

NIEUWSBRIEF KBO

KBOEDE
senioren doen mee!

afdeling Ede

jaargang 31, nr. 1 januari 2024



In dit nummer:

Colofon	2
Voorwoord Even voorstellen	3
Pastorale bijdrage	4
Zorgtoeslag	7
Nalaten	8
Ontmoetingsplekken	13
Over verkoudheid	14
Dagje uit	15
Agenda	16

Interessante informatie:

Java buffet, terugblik	4
Wat is echt belangrijk	5
Holocaust herdenking Tunnels	6
Had Nederland geen hoofdstad?	7
Criminelen	9
Veilig thuis en fraude	10
Ruzie	11
Nationale pindakaasdag	12
Scherven brengen geluk	15

KBOEDE
senioren doen mee!

**Colofon**

Voorzitter Ap Dominicus
t. 0318-79 51 43
email: abdominicus1@gmail.com

Secretaris
Adri Koch t. 0318-65 03 68
email: secretaris@kbo-edede.nl

1^e Penningmeester
Gijsbert van Ingen t. 06-47 55 22 32
email: penningmeester@kbo-edede.nl

Rekeningnummer voor contributie
en giften
NL02 INGB 000 41 76 610
t.n.v. KBO voor Senioren afd.
Ede-Bennekom

Coördinator bezorging
Ons Magazine en Nieuwsbrief
Beer Radstaat
t. 0318-63 29 92 / t. 06-10 51 43 28
email: g.radstaat@hotmail.com

Ledenadministratie
Charles Slangen t. 06-270 917 46
email:
ledenadministratie@kbo-edede.nl

Commissie Ontwikkeling &
Ontspanning (O&O)
Coörd. Trudy v. Schoonhoven
t. 0318-64 59 09 / 06-46 89 94 88
trudyvanschoonhoven@planet.nl

Belastingsservice Ouderenbonden
Coördinator HUBA Douwe Ettema
t. 0318-64 58 31 / 06-55 90 06 46
email: ettema.douwe@gmail.com

Vrijwillige Ouderen Adviseur (VOA)
en Wet Maatschappelijke
Ondersteuning (WMO)
Frans Bik t. 0318-84 29 92
email: fransbikkel1@gmail.com

Pastoraal adviseur
Em. pastor Hans Lucassen

Coördinator Zorg & Welzijn +
Haal en breng service
Thijs Waasdorp
0318-631 256 of 06-537 918 54
m.waasdorp@chello.nl

Coördinator PC hulp
Jan Kemman t. 0318-62 03 58
email: j.kemman@chello.nl

Beheer website en facebook
Annelies Tax t. 0318-61 77 93
email: webmaster@kbo-edede.nl

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

Corrector Mary-Ann Borggreve
Vormgever Erik Erkelens



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

Facebook www.facebook.com/KBO-Ede-897647640335670/



Volgende kopij uiterlijk inleveren 30 december 2023

Voorwoord

Keek u ook met verbijstering naar de uitslag van de 2^e Kamerverkiezingen?

Het is nauwelijks te geloven, dat een kwart van de kiesgerechtigden heeft gekozen voor een partij, die in zijn programmapunten heeft staan, die in strijd zijn met de grondwet.

Is het zo dat de kiezers gekozen hebben voor een beleid dat steeds meer afdwaalde van wat zij vonden?

Dat een groot deel van de kiezers geen vertrouwen meer heeft of had in de overheid moge duidelijk zijn. Dat is zeer verontrustend.

Het zou nog wel eens lang kunnen duren om tot een coalitie te komen. Of dat goed is voor ons land is kunnen wij ons afvragen. De problemen zijn massaal. Men heeft het maar over één zaak: hoe lossen wij het migrantenprobleem op?



Ik zou graag horen, hoe wij de problemen in de zorg oplossen, hoe wij jongeren weer goede huisvesting kunnen bieden, hoe wij ouderen weer het vertrouwde bejaardentehuis kunnen teruggeven.

Het zou mooi zijn als wij beseffen dat wij in een fantastisch land leven!

Hopelijk hebben wij geleerd, dat wij niet alles voetstoots moeten aannemen, maar ons moeten organiseren en op een fatsoenlijke wijze moeten laten horen!

Sta op en denk mee in het algemeen belang. Dat zou een les moeten zijn van deze uitslag.

Tot slot wil ik u een mooi 2024 toewensen en neem in gedachten mijn uitgesproken wens daarin mee.

Ap Dominicus, voorzitter

30 november 2023

Ouderenadvies

Vrijwillige ouderenadviseurs (VOA's) zijn speciaal opgeleide mensen die senioren helpen om antwoorden te vinden bij een hulpvraag. Dit kan op diverse gebieden zijn: *wonen, welzijn, zorg, veiligheid, vervoer en financiën*.

Zij geven onafhankelijk en vrijblijvend informatie, voorlichting en advies aan leden en niet-leden, als service van KBO-PCOB.

De ouderenadviseurs luisteren naar uw verhaal, zij zijn klankbord en informatiepunt. Zij zoeken samen met u naar een oplossing, maar u houdt zelf de regie.

U kunt de (KBO) ouderenadviseurs bereiken via:

Frans Bik

Telefoon: 0318 84 29 92
email: fransbikkel1@gmail.com

Even voorstellen



De communicatiecommissie bestaat uit de dames, Elly Arts, Wil Dokter-van der Schrier en Els Smeets.

Wij onderhouden contacten met de leden van KBO Ede. Bij ziekte sturen wij een kaartje of gaan op huisbezoek. Alle adviesaanvragen kunnen bij de commissie gesteld worden, wij weten de vraag door te spelen naar de juiste persoon,

bijvoorbeeld hulp bij belastingaangifte, ouderenadviseur, vervoer door Malkander e.d.

Vervoer naar bijeenkomsten van de KBO wordt door de deze communicatiecommissie verzorgd. Even bellen en u wordt gehaald en gebracht. Er wordt een kleine vergoeding gevaagd van € 3.

Van af 1 december 2023 ben ik, Thijs Waasdorp,

coördinator van de communicatiecommissie. Alle vragen en verzoeken kunnen door mij worden gecoördineerd. Dat kan gemakkelijk, even bellen naar 06-53 791 854 of een mail naar m.waasdorp@chello.nl.

Van de KBO ben ik al een aantal jaren lid en een paar keer lid geweest van de kascommissie. Zodoende ben ik gevraagd om coördinator van deze commissie te worden.

Dat wil ik graag doen want contact met onze leden is belangrijk en kan zeer waardevol zijn.

Graag ontvang ik heel veel telefoontjes of mailtjes. KBO Ede is actief.

Thijs Waasdorp

coördinator commissie Zorg & Welzijn.

Tel. **06-53 791 854**

Email m.waasdorp@chello.nl

Pastorale bijdrage

Een wens, een zegen

1 januari 2024. Het is weer zo ver. Een jaar lang zijn de uren, minuten en seconden weggetikt. "Wat is het afgelopen jaar snel voorbijgegaan" zo hoor ik menigeen verzuchten. Als je jong bent duurt 'n jaar minstens een eeuwigheid. Het lijkt wel naarmate je ouder wordt, of de klok sneller gaat tikken. Tijd is een wonderlijk gegeven als je erover nadenkt. Je hebt er nooit genoeg van en soms lijkt-ie ook weer te kruipen. Intrigerend! Vaste rituelen helpen ons om te gaan met het ongrijpbare, maar dwingende verschijnsel 'tijd'. De afwisseling van dag en nacht, van zomer en winter geven wel houvast, maar je hebt er bij lange na niet genoeg aan. Klokken en kalenders, jubilea en rustdagen, agenda's en dienstroosters komen er aan te pas om de tijd in de greep te krijgen. Iedere minuut komt maar één keer langs

KALENDER 2024

en wie hem niet gebruikt is hem kwijt, net zoals een geldstuk dat op straat in een putje rolt, voor altijd verloren. Alleen mensen hebben tijdsbesef.

