. Daardoor ligt mediteren binnen ieders bereik. Het is goed te weten dat mediteren meer is dan 20 minuten stil zitten op een kussentje in een lastige houding. Er zijn hele effectieve meditaties van 3 minuten. Iets om mee te beginnen als je nog



niet eerder hebt gemediteerd. Doordat Mindfulness inmiddels goed is ingeburgerd is er ook altijd een mindfulness meditatie centrum in Amersfoort te vinden. Lees daarover meer op 60andMore.com.

Bron: Stad Amersfoort

Special internet

Phishing (nep e-mails)

Phishing is een vorm van internetfraude waarbij de oplichter het slachtoffer naar een valse webpagina lokt. Deze vorm van internetfraude vindt meestal plaats via e-mail en heeft als doel het verkrijgen van persoonlijke (bank)gegevens.

Hoe herkent u een Phishing-mail?

- Er staan spelfouten in de e-mail.
- De e-mail heeft vaak een onpersoonlijke aanhef. Bijvoorbeeld 'Geachte relatie' of 'Beste klant'. Maar let op: ook wanneer u met naam en toenaam wordt aangesproken kunt u te maken hebben met een phishingmail.
- Er is zogenaamd haast geboden. U moet bijvoorbeeld snel betalen.
- De e-mail is van een vreemd uitziend e-mailadres afkomstig.
- De links in de mail gaan naar webadressen die er vreemd uitzien. Controleer dit door met uw

muisaanwijzer op een link in de mail te gaan staan, zonder erop te klikken. U ziet het webadres nu in een kleine melding of helemaal onder in het beeldscherm. Maar let op: veel organisaties, waaronder bijvoorbeeld SeniorWeb maar ook KBO Gelderland, gebruiken een speciaal programma voor grote mailings zoals nieuwsbrieven. KBO Gelderland heeft er recent voor gekozen om een [visuele link](#) te plaatsen in de mail waarmee de Nieuwsflits wordt verspreid. Zo ziet u direct dat het hier echt de Nieuwsflits betreft.

De website van KBO Gelderland is helaas al een aantal keer "slachtoffer" geworden van pogingen tot phishing en spam. Dit is vervelend en helaas niet altijd te voorkomen. Twijfelt u na bovenstaande check over een mailtje van KBO Gelderland? Belt u ons dan ter controle 0481 45 02 52 of stuur een berichtje naar karingoes@kbogelderland.nl.

Veilig op internet

Kent u die berichten die als kop hebben: "Telecombedrijf gehackt" of "criminelen hebben 120.000 accountgegevens gestolen"? Hebt u enig idee hoe u uw eigen risico verlaagt om slachtoffer te worden van cyberaanvallen? Wel, lees dan verder.

Internet

Internet is een aaneenschakeling van computers, servers en opslag. Servers zijn grote computers die veel data kunnen opslaan en veel verbindingen hebben met andere computers. Als u de laptop aanzet, de tablet of de smartphone, ze maken verbinding met internet zodra ze aan staan. Dan is de vraag of e-mail er ook onder valt. Ja, e-mail vanaf de computer thuis maakt contact via internet met de postvakken IN en UIT van een provider, of dat nu Ziggo, Outlook, KPN, Gmail of een andere is.

Veiligheid

Veiligheid heeft meerdere gezichten. Eén aspect is de mogelijkheid tot verlies. Als een computer kapot gaat is mogelijk ook alles wat er op staat verloren. Daarom is het veilig om regelmatig een back-up te maken van bestanden zoals brieven, digitale foto's, aangiftes en e-mail berichten.

De veiligheid waar hierna aandacht voor is gaat over het gebruik van internet.

