

AANDACHT 299

SENIORENMAGAZINE VAN KBO HAARLEM

Wist je dat?
Laatste busreis met Oskam
Verplichte medische rijbewijskeuring

juli/augustus 2025



KBO Haarlem **Aandacht 299**

juli/augustus 2025

KBO HAARLEM

opgericht 12 oktober 1952

☒ postadres secretariaat: vacature

@ email secretariaat: *secretaris@kbohaarlem.nl*

🌐 www.kbohaarlem.nl

📱 KBO Haarlem

€ rekeningnr. NL29 INGB 0000 1742 92 t.n.v. KBO Haarlem

Bestuur KBO Haarlem

Theo Vermeij, voorzitter *voorzitter@kbohaarlem.nl*

Marianne Mathijssen, Welzijn, 06-488 25 154

marianne.mathijssen@xs4all.nl

Simon van Veen, penningmeester, 023 – 888 18 77

simonvve@gmail.com

Ton van der Voort, ledenadministrateur, 06-505 17 299

Kloppersingel 175, 2021 CW Haarlem

ledenadministratie@kbohaarlem.nl

Klachten over bezorging

Theo Vermeij, 023 - 535 74 80

meijth@gmail.com

(bellen tussen 17:30 en 19:00 uur)

Ledenadministratie KBO Haarlem

Voor het aanmelden van een nieuw lid, het wijzigen van je adres, telefoonnummer of e-mailadres, maar ook voor het melden van een overlijden en het beëindigen van het lidmaatschap stuur je een e-mail naar ledenadministratie@kbohaarlem.nl.

Foto voorpagina

De foto op de voorpagina is gemaakt door Carla Eekels

Van de redactie

Het is volop zomer; we wanen ons soms in Italië. Geniet je ook zo van het mooie weer? Fijn om er op uit te gaan, wandelend of op de fiets. Maar ook heerlijk om te relaxen in de tuin of op het balkon.

Niet elke dag zal goed zijn in deze zomer, maar er zit altijd iets goeds in elke dag. Dus doe iets gek, denk iets moois, zeg iets liefs: dan heeft elke dag iets positiefs.



Voor je ligt weer een extra dikke, nieuwe editie van Aandacht met veel verschillende en interessante artikelen.

In Aandacht 299 lees je over:

- ✚ mijn dromen
- ✚ welk cijfer geef jij je leven?
- ✚ voorbij de uittreding

Veel leesplezier met Aandacht 299!!

Kopij inleveren

Wil je ook een artikel schrijven in een volgende Aandacht, een reactie geven op een artikel of een anekdote vertellen over een KBO Haarlem activiteit? Of een foto voor de voorpagina inleveren?

Stuur dan je tekst en de bijbehorende foto(s) naar het emailadres van de redactie van Aandacht: redactie.aandacht@kbohaarlem.nl

De deadline voor het inleveren van de kopij voor de september editie van Aandacht (nummer 300) is woensdag 13 augustus a.s.

Aandacht 300 verschijnt op 26 augustus 2025.

Lydia Heerens, 06-304 37 063

redactie.aandacht@kbohaarlem.nl

Wie viert een bijzondere verjaardag?



KBO Haarlem leden van 80, 85, 90 en 95 jaar: van harte gefeliciteerd!

We wensen alle jarigen in juli en augustus een fijne verjaardag en een goed nieuw jaar!

juli

In juli is de 95^e verjaardag van twee KBO Haarlem leden en zes KBO Haarlem leden bereiken deze maand de leeftijd van 90 jaar.

Negen KBO Haarlem leden vieren in juli hun 85^e verjaardag.

Deze maand is de 80^e verjaardag van 14 KBO Haarlem leden.

augustus

In augustus vieren we de 95^e verjaardag van twee leden en vijf van onze leden bereiken de leeftijd van 90 jaar.

Twaalf KBO Haarlem leden vieren deze maand hun 85^e verjaardag.

Een welgemeende felicitatie voor zes KBO Haarlem leden, want zij vieren in augustus hun 80^e verjaardag.

In deze rubriek staan de namen van jarige en overleden leden van KBO Haarlem. De versie van Aandacht op de website bevat geen persoonlijke informatie.

Vier je in de komende maanden een kroonjaar dan vermelden we dat graag in Aandacht! Wil je jouw verjaardag **niet** vermeld zien in Aandacht? Meld dit dan bij voorkeur met een e-mail aan Ton van der Voort: ledenadministratie@kbohaarlem.nl

Wanneer een KBO lid overlijdt dan nemen de nabestaanden contact op met de ledenadministratie. Zij geven dan ook aan of dit overlijden in Aandacht vermeld mag worden.

Ledenadministratie@kbohaarlem.nl is het emailadres van de KBO Haarlem ledenadministratie. Meld daar je wijziging van verhuizing, nieuwe telefoonnummer of het overlijden van een dierbare.