Er zijn bloemen die hun blaadjes sluiten als het avond wordt en dieren die de hele herfst in de weer zijn om een wintervoorraad voedsel aan te leggen. Maar weten kunnen zij het niet. Alleen een mens weet dat zij/hij ooit een baby is geweest en daarvóór niet bestond; alleen de mens maakt een afspraak voor volgende week en herinnert zich de verjaardag van haar vader, zijn moeder. Alleen de mens beseft dat hij, even zeker als zoveel jaar geleden geboren is, eens dood zal gaan. We weten niet wanneer... Dat maakt het leven niet eenvoudiger.

Java Buffet



De zaal van de Bosroos was al snel na de 'inloop' vol met gasten. Iedereen kreeg fiches voor een drankje en op een goed moment kwamen de dames van Fennis eten afleveren. Een woord vooraf kwam dit keer van onze voorzitter. Natuurlijk werd voor het eten even een moment stilte gehouden. Al snel werd tafel voor tafel het bord gevuld met Indische

gerecht naar keuze. Natuurlijk was er gedacht aan de mensen met een dieet. Mensen met 'lekkere trek' konden gerust nog een tweede keer opscheppen, daar was eten genoeg voor. Er waren net geen 50 personen aanwezig en onder het eten en tijdens het natafelen werd gezellig gepraat.

Het voorbije jaar is er weer van alles gebeurd. We zetten de feiten op een rijtje: crises, oorlog, kleine en grote, verdrietige en blijde zaken, leven en dood. We weten, geloven, hopen (of twifelen) dat God erbij betrokken was. Misschien is er voor u het afgelopen jaar nieuw leven



bijgekomen: een kleinkind, een nieuwe relatie, een nieuwe woonplek. Misschien was er sprake van groot verlies: de dood van een geliefde, gebrokenheid, harde woorden, tegenvallers. God kijkt ons aan, Hij kent ons bij name en zegent ons en gaat met ons mee, jaar uit en het nieuwe jaar in. Opdat we elkaar tot zegen zullen zijn en elkaar niet loslaten.

Nieuwjaar vraagt om een wens, een hand, een samenwerking waarvan je op aan kunt. Ook in 2024 zullen we weer op moeten zien te komen voor elkaars onvermogen. Het nieuwe jaar kan alleen maar een uitdaging zijn als er tenminste mensen zijn - al is het er maar één - die jou, die ons in de ogen wil kijken, die een arm om jouw/onze schouder durft leggen. Wat ik u toewens voor het nieuwe jaar? Dat het goed met u mag gaan! We zijn geen engelen, geen goden, maar mensen met boeiende, ongekende kansen. Ik mag u kostbare woorden meegeven uit de joodse traditie. De Heer sprak ooit tot Mozes: "Zeg aan Aäron en zijn zonen, als gij de Israëlieten zegent, doe het dan met deze woorden: Moge de Heer u zegenen en u behoeden! Moge de Heer de glans van zijn gelaat over u spreiden en u genade schenken. Moge de Heer zijn gelaat naar u keren en u vrede schenken!"

Em. Pastor *Hans Lucassen*

Voor de liefhebbers was er na afloop nog een kop koffie/ thee als afsluiting van het buffet, met een lekker stukje spekkoeke. Op een enkeling na bleef iedereen napraten. Als dat de graadmeter is voor de stemming, dan heeft men genoten van deze bijeenkomst.

Hartelijk dank aan Bep & Ria van O & O die de bar bemensten, Trudy & Tonny die het georganiseerd hadden.

Een bezoeker



Wat is echt belangrijk

Onlangs kreeg ik via facebook van een bekende het volgende bericht. Door dit stukje wil ik voldoen aan het verzoek om deze boodschap te verspreiden.

Ik had een uur met mijn vader op de bank gezeten, omdat hij wat geld moest overmaken. Ik kon het niet laten en vroeg...

"Papa, waarom activeren we uw internetbankieren niet?"

"Waarom zou ik dat doen?" Vroeg hij...

"Nou, dan hoeft je hier geen uur door te brengen voor zaken als vervoer.

U kunt zelfs online uw boodschappen doen. Alles zal zo gemakkelijk zijn!"

Ik was zo opgewonden om hem de wereld van internetbankieren te introduceren.

Hij vroeg: "Als ik dat doe, hoe ik dan het huis niet uit?"

"Ja, ja!" Ik zei. Ik vertelde hem hoe zelfs kruidenierswaren nu aan de deur kunnen worden bezorgd en hoe supermarkten alles bezorgen!

Zijn antwoord maakte me verbijsterd.

Hij zei: "Sinds ik vandaag bij deze bank ben gekomen, heb ik vier van mijn vrienden ontmoet, ik heb een tijdje gepraat met het personeel dat me inmiddels heel goed kent.

Je weet dat ik alleen ben... dit is wat ik nodig heb. Ik maak me graag klaar en kom naar de bank.

Ik heb genoeg tijd, het is de fysieke aanraking waar ik naar verlang.

Twee jaar geleden werd ik ziek. De winkeleigenaar van wie ik fruit koop, kwam naar me toe en zat aan mijn bed en huilt.

Toen je moeder een paar dagen geleden viel tijdens haar ochtendwandeling, zag onze plaatselijke kruidenier haar



en haalde onmiddellijk zijn auto om haar naar huis te brengen, omdat hij weet waar wij wonen. Zou ik die 'menselijke' aanraking hebben als alles online zou komen?

Waarom zou ik willen dat alles aan mij geleverd wordt en mij dwingen om alleen met mijn computer te communiceren?

Ik ken graag de persoon met wie ik te maken heb en niet alleen de 'verkoper'. Het creëert relaties van relaties. Leveren online supermarkten dit allemaal ook?"

Technologie is geen leven...

Tijd doorbrengen met mensen. Niet met apparaten, dat is leven.

Verspreid deze belangrijke boodschap onder vrienden en familie, om iedereen te laten beseffen wat echt belangrijk is.

Mary-Ann Borggreve

Samen uit eten

Op **vrijdag 12 januari** 2024 gaan we in het nieuwe jaar weer gezellig samen eten. We gaan eten in het restaurant Grand Café De Verleiding, Brouwerstraat 44. Om 18.30 uur bent u daar van harte welkom.

U kunt zich aanmelden tot en met **dinsdag 9 januari 2024**.

Voor informatie of aanmelding kunt u contact opnemen met Marja Ankoné, tel.: 0318 62 00 31.



Verder wens ik iedereen hele mooie Kerstdagen, een fijne jaarwisseling en een goed en vooral gezond 2024.

Marja Ankoné



De Piloot

Jurgen belt boos een taxibedrijf: "Ik heb een taxi besteld om op tijd op het vliegveld te zijn. U hebt beloofd dat hij meteen zou komen en nu zit ik nog steeds te wachten!"

"Onze excuses", reageert de man van de centrale.

"We konden niet op tijd een taxi vinden die vrij was, maar er kan nu elk moment een taxi komen. Maakt u zich geen zorgen, geen enkel vliegtuig vertrekt tegenwoordig nog op tijd."

"Nee, nu zeker niet," zegt Jurgen, "ik ben de piloot!"

Holocaust herdenking

De laatste zondag van januari is de herdenking van de Holocaust.

De term *holocaust* komt uit het oud-Grieks en betekent 'brandoffer'. Al voor de Tweede Wereldoorlog werd het woord soms gebruikt om de dood van een grote groep mensen te omschrijven, maar sinds 1945 staat het bijna synoniem voor de moord op de Europese Joden tijdens de Tweede Wereldoorlog. Daarom gebruiken we de term 'de Holocaust'. Joden spreken ook wel van *Shoah*, wat Hebreeuws is voor 'catastrofe'.

De herdenking bestaat uit een stille tocht die gelopen wordt. Het start vanaf het Amsterdamse Stadhuis naar het Auschwitzmonument in het Wertheimpark in de oude Amsterdamse Jodenbuurt. Daarna volgt er een ceremonie. Men herdenkt de slachtoffers in toespraken en in de Jizkor en Kaddisj gebeden. Ook worden er liederen gezongen door Roma en Sinti. De plechtigheid wordt afgesloten met het leggen van bloemen en kransen.

De Holocaust was het gevolg van antisemitisme*.

Helaas is er de laatste tijd een toename van antisemitisme. Hoogst waarschijnlijk aangewakkerd door de oorlog tussen Hamas en Israël, die in Gaza wordt uitgevochten.