Surfen

Iedereen die naar websites gaat loopt het risico op een virus, een besmetting van de eigen computer

door bezoek aan een besmette. Berucht zijn websites van Russische 'mooie meiden' of plekken waar illegale software of films zijn te downloaden. Maar de cybercriminelen zijn ook steeds slimmer aan het worden. Ze maken websites na die dan lijken op onze 'betrouwbare' banken. Men wordt dan naar de site toe gelokt door een bericht met een verzoek. 'Zou u even uw account willen controleren?' Sommige KBO-leden ontvangen ook telefoontjes "Ik ben van Microsoft" hoor je dan "u hebt een probleem dat wij kunnen oplossen". Ga er niet op in, hang op.

Let op

Wat zijn uw mogelijkheden om risico te verkleinen? U moet in ieder geval een firewall hebben. Een firewall is de bescherming die niet alle verkeer van en naar uw computer toelaat, een filter dus. Die is in Windows standaard al geïnstalleerd en diverse betaalde antivirus programma's installeren een eigen firewall. Gebruik een browser die goed te beveiligen is. De beste keus is FireFox. Dit programma is ook nog uit te breiden met extra's zodat het nog safer wordt. Ook op Apple apparaten werkt FireFox.

Het is zaak dat u weet wat u doet met e-mail. Ook hier loert gevaar. U kunt zomaar een berichtje krijgen van een familielid met het verzoek om even € 2000 over te maken, want hij of zij zit in acute nood. Natuurlijk doet u dat, het is tenslotte familie.

(Vervolg op pagina 11)

Vervolg veilig op internet

Fout! Benader de persoon zelf eerst even en niet via e-mail, grote kans namelijk dat een crimineel u erin probeert te luizen.

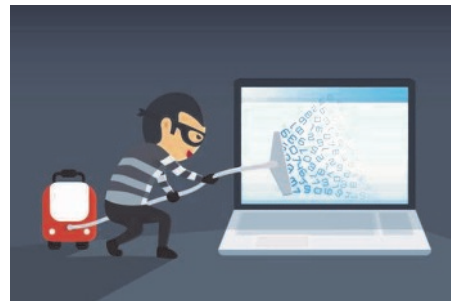
Windows

Er zijn vele instellingen in Windows die helpen bij de bescherming van uw eigen bestanden en computer. Er is helaas te weinig ruimte om dat allemaal op te sommen, maar u kunt (in Windows 10) via 'Instellingen' en 'Privacy' veel aanpassen. Zet in ieder geval bij Algemeen de reclame uit en bij Locatie kunt u zich ook afvragen of u die wilt prijsgeven.

Updaten

Omdat er gedurende de levenscyclus van software elke keer weer zwakke plekken of fouten gevonden worden is het zeker belangrijk updates op te halen. Ze helpen u goed beschermd te zijn.

Erik Erkelens



Ontmoetingsmiddag voor senioren



Op elke 2^e woensdag van de maand om 14.00 uur wordt er door de parochie een ontmoetingsmiddag voor senioren georganiseerd. Deze vindt plaats in het nieuwe parochiecentrum van de Antoniuskerk, Stationsweg 112 te Ede. Indien vervoer een probleem voor u is, kunt u contact opnemen met het secretariaat van Katholiek Ede, tel. 0318 61 06 92.

Recept: Muffins met bos- of blauwe bessen

Ingrediënten - voor 12 stuks

275 gr. zelfrijzend bakmeel
70 gr. suiker
2 theelepels bakpoeder
zout
snufje nootmuskaat
2 dl. karnemelk of melk
100 gr. gesmolten ongezoeten boter
2 eieren, losgeklopt
150-200 gr. bos- of blauwe bessen

Bereiden

Meng het gezeefde bakmeel, suiker, bakpoeder, zout en nootmuskaat. Maak in het midden van dit mengsel een holte en doe hierin de (karne)melk, boter en eieren. Meng alles goed en roer de bessen erdoor. Doe de cupcake papiertjes in de

muffinbakplaat. Vul de papieren vormpjes of de holtes van een ingevette muffinbakplaat voor $\frac{2}{3}$ deel met het beslag. Hebt u geen muffinbakvorm maar alleen de papieren cupcake vormpjes, pas dan op dat de muffins niet vormvast worden en houdt rekening met het rijzen van het beslag. Verwarm de oven op 200 °C voor. Bak de muffins in 25 tot 35 minuten gaar en lichtbruin op 200 °C in het midden van de oven. Laat ze dan iets afkoelen, neem ze uit de muffinvorm en laat ze op een rooster verder afkoelen.

Als u liever margarine gebruikt in plaats van boter kan dat. Alleen de smaak en substantie is iets anders.

Erik Erkelens

Praten over het levenseinde is van groot belang voor senioren

Uit het grote KBO-PCOB-onderzoek over de manier waarop senioren omgaan met het levenseinde, blijkt dat negen op de tien senioren hier regelmatig over nadenken. Driekwart praat er ook met anderen over. Een heldere geest tot het einde toe en het leven in dankbaarheid afsluiten, dat is wat het merendeel van de senioren zichzelf toewenst. Dit blijkt uit een representatief onderzoek onder 1300 senioren. De belangrijkste aanleiding om over het levenseinde na te denken, is het ouder worden zelf, gevolgd door een sterfgeval in de nabije omgeving. Meer dan acht op de tien senioren hebben weleens nagedacht over een wilsverklaring en de helft daarvan heeft er daadwerkelijk ook een. De onderwerpen die het meest voorkomen in de wilsverklaring zijn: niet-reanimeren, stoppen met behandeling in bepaalde situaties, beslissingsbevoegdheid door anderen, het gebruik van sedatie zoals morfine, en orgaandonatie.

Bespreken van levensvragen

De dood en de laatste levensfase roepen bij nagenoeg alle deelnemers aan het onderzoek levensvragen op. De vier meest genoemde vragen zijn: ben ik tevreden over het leven dat ik heb geleid, hoe moet het verder met mijn naasten, ben ik anderen niet tot last en is er leven na de dood? Volgens driekwart van de senioren is het belangrijk om deze levensvragen te bespreken met anderen. Manon Vanderkaa: 'Het gesprek voeren over wat je wensen zijn voor je laatste levensfase is van groot belang. Daarom stimuleren wij, ook als partner in de Coalitie van Betekenis tot het Einde, het gesprek hierover. Wij horen ook terug dat senioren het prettig vinden om hun gedachten en gevoelens te delen.'

Kracht in moeilijke tijden

De meeste kracht of troost tijdens moeilijke periodes van het leven verkrijgen senioren door bezig te

blijven met de dagelijkse activiteiten, gevolgd door de omgang met mensen uit de naaste omgeving zoals de partner en naaste familie en de eigen levensovertuiging. De levensbeschouwelijke visie die het meest helpt in moeilijke tijden is de ervaring dat er een God of een hogere macht is die het leven richting geeft, gevolgd door meditatie en bidden. Ook de schoonheid van de natuur, muziek en literatuur spelen een belangrijke rol.

Wensen voor de eigen uitvaart

De wensen met betrekking tot de uitvaart zijn door de meeste senioren besproken met hun naasten. Zij bespraken onder meer de voorkeur voor begraven of cremeren. In het onderzoek geeft zo'n 60 procent van de respondenten aan te kiezen voor cremeren, tegen 30 procent voor begraven. Slechts 20 procent heeft de eigen uitvaart tot in detail uitgewerkt en 25 procent heeft juist helemaal niets gepland. Het grootste deel, 55 procent, heeft de hoofdlijnen voor de eigen uitvaart vastgesteld.

Gebruik van levenseindepil

Over het gebruik van de zogenoemde levenseindepil, medicijnen die mensen zelfstandig kunnen innemen als zij hun leven voltooid achten, zijn senioren verdeeld. Drie op de tien senioren zouden deze medicijnen graag in hun bezit hebben, nog eens drie op de tien twijfelen eraan en een derde is er zeker van dat ze deze nooit zullen gebruiken.