Laten we er voor waken niet meteen te oordelen en te doen of wij weten hoe Israël moet handelen. Zo kunnen we antisemitisme voorkomen.

Lees en bekijk de krant en andere nieuwsmedia kritisch. De manier, waarop iets gebracht wordt is van groot belang. Op de bijgevoegde foto zijn de dik gedrukte teksten heel "sturend".



Mary-Ann Borggreve

** Antisemitisme is een bepaalde perceptie van Joden die tot uiting kan komen als een gevoel van haat jegens Joden. Retorische en fysieke uitingen van antisemitisme zijn gericht tegen Joodse of niet-Joodse personen en/of hun eigendom en tegen instellingen en religieuze voorzieningen van de Joodse gemeenschap.*

Tunnels als oorlogswapen



Waarschijnlijk is het gebruik van tunnels in oorlogstijd zo oud als de weg naar Rome en waarschijnlijk nog wel ouder. Bij kastelen en kloosters waren onderaardse gangen (tunnels), zodat men kon ontsnappen als de vijand dreigde het kasteel in te nemen.

In de huidige oorlog tussen Hamas en Israël lezen we over een enorm tunnelstelsel onder Gaza.

Dit stelsel is beslist heel wat indrukwekkender dan een ontsnappingsroute bij een kasteel.

Toch zijn er meer van deze enorme tunnelstelsels bekend. Denk aan Vietnam, waar de communisten in Noord-Vietnam een enorm stelsel hadden in hun strijd tegen de Amerikanen. Er waren zelfs ondergrondse scholen en ziekenhuizen. Overigens waren er in Vietnam

al eerder tunnels, namelijk in de strijd tegen de Franse kolonisator.

Wij waren onlangs naar Vlaanderen waar in de eerste wereldoorlog Britten en Duitsers verwickeld waren in een loopgravenoorlog en waar ook sprake was van tunnels.

De Britten zijn hiermee begonnen. Het was de bedoeling op grote diepte mijnen aan te brengen onder de Duitse linie. De tunnels werden gegraven door Australische mijnwerkers. Uiteraard gingen de Duitsers ook tunnels graven. Soms kwam het ondergronds tot een treffen en kwam het tot gevechten.

De Britten hebben op 7 juni 1917 (na twee jaar graven) zeventien mijnen laten exploderen. Je kunt nu zo op "Hill 60" lopen. Het is een prachtig gebied, maar tegelijk heel bizar, want onder de grond liggen nog heel veel lichamen van mensen die nog niet zijn gevonden.

In het gebied kom je langs een "meertje", dat is een krater, ontstaan door de ontploffingen in juni.

Mary-Ann Borggreve



Had Nederland geen hoofdstad?

Waarom had Nederland tussen 1815 en 1833 geen hoofdstad?

Amsterdam is de hoofdstad van Nederland, terwijl de regering in Den Haag zetelt.

Dat maakt Nederland een tamelijk uniek land. Maar weet u dat Amsterdam pas sinds 1983 officieel is vastgelegd als hoofdstad? Hiervoor moeten we terug naar de Franse Tijd, begin 19^e eeuw.

In de nasleep van de moord op Willem van Oranje (1584) verhuist zijn zoon Maurits naar het Binnenhof in Den Haag. Sinds het einde van de 16^e eeuw is de Staten-Generaal (de huidige Eerste en Tweede Kamer) vrijwel onafgebroken in de Hofstad gebleven. Eén van de tijdelijke verhuizingen dateert van de Franse Tijd.

Nadat Napoleon in 1806 de toenmalige Bataafse Republiek aan zijn Franse Keizerrijk toevoegt, schuift hij zijn broer Lodewijk Napoleon naar voren als koning. Lodewijk Napoleon verblijft korte tijd in Den Haag, Apeldoorn en Utrecht. "Er werd gezegd dat hij die zeelucht in Den Haag niet prettig vond. Dus toen is hij naar Utrecht gegaan, daar heeft hij vrij kort gewoond. Maar hij vond de stad te klein en zijn favoriete theater brandde af. Toen heeft hij zijn oog laten vallen op **het stadhuis van Amsterdam**". In 1808 gaat Lodewijk Napoleon in het Paleis op de Dam wonen, waarna de regering ook naar Amsterdam verhuist.

Zorgtoeslag

Wie komt dit jaar in aanmerking voor Zorgtoeslag?

Alleenstaanden mogen in 2024 maximaal een inkomen van € 37.496 hebben om in aanmerking te komen voor zorgtoeslag. In 2023 was dat nog € 38.520. Een verschil van € 1.024.

Gezinnen mogen in 2024 maximaal een inkomen van € **47.368 hebben**. In 2023 was het € **48.224** ligt. Dat is een verschil van € **856**.

Is uw (gezamenlijke) inkomen lager dan de hierboven genoemde bedragen? Dan komt u volgend jaar in aanmerking voor zorgtoeslag. De zorgtoeslag is inkomensafhankelijk, dus kijk op Mijn Toeslagen om te zien hoeveel het voor u wordt in 2024 en gebruik uw DigiD.

De toeslag zelf daalt bovendien

Voor alleenstaanden daalt de toeslag met € 372 per jaar vergeleken met 2023.

Voor toeslagpartners is dat € 348 per jaar.

De berekening van uw zorgtoeslag staat vóór 7 december in Mijn toeslagen, onder 'Beschikkingen' en in de Berichtenbox van MijnOverheid. Vóór 15 december kreeg u hem met de post.

Bron: belastingdienst.nl

Hoofdstad Amsterdam: in 1814 in de grondwet, in 1815 eruit

Nederland wordt al snel weer onafhankelijk. Op 30 november 1813 zet Koning Willem I weer voet op Nederlandse bodem. Dat doet hij in Scheveningen, maar zijn inhuldiging als soeverein vorst is in Amsterdam. Na de Franse Tijd ontstaat het Verenigd Koninkrijk der Nederlanden, met het huidige Nederland, België en Luxemburg. Koning Willem I verblijft afwisselend in Brussel en Den Haag, waar de regering ook weer is neergestreken. Hij krijgt hij het Paleis op de Dam in Amsterdam aangeboden. Volgens de in 1814 ingestelde grondwet is Amsterdam dan ook de hoofdstad. Die bepaling verdwijnt 1 jaar later alweer, als tegemoetkoming richting het Belgische deel van het Koninkrijk.

In 1830 breekt de Belgische Opstand uit, waarna het huidige Nederland uiteindelijk vorm krijgt. Met Den Haag als regeringszetel en Amsterdam nog steeds als hoofdstad, een overblijfsel uit de Franse Tijd. Grondwettelijk gezien heeft Nederland ruim 150 jaar lang geen hoofdstad. Het duurt namelijk nog tot 1983, voordat Amsterdam weer als hoofdstad is aangeduid in de grondwet. Hans Wiegel, voormalig minister van Binnenlandse Zaken, staat aan de basis van deze correctie. "Amsterdam was de hoofdstad vanaf het moment dat een koning er zijn hoofdstad van maakt, in 1808. Het enige wat ik bij de grondwetsherziening van 1983 heb willen doen, is vastleggen wat al lang zo was".

Bron: Max vandaag

Nieuwjaarsrijm

*Het oude jaar is nu voorbij.
Het nieuwe jaar wordt -hoop ik- blij
maar, dat beloven kan ik niet
soms wordt het vreugde, soms verdriet,
maar meestal iets daar tussen in
en gaat het leven naar je zin.
Soms heb je regen dat het giet.
Toch schijnt de zon, al zie je 'm niet,
maar is voor ieder deze wens.
Wees voor de ander een goed mens.*

Zalig 2024

Theo Borggreve



Nalaten

Het Nederlands erfrecht gaat uit van het beginsel dat als er niets is geregeld, kinderen en partner een evenredig deel van de erfenis krijgen. Er zijn veel zaken die in de loop der tijd zijn aangepast en een andere aanpak nodig hebben. Bent u een huwelijk of geregistreerd partnerschap aangegaan voor 1 januari 2018? Dan valt een erfenis of een schenking automatisch in de gemeenschap van goederen. Door de wettelijke verdeling krijgt de langstlevende echtgenoot of geregistreerde partner alle goederen van de nalatenschap. Pas als de langstlevende echtgenoot of partner overlijdt, erven de kinderen. Na 1 januari 2018 is dat anders geregeld. Er kunnen tal van persoonlijke veranderingen zijn, die het in uw ogen, nodig maken aanpassingen te willen doen in uw nalatenschap. Kinderen kunnen (her)trouwen, scheiden of gaan samenwonen. Het is zinvol te overdenken hoe en waar dan uw nalatenschap terecht komt.