Themanummer magazine

In het aprilnummer van het Magazine van KBO-PCOB staat het thema Leven en dood centraal. Dit nummer is verschenen op dinsdag 26 maart. Geïnteresseerden kunnen een bewaarexemplaar aanvragen.

Bron Nieuws KBO-PCOB 28-03-2019

Sterven doe je niet ineens, maar af en toe een beetje. En alle beetjes die je stierf, 't is vreemd, maar die vergeet je. Het is je dikwijls zelf ontgaan, je zegt: 'Ik ben wat moe.' Maar op een keer dan ben je aan je laatste beetje toe.

Toon Hermans

Persoonlijke gezondheidsomgeving

Bruins: iedereen kan kosteloos gebruik gaan maken van een persoonlijke gezondheidsomgeving

Vandaag heeft minister Bruno Bruins (Medische Zorg) een regeling aangekondigd, waarmee het voor iedere Nederlander mogelijk is om de komende jaren kosteloos gebruik te maken van een digitale persoonlijke gezondheidsomgeving. Hiermee kun je als patiënt zelf bepalen of en met welke zorgverleners je jouw medische gegevens deelt.

Persoonlijke Gezondheidsomgeving (PGO)

Een PGO is een digitaal hulpmiddel, bijvoorbeeld een website of app, waarmee je toegang hebt tot je eigen gezondheidsgegevens. Met een PGO krijgen patiënten meer regie over de eigen gezondheidsgegevens. In een gezondheidsomgeving kan iedereen dus straks de gegevens zien die bijvoorbeeld jouw huisarts, apotheek en ziekenhuis over jou hebben verzameld. Daarnaast bieden de PGO's allerlei mogelijkheden tot ondersteuning van een gezonde leefstijl, zoals

bijvoorbeeld het thuis meten en vastleggen van je hartslag.

Gebruikersregeling

De gebruikersregeling is een tijdelijke financieringsregeling voor de leveranciers van de persoonlijke gezondheidsomgeving. De gebruikersregeling is geen subsidie, iedere leverancier kan zich inschrijven en er zit geen limiet aan het aantal gebruikers. De leveranciers dienen te voldoen aan het MedMij-label waardoor gezondheidsgegevens veilig uitgewisseld kunnen worden.

Planning

Binnenkort maakt de Patiëntenfederatie een PGO-keuzehulp beschikbaar, die mensen kan helpen bij het kiezen van de PGO die het beste bij hun wensen en gezondheidssituatie past. De eerste regeling loopt van 1 oktober 2019 tot eind 2020.

Bron rijksoverheid - Nieuwsbericht 12-03-2019

Een goede gezondheid

Rond verjaardagen wensen wij elkaar naast andere wensen vooral een goede gezondheid. Als je ouder wordt is het verstandig om je leefpatroon en voeding aan te passen aan de veranderingen. In de vorige nieuwsbrief is al aandacht besteed aan bewegen, maar nu ligt de nadruk op eten.

Ander soort leven

De 50 jaar voorbij zorgt bij de meeste mensen voor een iets ander leefpatroon, de kinderen de deur uit, de baan minder fysiek. Er is dan meestal iets meer te besteden en er gaat dan nogal gemakkelijk meer lekkers gegeten worden. Dat stroomt eigenlijk niet met minder bewegen. In onze hele maatschappij zien we trouwens dat het aantal horecabedrijven al een aantal jaren toeneemt.

Facetten van gezonde voeding

Het voedingscentrum komt al jaren uit met advies door middel van de 'Schijf van vijf'. Dat is de verdeling in vakken: groente en fruit (1), smeer- en bereidingsvetten (2), zuivel, noten, vis, peulvruchten, vlees en ei (3), brood, graanproducten en aardappelen (4) en dranken (5). De goede verhouding tussen deze 5 is belangrijk. Varieer ook. Het gevaar ligt op de loer dat mensen alleen eten klaarmaken dat ze lekker vinden. Als je bijvoorbeeld bonen vermijdt omdat je die niet lekker vindt is het goed om goede vervangers te eten of leer bonen lekker klaarmaken! Dit geldt ook voor vlees: wil je minder vlees eten, kies dan voor meer noten of bonen om toch de juiste voedingsstoffen binnen te

krijgen. Voor ouderen is het ook belangrijk om te kiezen voor meer vezelrijke voeding. Gebruik minder verzadigde vetten en pas op dat het meeste eten vers is.

Gevaren bij ouder worden

Hoe ouder iemand wordt, hoe moeilijker het is om te veranderen van gewoonte. Dus als je wilt investeren in jouw eigen gezondheid, doe het nu! Hoe meer kwalen er opdoemen hoe moeilijker het wordt om ook nog aandacht te hebben voor bewegen en goede voeding. Doordat veel ouderen minder buiten komen is ook de aanmaak in het eigen lichaam van vitamine D minder, dus is het goed om dit aan te vullen via eten van onder andere vette vis, omega 3 vetzuren zijn hier de werkzame stof. Zie ook verderop.

(Vervolg op pagina 14)



Vervolg een goede gezondheid

Biologisch eten

Een voordeel van het eten van biologisch of EKO voedsel is dat veel biologische groenten en fruit iets meer vezels bevat dan de gewone varianten. Dat komt doordat biologische teelt alleen gebruik maakt van natuurlijke compost / mest en niet van kunstmest. Biologisch eten is niet aantoonbaar gezonder, aangenomen dat er in niet biologisch voedsel geen resten zitten van bestrijdingsmiddelen.

Extra vitaminen

Vijftigplussers hoeven geen vitaminepillen te slikken als ze gewoon leven en eten, met uitzondering van vitamine D. Gewoon leven is dus dat je genoeg lichaamsbeweging krijgt. Gewoon eten betekent dat je gevarieerd eet, dus een keer vlees bij de maaltijd, een keer vis (op vrijdag) op tafel hebt en de voorkeur geeft aan verse producten. Vergeet groenten en fruit dan ook niet. Pas als de huisarts of specialist vitaminen voorschrijft is het echt nodig. Zelfs het slikken van een vitamine C pil als de R in de maand zit is overbodig voor mensen die gevarieerd en gezond eten.

Vitamine D-supplementen voor bepaalde groepen

Sommige groepen hebben meer vitamine D nodig dan ze uit zonlicht en voeding kunnen halen. Zo is voor ouderen aangetoond dat een vitamine D-supplement het risico op vallen en botbreuken kleiner maakt. Vrouwen vanaf 50 jaar wordt aanbevolen om dagelijks een supplement 10 microgram vitamine D per dag te nemen. Als je overdag niet veel in de zon komt, geldt dit advies ook voor mannen. Vrouwen en mannen boven de 70 jaar wordt aanbevolen om een supplement van

20 microgram per dag te nemen. Blijf daarnaast natuurlijk wel fruit en groenten eten.

Minder eten

Waarom heb ik minder eten nodig naarmate ik ouder word? Een gevolg van ouder worden is dat jouw spieren afnemen in omvang. Spieren verbruiken meer energie dan vetweefsel. Omdat je spiermassa afneemt, heb je dus minder energie nodig en daarom ook wat minder eten. Ook kan ouder worden betekenen dat je minder beweegt. Wanneer je minder beweegt heb je ook minder eten nodig. Als je je warm kleedt verbrand je ook minder calorieën.

Na je 50ste verjaardag is het advies daarom om wat minder te gaan eten. Dat kan bijvoorbeeld door net iets minder producten met koolhydraten te eten, bijvoorbeeld een boterham minder bij de lunch en een opscheplepel pasta of een aardappel minder bij het avondeten.

Omdat je minder calorieën nodig hebt, is het extra belangrijk dat je eten voldoende voedingstoffen bevat, zoals eiwit, vitaminen en mineralen.