Testament



Om uw eigen ideeën vorm te geven aangaande uw nalatenschap is een testament nodig. Buiten het testament kunt u altijd bij leven geld geven aan wie u lief is en/of een goed doel. Voor elke keus is wel een mogelijkheid en soms heeft het een naam. Geeft u aan een goed doel, dan heet dat bij leven een donatie, bij de erfenis een legaat. Als u bij leven een (klein)kind geld geeft is dat een gift, na uw overlijden is het een erfenis. In een testament heeft u de mogelijkheid om veel vast te leggen en te regelen. Denk hierbij aan het eventueel uitsluiten van schoonkinderen. Als uw kind in scheiding ligt zou uw erfenis deels in handen kunnen komen van het schoonkind. Met een testament kunt u geen eigen kind volledig onterven, er blijft altijd een wettelijk deel, de legitieme portie, voor dat kind bestaan.

In een testament kunnen veel zaken benoemd worden, een korte opsomming van de belangrijkste onderwerpen: begunstigde levensverzekering, benoeming executeur, codicillen, euthanasieverklaring, legaten, levenstestament of wilsverklaring, uitsluitingsclausule, uitvaartwensen, verdeling (verdeelsleutel) nalatenschap, voogdijbenoeming.

Een testament is alleen geldig als het is ingeschreven in het register (CTR) door een notaris. Voor een standaard internettestament betaalt u vanaf € 300. Een bezoek aan de notaris die het voor u opmaakt kost vanaf € 650, als u veel en specifieke eisen hebt loopt die prijs op.

Doe dus zelf voorwerk en vraag bij meerdere notarissen wat de kosten zijn.

Een testament is geldig totdat u een nieuw testament maakt en daarbij het oude herroept. Om uw testament te wijzigen, maakt u een afspraak met een notaris. Een testament is geheim, dus niemand kan het inkijken voor uw overlijden.

Legaat

Een legaat is geregeld via uw testament. U kunt iets nalaten aan een dierbare of aan een goed doel, zonder dat deze erfgenaam is. Dit kan geld zijn, maar ook een object, zoals iets van (emotionele) waarde, bijvoorbeeld een meubelstuk of huis. Erfgenamen krijgen een percentage van de gehele nalatenschap (inclusief eventuele schulden). Bij een legaat krijgt iemand iets, zonder dat hij of zij bij de afwikkeling van de erfenis betrokken raakt. De erfbelasting die verschuldigd is over een legaat wordt betaald uit de erfenis, niet door het goede doel of gelegateerde. Een legaat mag overigens geweigerd worden. Het is zinvol dat u bij leven de familie op de hoogte brengt van het bestaan van een legaat.



Clausules

In een testament kunt u clausules laten aanbrengen. Dit zijn beschrijvingen van zaken die u wilt regelen, bijvoorbeeld een Verzorgingshuis- of Wlz-clausule (Wet Langdurige Zorg) of een Uitsluitingsclausule. Zulke, in het testament opgenomen, wensen regelen in specifieke gevallen wat er moet gebeuren.

De verzorgingshuisclausule is alleen nodig als er kapitaal in de erfenis zit en er een partner en kinderen zijn. Deze clausule kan ook verkeerd uitpakken in andere situaties. Laat dit vooral uitzoeken door een notaris.

Een uitsluitingsclausule is het zorgen dat de erfsommen wel aan kinderen, maar niet aan aangetrouwde familie toekomt.

Het is in de huidige samenleving zinvol om een testament te hebben en dit met een goede notaris te regelen, zeker als u te maken heeft met samengestelde gezinnen, veel vermogen of dat u speciale wensen heeft rond de verdeling van de erfenis.

Erik Erkelens

Bron: diverse websites

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 de Franciscuszaal 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.

Criminelen

Bron: CBS en gemeente Ede

U was even met de fiets boodschappen doen en toen u na 10 minuten weer buiten kwam was uw fiets weg. Daar sta je dan. De fiets stond op slot, maar omdat het een kleine boodschap betrof, niet met een extra kettingslot. Wat doet u in zo'n geval? Doet u aangifte?

Onze politie krijgt regelmatig te maken met criminaliteit, niet alleen diefstal, maar ook vernieling, online criminaliteit en andere vormen. Als de politie een aangifte opneemt van een burger, dan registreert de politie zelden de schade, wel vermelden zij het als er sprake is van letsel. Een voorbeeld: Er wordt bij de burens ingebroken. De politie maakt een proces verbaal op waarin de gestolen artikelen worden opgesomd. Met de verzekering regelt u de vergoeding.

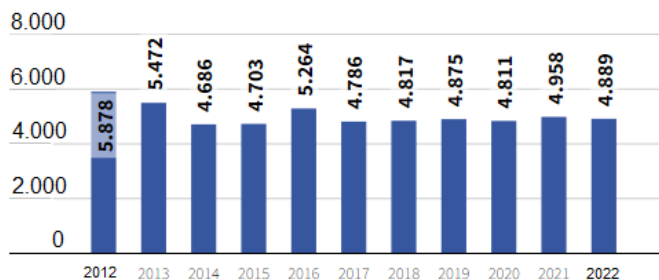
In 2021 heeft het Centraal Bureau Statistiek (CBS) voor het eerst een overzicht gemaakt van de geschatte cijfers rond criminaliteit. Niet alle burgers doen aangifte, niet alle cijfers worden vermeld in politierapportages.

In 2021 zijn 3,2 miljoen vermogensdelicten en 1 miljoen vernielingen gepleegd. Van deze 4,2 miljoen delicten werd 39% online gepleegd, 35% bij onlinehandel. De totale financiële schade van deze criminaliteit bedroeg € 2,5 miljard. Opgesplitst bedroeg de criminaliteit die niet online gepleegd werd, een kwart diefstal van voertuigen, een kwart diefstal van andere spullen en een kwart werd veroorzaakt door vernieling. De grootste schade lag bij vernieling van auto's en fietsdiefstal, op de tweede plek fraude bij online aankopen.

Van de totale schade kregen de slachtoffers 0,8 miljard euro terug van financiële dienstverleners, zoals verzekeraars en banken. Slachtoffers van autodiefstal, diefstal van auto-onderdelen en bancaire fraude kregen procentueel het meeste van hun schade vergoed. Voor de

Totaal aantal misdrijven

Bron: Politie



financiële dienstverleners vormden voertuigdiefstal en vernielingen de grootste schadeposten. In totaal werd hiervoor respectievelijk € 235 en € 188 miljoen aan schade uitgekeerd. Fietsdiefstal en vernieling van auto's troffen de financiële dienstverleners het hardst: voor beide afzonderlijk werd ± € 130 miljoen geclaimd.

Fraude in het betalingsverkeer werd het meest veroorzaakt door spoofing, dat betekent dat de boef zich als iemand anders voordoeft. 97 duizend personen werden slachtoffer van spoofing; drie kwart van hen maakte zelf geld over naar de crimineel. In 2021 veroorzaakte spoofing 11% van de totale criminaliteitsschade. Slachtoffers kregen soms geld terug van de dader, meestal als de crimineel ontmaskerd of aangehouden was. Slachtoffers van bankspoofing kregen vaak een deel van hun geld terug.

Van veel delicten werd geen aangifte bij de politie gedaan. Sommige verzekeraars eisen dit trouwens wel. Wel of geen aangifte doen was wel afhankelijk van het type delict en van de hoogte van de schade.

Dus reken maar dat u bij het inkopen doen of bij iets verzekeren meebetaalt aan schade door diefstal door anderen. Ondernemers gaan die schade echt niet zelf aanvullen van hun spaarbankrekening.

Erik Erkelens

Misdrijven, totaal in Ede

Een overzicht van alle misdrijven, totaal in Ede in de periode 2010 tot 2020.

Bron gegevens: Oozo



Tevredenheid voorzieningen ouderen



Bron: Leefbaarheidsmonitor, gemeente Ede

43%

2019

39%

2021

We moeten niet simpelweg de wonden van slachtoffers verbinden onder de wielen van onrecht, we moeten een spaak in het wiel zelf slaan.

Dietrich Bonhöffer

Veilig thuis: de nieuwste trucs van oplichters

Ook oplichters, inbrekers en fraudeurs gaan met hun tijd mee. Herken de nieuwste en de meest geslepen trucs.

Fraude #1: verkooppraatjes aan de deur

'Ik heb een geweldige aanbieding voor u.'
Iemand een groot bedrag laten betalen voor een waardeloos product: daar zijn prulverkopers op uit. Deze oplichters verschijnen aan de deur en maken een gezellig praatje. Een veelvoorkomend voorbeeld van zo'n gesprek is dat er een scootmobieltocht wordt georganiseerd voor de buurt en dat dit huis toevallig op de route ligt. Zo'n smoes wekt vertrouwen. Op een gegeven moment toveren ze uit het niets een aantal producten tevoorschijn. Ze vertellen dat ze vanuit hun werk een ontzettend goede aanbieding hebben, bijvoorbeeld een 'geweldige' pannen- of messenset. Zeg maar gerust: een buitenkansje. Achteraf blijkt het product een stuk minder waard te zijn dan de aanschafprijs.

Fraude #2: de binnensluiper

'Goedendag, wij zijn uw nieuwe burens en komen even kennismaken'. Soms werken oplichters als duo samen. De één leidt je af, de ander gaat in je huis op zoek naar waardevolle spullen. Ze verzinnen in ieder geval een reden om je woning binnen te komen. Bijvoorbeeld door bij je aan te bellen en zich voor te stellen als mensen die net in de buurt zijn komen wonen; ze komen gezellig kennismaken. Er zijn gevallen bekend waarin een oplichter zich voordoet als iemand van de woningbouwvereniging, of van de energiemaatschappij, om de meterstand op te nemen. Soms gaan ze nog verder en komen ze als wijkagent aan de deur. Ze vertellen bijvoorbeeld dat er de laatste tijd veel inbraken in de buurt zijn en dat ze dure spullen in huis veilig komen opbergen. Hiervoor moeten ze de spullen meenemen en in een kluis opbergen. De bewoner ziet de eigendommen niet meer terug.

Fraude #3: pinnen voor een nepbezorging

'Nu graag nog eventjes één euro pinnen'
Ook oplichters spelen in op de actualiteit. Dus in een tijd waarin veel pakketjes bezorgd worden, komt iemand aan de deur met een 'bezorging' voor de bewoner. Dit kan een pakket zijn maar bijvoorbeeld ook een tegoedbon voor een supermarkt. De fraudeur weet het ontzettend goed en vriendelijk te brengen.

Vaak heeft hij/zij zelfs kleding aan van een echte bezorgservice of winkel. Het enige wat nog moet gebeuren, is dat je één euro betaalt. De oplichter pakt een pinapparaat en het slachtoffer steekt de pinpas erin. Maar... de transactie gaat 'mis' bij het intoetsen van de pincode. En dat werkt als afleiding.

De oplichter verwisselt tijdens het verwarringsmoment snel de pinpas met een andere pas, zonder dat het slachtoffer dit doorheeft. Nadat de pinpassen zijn verwisseld 'lukt' de betaling ineens wel. De oplichter heeft zowel de pincode als de pinpas in handen en kan daarmee de hele bankrekening leegtrekken.

Fraude #4: het klusbedrijf voor noodgeval

'Spoedklus? Hoeveel dat gaat kosten, kunnen we nog niet zeggen.'

Als er thuis iets serieus misgaat heb je weleens heel snel hulp nodig. Denk aan een deur die in het slot valt terwijl jij buiten staat. Of aan een verstopte afvoer. Slotenmakers, loodgieters, elektriciens: de meeste klusbedrijven zijn betrouwbaar, maar er zitten ook rotte appels tussen. Die slaan hun slag in noodsituaties. Let extra op met de bedrijven die als éérste in beeld verschijnen als je op internet spoedhulp zoekt. Maak altijd vooraf duidelijke afspraken over de kosten, anders kan het bedrijf met een torenhoge rekening komen. Begint de klusjesman al te sputteren als je probeert afspraken te maken? Zoek een ander.

Dit kun je ertegen doen - 'Laat nooit iemand zomaar in je huis'

Tanya Wijngaarde, woordvoerder Fraudehulpdesk.nl (voor vragen en meldingen over oplichting):

"Het is ontzettend lastig om een oplichter te herkennen. Je kunt niet zien of iemand een fraudeur is of niet. Als er een onbekende bij je aan de deur komt die iets van je wil, kun je het best terughoudend zijn. Oplichters kunnen een heel net voorkomen hebben. Als je het over oplichters hebt, wordt er vaak gedacht aan een man met een capuchon die gebrekkig Nederlands spreekt – maar dat is écht niet zo.

Het is in ieder geval verstandig om een gezond wantrouwen te hebben en niet zomaar geld of informatie te geven aan de deur. Een kierstandhouder op de deur kan helpen, omdat je daarmee kunt kijken wie er staat zonder dat je de deur volledig open hoeft te doen. Twijfel je over een situatie? Licht een bekende in: iemand die je vertrouwt en met wie je het kunt bespreken. Het belangrijkste is dat je nooit zomaar iemand in je huis laat."

Auteur *Bram Hiemstra*

Bron: Plus Vrije Tijd - Gepubliceerd 30 oktober 2023



Ruzie

Als een onenigheid of meningsverschil overgaat in ruzie is er iets aan de hand. Zelden wordt er dieper op ingegaan waarom iets escaleert.

Meer ruzies?

Onze hedendaagse maatschappij lijkt steeds meer ruzies te kennen. Er zijn televisieprogramma's die er aandacht aan besteden. Denk dan aan de uitzendingen van De Rijdende Rechter, Mr. Frank Visser, maar ook Het Familiediner. Op straat kun je ineens belaagd worden door een groepje 'jongeren' die het leuk vinden om iemand in elkaar te tremmen. Het komt voor dat iemand een ander tegen de vlakte slaat omdat er een opmerking werd gemaakt. Het trieste is dat bijna niemand meer aangesproken wordt op slecht of asociaal gedrag. Het zijn de uitzonderingen die in de media komen, maar toch...

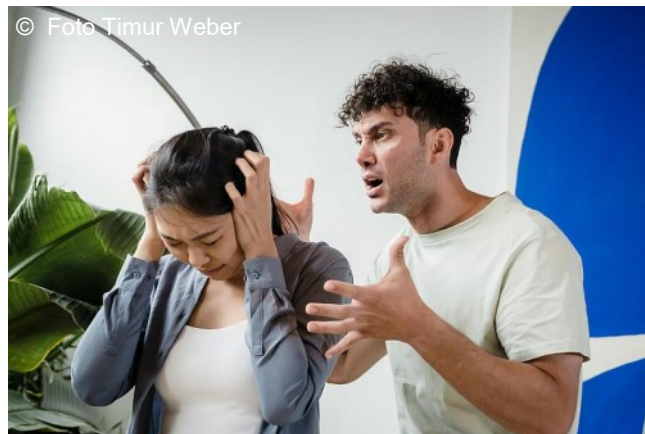
Denk aan de steeds makkelijker verkrijgbare bedwelmende middelen. De gebruiker kan zich onder invloed onoverwinnelijk wanen en voor eigen rechter gaan spelen.