Tot slot

Er zijn de laatste jaren ontzettend veel onderzoeken gedaan die verbanden hebben aangetoond tussen een eetpatroon en een ziekte. Besef dus dat voeding op den duur een duidelijke invloed heeft op de gezondheid.

Erik Erkelens

Met dank aan het Voedingscentrum (www.voedingscentrum.nl)

Bezoek zieken en eenzamen



Kent u situaties waarin het belangrijk is dat we aan een lid van onze KBO afdeling aandacht geven door middel van een bloemetje of iets dergelijks of haar of hem een bezoek brengen? Neemt u daarvoor contact op met de coördinator van de werkgroep Zorg en Welzijn Gerda Hiensch, tel. 0318 62 10 08 of 06 12 09 46 36

Ophaal service

Voor KBO-leden die slecht ter been zijn en moeilijk met het openbaar vervoer of met de regiotaxi kunnen reizen, proberen we op de derde woensdag van de maand vervoer te regelen om naar de KBO-middag te komen. Leden die van deze regeling gebruik willen maken, moeten dit wel tijdig doorgeven aan de coördinator Gerda Hiensch (Zorg & Welzijn). Melden moet uiterlijk de vrijdag vóór de activiteit. De kosten zijn € 2 per persoon. U wordt met de auto opgehaald en na afloop weer thuisgebracht. De gegevens van Gerda vindt u terug bij kolom Colofon.



Dagje uit, schatten kijken in Utrecht

De Münster Domschat schittert in Museum Catharijneconvent van 8 maart t/m 10 juni 2019.

In de Dom van Münster worden al eeuwenlang oogverblindende rijkdommen bewaard. De meest wonderbaarlijke voorwerpen gemaakt van goud en zilver, edelstenen en exotische materialen uit alle windstreken zijn sinds de middeleeuwen samengebracht en samen gebleven. Deze schat heeft oorlogen, rampspoed en beeldenstormers overleefd en verlaat nu voor het eerst in de geschiedenis de schatkamer in Münster om in Museum Catharijneconvent te schitteren...

Wat u hier hierboven las is het begin van een persbericht.



Theo en ik zijn naar het Catharijneconvent gegaan om deze schat te bewonderen en kwamen zodoende ook aan de weet dat Utrecht ook over dergelijke rijkdommen heeft beschikt. Deze zijn verloren geraakt, niet doordat ze gestolen of verbrand zijn, maar omdat ze zijn omgesmolten om schulden te kunnen betalen. Gelukkig is in Utrecht het archief bewaard gebleven en is bekend dat de schatten van Münster en Utrecht op elkaar leken. Behalve mooie voorwerpen bestond de Domschat ook uit relieken. Deze relieken zijn gered. Zij bevinden zich in het hoofdaltaar van de oudkatholieke Gertrudiskathedraal in Utrecht.

Wij hebben ons bezoek aan deze tentoonstelling uitgebreid met een speciale stadswandeling, die ging langs punten, die verband hielden met de tentoonstelling. We eindigden in de Gertrudis, waar enkele relieken te zien waren.

Na een tijdje werd de oudkatholieke rondleider zo enthousiast dat hij ons mee nam naar de sacristie, om ons daar nog van alles te laten zien, onder andere een voorzetsel dat gemaakt was van een trouwjapon.

Op 18 mei en 1 juni kunt u nog deze speciale rondwandeling maken.

Kosten € 8,00 per persoon.

Aanmelden bij het Gilde Utrecht tel: 030 23 43 252 of e-mail: post@gildeutrecht.nl

Mary-Ann Borggreve

*De tuin van liefde is oneindig groen en draagt veel vruchten, sommige verdrietig, andere blij.
Liefde staat achter elke vorm, zonder herfst, zonder lente, altijd fris.
Rumi (1217-1273)*