Professionals

Er zijn mensen die er hun werk van hebben gemaakt om ruzies op te lossen of te beslechten. Denk bijvoorbeeld aan politieagenten, advocaten, buurtbemiddelaars (Malkander), rechters, psychologen en mediators. Dit is hun beroep. Ze hebben objectief leren kijken naar zaken die voor anderen emotioneel zijn. Daar zit hem nu de kneep. *Als je 'nuchter' naar zaken kon kijken was er niet zoveel conflict meer en ging het puur om het maken van een nieuwe keuze of afspraak.*

Zelf reguleren

Ruzie maak je minimaal met zijn tweeën. Ruzie ontstaat regelmatig door onbeduidende dingen, maar het komt weinig voor dat de uitingen van de boosheid of



gekwetstheid in alle rust gebeuren. Iemand met een explosief of vurig karakter zit zo in elkaar dat innerlijke onrust vaak te zien is. Rivaliteit is soms de oorzaak. Het is voor veel mensen lastig om een ruzie goed te beëindigen. Uitpraten is zinvol, maar wordt niet altijd (op het goede moment) opgepakt. Carlijn Vis heeft er in 2021 in NRC over gepubliceerd. Ze kwam met een 5-stappenplan onder de noemer 'Zo maak je wél effectief ruzie'. Dat is ook een benadering, maak ruzie als het nodig is, maar zorg tijdens de ruzie dat jullie je samen aan een paar basisregels houden. Vergeet niet te zoeken naar de onderliggende reden. Is het gekwetstheid, onmacht of is iets onredelijk (volgens jou) leg het uit, maar bevraag ook de ander.

Accepteer dat je niet over alles dezelfde mening kunt hebben. Tel tot tien voordat je dingen zegt die je beter niet had kunnen zeggen. Geef je eigen fouten toe en leer het af om 'alles' op te kroppen. Leer jezelf je te beheersen. Zo zullen lange tenen korter worden, korte lontjes langer en kunnen we plezieriger samenleven. In huis en daarbuiten.

Erik Erkelens

Doordenkertjes

- | | |
|---|--|
| <p>A. 2 vaders en 2 zoons aten tijdens een ontbijt samen 3 eieren, iedereen had één ei. Hoe kan dit?</p> <p>B. Wat heeft een hals maar geen hoofd?</p> <p>C. Op welke rails rijden geen treinen of trams?</p> <p>D. Drie artsen zeggen dat Robert hun broer is maar Robert zegt dat hij geen broers heeft. Wie liegt er nu?</p> <p>E. Welk land trad vanaf 1 januari 2023 toe tot de eurozone en de Schengenzone?</p> <p>F. Een haan legt een ei op een puntdak. Welke kant rolt het ei op?</p> | <p>G. Bij welke gymnastiek hoeft je niet uit je stoel te komen?</p> <p>H. Wat Adam van voren heeft, heeft Eva van achteren... Wat?</p> <p>I. Je kunt me niet zien. Maar als je weet wat ik ben, dan ben ik het niet meer. Rara wat ben ik?</p> <p>J. Wat wordt groter als je er steeds meer uithaalt?</p> <p>K. Wat is juist gespeld?
pjama - pyama - pyjama
reunie - reünie - reuni</p> <p>L. Een ander woord voor funest is
Eindig - noodlottig - slecht</p> |
|---|--|

Ook deze tijd zal eenmaal de goede oude tijd worden.

Godfried Bomans

Nationale pindakaasdag

Onlangs kwam ik erachter dat er een internationale pindakaasdag bestaat. Grappig om te weten, maar wel een beetje onzinnig. Toch maar even wat weetjes over pindakaas verzameld met behulp van internet.

De internationale pindakaasdag is op 24 januari en is in 2017 voor het eerst "gevierd".

Peulen

Pinda's groeien in peulen onder de grond. De peul is de schil van een pinda. Pinda's zijn daarom geen noten, maar peulvruchten, net als bijvoorbeeld doperwten (maar die groeien niet onder de grond) en kikkererwten.



Nederland is niet geschikt voor pindateelt. Het is hier te koud en het regent niet genoeg. Pinda's groeien het beste in warme landen, waar wel veel regen valt. In China, India, Noord-Amerika en Brazilië bijvoorbeeld. Grote pindakaasfabrieken in Nederland gebruiken vooral pinda's van mega-plantages uit Argentinië in Zuid-Amerika.

Pindateelt vind je ook in Afrikaanse landen, zoals in Malawi. Kleine boeren verbouwen pinda's naast andere gewassen zoals maïs, tabak en pompoen. Daar eten vooral rijke mensen de peulvruchten.

Geschiedenis

De eerste pindakaas werd gemaakt door de Azteken en de Inca's zo rond het jaar 1000 voor Christus. Het was natuurlijk nog niet zo zacht en romig als de pindakaas die we nu kennen.

Pindakaas werd pas bekend in het begin van de 20ste eeuw. Voor die tijd werd de pinda vooral beschouwd als voer voor dieren. Eind 1800 werden de technieken voor het planten, verbouwen en oogsten sterk verbeterd. Op dat moment werd de pinda als een interessant ingrediënt beschouwd. In 1884 bedachten M.G. Edson, Dr. J.H.

Kellogg en Dr. A Straub en chemicus J. Rosefield een manier om pindakaas te maken door pinda's te malen tussen twee warme platen. De firma Kellogg nam er een patent op.

Pindaboter

De Franse broers Calvé verkochten in 1948 de eerste potten pindakaas in Nederland. De broers wilden het smeuïge goedje eigenlijk pindaboter noemen, maar dat mocht niet. Die term was namelijk al deels gereserveerd voor roomboter. Helaas pindakaas. Pindakaas is gezond en levert vitamine E, B6, calcium, kalium en ijzer. Het is rijk aan proteïnes en enkelvoudig onverzadigd vetzuur. Kinderen uit landen waar weinig eten is, hebben veel aan speciale superpindakaas. In sommige landen krijgen zij drie keer per dag een zakje pindakaas om aan te sterken. Het goedje wordt namelijk razendsnel in het lichaam opgenomen, waardoor een ondervoed kind binnen vier werken weer is aangesterkt. Echt krachtvoer dus!



Pindakaas is geliefd als broodbeleg en het is een belangrijk ingrediënt voor satésaus bijvoorbeeld. Je kan er ook koekjes mee bakken. In verschillende steden zijn speciale pindakaaswinkels.

Tot slot een recept van pindakaaskoekjes

Wat heb je nodig?

- 250 gram pindakaas
- 200 gram suiker
- 1 groot ei

Hoe maak je het?

Bekleed een bakplaat met bakpapier en verwarm de oven voor op 180 graden. Meng de pindakaas met de suiker in een kom en voeg vervolgens het ei toe. Mix het tot een geheel en maak vervolgens bolletjes van het beslag en druk ze plat met een vork op de bakplaat. Bak de koekjes in 12 minuten gaar in de oven en laat ze afkoelen.

Mary-Ann Borggreve

Bron: internet



Ontmoeten voor mensen zonder 'netwerk'

Koffieleutjes is alleen voor mensen met een kleine beurs en met amper vrienden of kennissen. Het is geen vrijblijvende inloop, maar een programma waar u regelmatig naar toe kunt. Er zijn diverse activiteiten. Als u denkt dat dit iets voor u is, neem dan contact op met een van de organisatoren:

Lorraine van der Kuij, 06-2815 1508, Nicole van Alfen, 06-4342 3000 of Natasja van Alfen, natasja@koffieluitjes.nl.

Cultura Ede, Molenstraat 45, 6711AW Ede
Koffieluitjes

De Kolk Buurtcentrum, Schaapsweg 7A, 6713BA Ede
Koffieluitjes

De Velder, Munnikenhof 17, 6715EC Ede
Koffieluitjes

Dick's Inn, Laan der Verenigde Naties 86, 6716JE Ede
Koffieluitjes

Vind u dit een sympathieke stichting, dan kunt u ook iets doneren. Kijk daarvoor op de website koffieluitjes.nl



Scherven brengen geluk

Daar zat ik dan. Net stond ik nog m'n eten op te scheppen aan het aanrecht toen met donderend geraas het keukenkastje omlaag kwam en nu zit ik onder het serviesgoed op de grond tegen de servieskast aan de overkant. Wat doe je, riep mijn vrouw vanuit de woonkamer. Nou, ik deed niks maar de boel kwam uit de muur. Ik geloof dat we zoiets bedoelen met "ravage". Ik kon weer opstaan en op een klein wondje in m'n gezicht na leek ik ongedeerd.

Wat gaat er op dat moment door je heen? Dat vragen sportjournalisten altijd als iemand net over de finish is gekomen en de betrokkene slaat wat wartaal uit, wat logisch is als je helemaal uitgeput en stuk bent. Ik was verbijsterd, woest en opgelucht.

Mijn vrouw vroeg zorgzaam of ik niets had op dat wondje in m'n gezicht na. We zijn meteen begonnen om stuk voor stuk de brokstukken bij elkaar te veegen en in emmers en bakken te doen, met name de glasscherven. Zoveel zat er dus in die kastjes. Van wat nog heel was konden we nog wekenlang probleemloos eten, drinken, drankjes serveren aan gasten. Verzekering gebeld: nee, dat viel niet onder het basispakket. Eigenlijk ook niet zo gek, en na 15 jaar is ook mijn auto rijp voor de sloop.

Ontmoetingsplekken

Meet-In, Notaris Fischerstraat 10, 6711BC Ede
inloop voor senioren
woensdag 10.00-12.00 uur in de oneven weken.

Akoesticum, (Frisokazerne) Nieuwe Kazernelaan 2D42, 6711JC Ede
inloop voor creatievelingen, 0318-304 349

Odensehuis, Verbindelaarweg 138, 6711VD Ede
maandag en dinsdag 10:00-15:00 uur, inloop (vooral voor beginnend dementerenden en mantelzorgers)

De Kolk, Schaapsweg 7a, 6713BA Ede
Woensdag 10.15-11.30 uur
Oudereninloop en koffieochtend

De Stek, Begonialaan 42, 6713GX Ede
Dinsdag 10.00-11.30 uur
Koffie en kletsen voor buurtbewoners

Het Kernhuis, Parkrand 60, 6714GN Ede
donderdag 10.00-12.00 uur, koffie-inloop, 0318-633 016

De Velder, Munnikenhof 17, 6715EC Ede
dinsdag 10:00-12:00 uur, koffie inloop, 0318-625 507

De Stadspoort, Stadspoort 27-28, 6716RH Ede
donderdag 10.00-11.30 uur koffieochtend 0318-672 800

De Meerpaal, Industrielaan 1, 6717EL Ede
woensdag 10.00-11.30 uur inloop / koffie uurtje, 0318-630 514

De Broek-Akker, Hof van Sint Pieter 41, 6721TN Bennekom
2^e zaterdag van de maand van 10.30-12.00 uur

Maar kan je de leverancier van de keuken niet aansprakelijk stellen, opperden de kinderen. Tja, na 15 jaar? En wij hebben de kastjes volgestouwd.

Om een lang verhaal kort te maken: de volgende dag kon ik concluderen dat we eindelijk weer ruimte hadden om al het andere serviesgoed dat we bewaard hadden, voor als de hele familie kwam eten, op te bergen. Ik ben niet bijgelovig maar dacht meteen: scherven brengen dus toch geluk, als je het wilt zien.

Een paar dagen later viel er een metalen strip van de magnetron af en dacht ik: verval. Na 15 jaar is het gewoon op. Hoeveel jaar staat er voor onszelf? Laten we beginnen met wat druk van de ketel te halen en een ander tijdig goed te regelen zodat de kinderen niet met de brokken zitten. Vooralsnog hebben wij alleen een luxeprobleem, toch?

Evert Ruiter,

Ubbergen, november 2023

Bron: KBO Gelderland



't Laag, Cultura, Hogeweg 23, 6721VD Bennekom,
2^e dinsdag van de maand 10.30-11.30 uur
voor Opa's en Oma's met kleinkinderen

De Aanloop (SDO), Sportlaan 5, 6731BD Otterlo
0318-592 246

Eureka, Brummelweg 43, 6731SW Otterlo
Dinsdag 14.00-15.00 uur in de oneven weken, inloop
3^e donderdag v.d. maand 14.00-15.00 uur

WSC Metje, Smachtenburgerhof 1, 6732CD Harskamp
Dinsdag 14.00-15.00 uur in de even weken, inloop
3^e donderdag v.d. maand 10.00-11.00 uur, inloop

Kulturhus, Dorpsplein 1, 6733AV Wekerom
Dinsdag 10.00-11.00 uur, inloop

Westhoffhuis, Dorpsstraat 28, 6741AL Lunteren
Dinsdag 12.00-13.30 uur, inloop, 0318-482 992

De Zicht, Marktplein 10, 6744WJ Ederveen
Vrijdag 11.00-12.00 uur, inloop, 0318-571 063

De Schakel, Schaepmanstraat 58, 6741WV Lunteren
Vrijdag 09.30-11.30 uur, inloop

Bij bijna alle buurthuizen zijn meer activiteiten, van biljart tot line dansen en van belastingvragen tot levensvragen. Bel gerust met de beheerder, maar even langs gaan is veel beter.

* **de inloop is niet exclusief voor ouderen**

11 vragen en de antwoorden over verkoudheid

Gezellig hoor, die wintermaanden, zolang je maar niet verkouden wordt. Maar hoe word je eigenlijk verkouden? Wat helpt en wat juist niet? Liane Tan, KNO-arts in Tergooi MC, weet raad.

Wat is een verkoudheid? En hoe loop je die op?

“Verkoudheid is de verzamelnaam voor alle klachten die mensen met verkoudheid associëren, zoals een verstopte neus, snot, nies- of hoestbuien en waterige ogen. Pas als een verkoudheidsvirus deze klachten veroorzaakt, spreken we officieel van ‘verkoudheid’. Zo’n virus is erg besmettelijk. Zeker als verkouden mensen ‘sproeigevaarlijk zijn’, dus als ze hoesten, niezen en snotteren, is de kans groot dat je het ook krijgt. Dat wil nog niet zeggen dat je, als je één van die klachten hebt, ook verkouden bent. Bij een goede verkoudheid ben je wel een paar dagen onder de pannen. Als die klachten binnen één of twee dagen alweer over zijn, was het vaak iets anders.”

Je kunt het dus niet zomaar oplopen door in de winter zonder jas naar buiten te gaan?

“Nee, dat is een fabeltje. Het is echter wel zo dat je lichaam op temperatuurverschillen reageert. Je slijmvliezen reageren op die plotselinge kou en zetten als het ware je neus aan. Die begint te lopen en je ogen beginnen te tranen. Dit noemen we hyperreactiviteit. De ene persoon is hier gevoeliger voor en reageert heftiger dan de andere. Ook oudere mensen zijn hier gevoeliger voor. Ze krijgen dan klachten die op verkoudheid lijken, maar hebben dus geen echte verkoudheid. Daarvoor moet je eerst in contact komen met dat virus.”

Sinds het coronavirus lijkt het verkoudheidsvirus ineens een stuk heftiger. Klopt dit?



“Een paar jaar geleden gingen veel mensen met een verkoudheid gewoon naar het werk en staken ze elkaar bij de koffieautomaat aan. Daar zijn we nu toch voorzichtiger mee. Het gevolg daarvan is dat ons

afweersysteem wat lui is geworden. Het lijkt de virussen te zijn vergeten die ons lichaam eerder ontmoet heeft en moet nu extra hard werken. Het lichaam heeft iets meer moeite om te herstellen. Vaak houden klachten langer aan. Mede door die luiheid van het afweersysteem zien we bij ouderen nu soms zelfs virussen -zoals het RS-virus- die we in het verleden alleen bij heel jonge kinderen tegenkwamen.”

Als je toch verkouden wordt, wat kun je dan het beste doen?

“Zelf drink ik veel gemberthee, maar in het algemeen geldt dat je veel moet drinken. Kippensoep is een goed idee. Dat geldt ook voor fruit als kiwi’s en mandarijnen. Daar zit vitamine C in en die werkt weerstand verhogend. Daar kun je nooit te veel van binnenkrijgen, want je lichaam plast ze gewoon weer uit.

Wat extra zink slikken kan op zich ook geen kwaad, maar wees daar wel voorzichtig mee en slik niet meer dan de bovengrens van 25 mg per dag. Te veel zink kan in het ergste geval leiden tot klachten als misselijkheid, buikpijn, koorts en infecties.”

Raad je een neusdouche aan?