Pastoor Henri ten Have op TV - in Frankrijk

Vorige maand vertelde Jean dat hij een bijzonder filmpje op TV gezien had. Over Pastoor ten Have, die missen opdroeg in Zuid-Frankrijk. Niemand anders van ons had het gezien, dat kon toch niet waar zijn? Maar.... een dag later noemde Jean datum, zender en titel. En ja hoor! Met 'programma gemist' zagen we een heel sympathiek filmpje over de missie van 3 priesters op reis door Frankrijk en Andorra. Bij gebrek aan eigen priesters had de plaatselijke bisschop gevraagd om in de diverse kleine plaatsjes de Heilige Mis te vieren. Omdat het ook onze eigen Pastoor Ten Have betreft is het voor KBO-leden natuurlijk leuk om er ook wat van te zien. We maakten een 10-minuten clip van de uitzending

die u zien kunt op youtu.be/ISA5jiMbziU

Bron: Nieuwsbrief KBO Veenendaal



Agenda KBO en PCOB

Op de bijeenkomst van KBO Ede-Bennekom en PCOB-Ede, Bennekom en Lunteren zijn de leden van beide seniorenverenigingen van harte welkom. Bij activiteiten met een beperkte capaciteit hebben leden van de eigen afdeling voorrang.

KBO Programma mei t/m augustus

- Woensdag **15 mei**: KBO-middag vervalt
- Woensdag **19 juni**: Programma voor deze middag is nog niet bekend
- Woensdag **21 augustus**: feestmiddag voor KBO 80- en 90-jarigen op uitnodiging
De bijeenkomsten vinden plaats in de zaal van het appartementencomplex "De Bosroos", hoek rotonde Proosdijweg / Veenderweg. Ingang aan de Rozenlaan. Aanvang 14.00 uur.
- Vrijdag **10 mei**: "Samen uit eten" bij het eethuis "De Heksenketel" in Ede. Leden die het fijn en gezellig vinden om samen te willen lekker eten zijn van harte welkom. Je kunt je aanmelden bij Marja Ankoné.
- Voor meer informatie over "Samen uit eten" en de "Leeskring", neem contact op met Marja Ankoné, tel. 0318 62 00 31
- Donderdag **23 mei**: Busreis KBO-PCOB naar Ootmarsum en Enschede. Voor informatie: zie Nieuwsbrief nr. 3 april 2019.

PCOB Ede Programma mei

- Maandag **20 mei**: lezing door Tini Brugge over "Kloostertuinen"
- De bijeenkomsten van de PCOB beginnen om 14.30 uur en duren tot uiterlijk 16.45 uur. De bijeenkomsten van de PCOB beginnen om 14.30 uur en duren tot uiterlijk 16.45 uur. De locatie is Ons Huis, Kerkelijk Centrum bij de Taborkerk, Hovystraat 2, 6713 PZ in Ede. Vanaf 14.00 uur staan koffie en thee klaar.

PCOB Bennekom Programma mei t/m juni

- Geen programma in mei
- Locatie voor de activiteiten: Gemeentecentrum De Brink. Brinkstraat 39 in Bennekom

PCOB Lunteren Programma mei t/m juni

- Maandag **27 mei**: Laatste middag van het seizoen 2018-2019 wordt gehouden in het Meestershuis achter de Oude Hervormdekerk aan de Dorpstraat in Lunteren.
- PCOB Lunteren staat dan ook stil bij het 30-jarige bestaan van de vereniging. Vanaf 14.00 uur staat de koffie en thee klaar. Om 14.30 uur opent voorzitter dhr. J.D. Hassink de middag. Dhr. Bert Riebergen, verhalenverteller, luister deze middag op. Ook zal de nieuwe politieagent aanwezig zijn om te vertellen over veiligheid en babbeltucs. Het is een middag voor KBO-leden en alle geïnteresseerden. Alle middagen beginnen om 14.30 uur. Vanaf 14.00 uur staat koffie en thee klaar. Elke dinsdagmorgen is er vanaf 10.00 uur tot uiterlijk 12.00 uur voor alle senioren van Lunteren een samenzijn in De Muldersschuur aan de Roskammersteeg 5 Lunteren. Inloopkosten: € 1 per persoon