“Zeker. Bij een loopneus is een neusdouche een uitstekende methode, mede om je neus gezond te houden. Als je ademhaalt, werkt de neus als een filter. Die houdt een groot deel van de viezigheid tegen, zodat die niet in je longen terecht komt. Het beste werkt een kannetje met wat lauw water en een theelepel zout, dus niet alleen water. Door hiermee je neus te spoelen, haal je ook de viezigheid weg. Zo doet je eigen lichaam dat ook. Als je het goed doet, proef je het zoute water in je mond. Spuug dit wel weer uit.”



Hoe zit het met neussprays?

“Veel sprays zijn in feite niet veel meer dan water met een zoutoplossing, maar dan wel voor omgerekend vierhonderd euro per liter. Die kun je dus beter zelf maken. Er bestaan ook sprays met als werkend bestanddeel xylometazoline. Dergelijke sprays werken vooral goed wanneer je neus verstopt zit. Hierbij geldt wel een waarschuwing: dit moet je niet te lang blijven doen. Als je deze spray langer dan een week gebruikt, raakt je neus eraan verslaafd en gaat het juist averechts werken. Een geschilde ui op je nachtkastje schijnt je neus trouwens ook open te houden.”

Wat moet je doen bij korstjes en wondjes in je neus?

“Niets. Vooral niet peuteren. Bij veel ouderen zien we dat de huid wat dunner en dus kwetsbaarder wordt. Dat geldt ook voor de huid en de slijmvliezen in de neus. Zeker als je bloedverdunners gebruikt, is de kans op een bloeditstorting of een bloedneus groter. Een heftige bloedneus kan zelfs gevaarlijk zijn. Wees dus voorzichtig met die neus en ga er niet in porren, ook niet met een zakdoek. Een neusdouche is wel goed en wat zalf of vaseline in de neus smeren helpt ook.”

Raad je mensen aan om met een verkoudheid naar de huisarts te gaan?

“Nee, absoluut niet. Integendeel zelfs. Niet alleen is de kans groot dat je in de wachtkamer andere mensen besmet, je loopt ook zelf kans om ziek te worden door iets wat iemand anders onder de leden heeft. Je afweersysteem werkt immers niet op volle kracht. In vrijwel alle gevallen gaat een verkoudheid binnen een of twee weken vanzelf weer over. Als je astma of andere longproblemen hebt, vreest voor een longontsteking of langer dan vijf dagen koorts hebt, is het wél raadzaam om je huisarts telefonisch te consulteren.”

(Vervolg op pagina 15)

Dagje uit

Eigenlijk was het een middag uit. Op zondagmiddag gingen we naar het gemeentemuseum in Arnhem.

Ik had gelezen dat daar een tentoonstelling is over kunst uit het derde rijk. Ik kreeg door een stukje in de krant het idee dat dit een interessante tentoonstelling is. We dachten handig te doen door naar het station in Oosterbeek te rijden om vandaar met de bus naar het museum te gaan.

Dan merk je dat je niet meer de weg kent in de plaats waar je bent opgegroeid. De bushalte was er niet meer. Nou dan gaan we de auto bij het gemeentehuis zetten was de reactie.

Daar reed de bus wel, maar niet zoals vroeger om de 10-15 minuten. Bijna een halfuur wachten was de mededeling bij de bushalte.

Toen gingen we met de auto naar Arnhem. Via google op de telefoon was ik er achter dat je bij Onderlangs de auto gratis kon parkeren. Dat lukte en we konden via een trap naar boven naar het museum. Het was er druk. Er waren veel bezoekers, die de tentoonstelling bezochten.

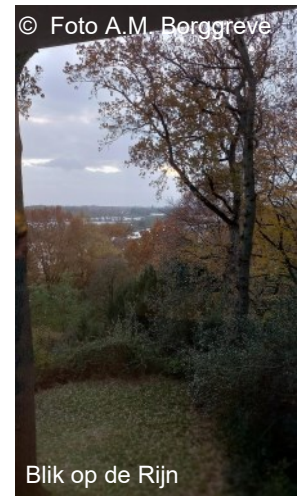
De tentoonstelling was uitgebreid. Ik verwachtte vooral "gelikte" schilderijen met nazireclame. Uiteraard waren er zulke schilderijen, maar tot mijn verbazing was er ook impressionistisch werk.

De tentoonstelling was dermate uitgebreid, dat we niet alles hebben kunnen zien.

Dus als u naar deze tentoonstelling gaat, trek dan voldoende tijd uit. Ik kan het bezoek aanbevelen.

Fotograferen mocht niet. Toch heb ik stiekem één foto gemaakt. Waar wel foto's van gemaakt mogen worden is het uitzicht richting Rijn. Dat is echt geweldig mooi.

Mary-Ann Borggreve



Vervolg verkoudheid

Wat te doen als de verkoudheidsklachten aanhouden?

"Dan kun je alsnog naar de huisarts om een andere oorzaak uit te sluiten. Denk bijvoorbeeld aan neuspoliepen of een bijholteontsteking.

Hij of zij kan je zo nodig doorverwijzen naar een KNO-arts. Tegen poliepen of een ontsteking bestaan goede medicijnen. Een operatie is soms mogelijk."

Kan het ook een allergie zijn, of hooikoorts?

"Een allergie bouw je op, maar je lichaam groeit er ook weer overheen. Doorgaans zijn mensen allergisch tussen hun 6de en hun 60ste levensjaar. Na die leeftijd is de kans groter dat de klachten komen door die eerdergenoemde hyperreactiviteit. Bij allergieën zijn er andere medicijnen. Bij hyperreactiviteit kun je je neus tegen temperatuurverschillen beschermen, met wat vaseline in de neus bijvoorbeeld, of met een sjaal voor neus en mond."

Hoeveel mag ik mijn kind belastingvrij schenken?

In 2023 in elk geval € 6.035. Dit bedrag is de jaarlijkse vrijstelling voor schenkingen van ouders aan hun kind.

Onder 'kind' verstaan wij ook een pleegkind of een stiefkind.

Let er wel op dat wij ouders als 1 schenker zien. Dit geldt

Tot slot het klassieke dilemma: je neus ophalen of snuiten?

"Ophalen en dan doorslikken! Dit is de manier waarop je lichaam dit zelf geregeld heeft. Dat kun je zien aan de richting van de trilharen in je neus: die zijn naar achter gericht. Snuiten gaat tegen die richting in. En als je dan toch wilt snuiten, gebruik dan altijd een tissue of zakdoekje dat je eenmalig gebruikt. Iedereen kent wel iemand met altijd een stoffen zakdoek in de broekzak. Dat is precies hoe het niet moet, ook al is hij de enige die hem gebruikt. In zo'n natte zakdoek blijft het virus namelijk nog een tijdje leven en kun je het dus opnieuw binnenkrijgen of iemand anders besmetten."

Bron: Plus Magazine – 16 november



Agenda KBO en PCOB

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

KBO Programma

- Woensdag 17 januari 2024 Nieuwjaarsbijeenkomst

De bijeenkomsten vinden plaats in de zaal van het appartementencomplex "De Bosroos", hoek rotonde Proosdijerveldweg/Veenderweg. Ingang aan de Rozenlaan. Aanvang 14.00 uur, tenzij anders vermeld.

PCOB Ede Lunteren Programma

- Informatie op www.pcob.nl/afdelingen/ede/

De bijeenkomsten zijn in "Rehoboth", Driehoek 11 te Ede, tenzij anders vermeld.

PCOB Bennekom Programma

- Informatie op www.pcob.nl/nieuws/activiteiten-pcob-bennekom.

Standaard locatie voor de activiteiten: Gemeentecentrum De Brink, Brinkstraat 39 in Bennekom.

SUDOKU ★★ ★

			7			6	9	
		1			9			5
4		9		3	2	8		
	2	4						9
6			4	2		5		
	5		9	6		1	2	4
5					8		1	
3						9		8
	8					7		

Oplossingen pagina 9

- A. Een van de vaders is Opa
- B. Een fles
- C. Een gordijnrail of vangrail
- D. Niemand liegt; de 3 dokters zijn vrouwen
- E. Kroatië
- F. Geen enkele kant, want een haan legt geen ei!
- G. Hersengymnastiek
- H. A
- I. Een geheim
- J. Een gat in de grond!
- K. Pyjama, reünie
- L. noodlottig