Overleden, maar niet vergeten



illustratie van Annelie Versteeg

We herdenken de twaalf KBO Haarlem leden, die onlangs overleden, maar ook de overledenen die niet vermeld staan.

Nieuwe leden

Afgelopen maand verwelkomde KBO Haarlem vier nieuwe leden.

Bestuursmededelingen

Voorbij de uittreding

door Theo Vermeij

Wie zijn wij - KBO - eigenlijk? Katholieke Bond van Ouderen klinkt als een afdeling van de R.K. kerk. Dat is echter niet zo. We staan als organisatie buiten enig kerkelijk verband. We willen wel goede betrekkingen onderhouden met de kerken, maar ook met allerlei sociale groepen.

Als waarborg voor onze doelen hebben wij in onze statuten staan, dat wij de katholieke, bedoeld is de christelijke beginselen aanhangen. Ik hoop, dat die beginselen in onze nieuwe statuten zullen blijven gelden.

Het bestuur vindt het jammer, dat PCOB en ANBO zich weer zo zwaar hebben gemaakt op landelijk niveau. Wij blijven werken aan samenwerking met hen op plaatselijk gebied, maar ook met andere solidaire, niet-elitaire groepen, zoals de ouderen uit de vakbondswereld. Overigens zijn velen van onze leden ook actief in hun kerk of in een maatschappelijke organisatie.



Wat doen wij en wat willen wij doen?

Ik denk aan het volgende:

- ✚ Het nuttige zoveel mogelijk met het aangename verbinden, zoals wandelen, fietsen, sporten en allerlei mooie plekken bezoeken. Dat is gezond en je ontmoet elkaar.
- ✚ Meer en structureel sporten en bewegen. Er zijn ideeën hierover, maar een vorm is er nog niet.
- ✚ We willen graag goedkope ruimten gebruiken. Juist bij ouderen is ontmoeting belangrijk. Denk aan een huiskamer, maar ook aan een zaal. Is zoiets nog wel mogelijk in een tijd, dat we bijna stokoud zijn en tegelijkertijd het leven peperduur is? Het is verbijsterend, hoe in de afgelopen neoliberale tijden veel is wegbezuinigd en de rest heel duur is geworden.

Kijk naar de inflatie. Men is er zo laconiek over: die gaat voorlopig niet ophouden. We hebben niet de pretentie te weten wat er gaat gebeuren met economie en inkomens. Gelukkig zijn ouderen voorzichtig, want dat zullen we allemaal nodig hebben.

- ✚ En dan de belangenbehartiging: dat doen we zo plaatselijk mogelijk, omdat de eigen omgeving bekend is: voetganger, fietser, rolstoel, driewieler, toegankelijkheid en bereikbaarheid van huisarts, ziekenhuis etc.
- ✚ Voor jezelf opkomen, al heb je daar misschien helemaal geen zin meer in. Ik doel op de digitale wereld. Deelname lijkt verplicht, maar hoort vrijwillig te blijven. Ik hoop dat wij als KBO op verzoek mensen kunnen blijven helpen met de digitale vaardigheden. Niet iedereen heeft kinderen, die bereid zijn telkens weer uitleg te komen geven.

Samenwerken

Veel van de KBO Haarlem activiteiten worden nu al min of meer succesvol beoefend. Ook al neem je er niet aan deel, je ziet het gebeuren of je leest erover. Zo'n lezerskring vormt dan ook een nuttig netwerk, dat door zijn continuïteit een vertrouwenwekkend beeld geeft. Totdat onze hoge leeftijden en bijgevolg hoge uitval- en sterftcijfers er een eind aan maakt.

Het is uiteraard een heel gedoe om alles goed bij te houden. Zo wordt het steeds moeilijker om contributies te innen of om nieuwe bestuursleden of bezorgers te vinden. En toch gaat het daar juist om! Dat zouden we zo lang mogelijk moeten zien vol te houden. Wellicht moeten plaatselijke afdelingen met elkaar samenwerken om de uitvoering zo simpel mogelijk te houden, bijv. één drukker voor meerdere bladen, zo goed mogelijke contributie inning, één penningmeester of ledenadministrateur voor enkele buur afdelingen.

In onze regio gaat het om KBO Velsen, waarvan het bestuur op 23 mei 2025 een geanimeerde afscheidsbijeenkomst vierde in de petanque-hal naast Onze Gezellen aan de Vlietweg. En om KBO Heemstede, dat eind 2025 haar laatste adem wil/moet uitblazen.



Werkgroep

Het KBO Haarlem bestuur heeft een werkgroepje, nu nog van bestuursleden gevormd, om mogelijk bestuursleden te zoeken, die een 'light' bestuur willen vormen. Of we daarin slagen is nog maar de vraag, want het oude bestuur van KBO Velsen is niet lichtvaardig opgestapt, maar welbewust en na onderzoek. Nu ken ik in Velsen nog wel wat mensen: ik ben opgegroeid aan de Kerkweg in Santpoort tegenover het Mosterdzaadje, een voormalig Elthetokerkje, later trappenfabriek fa. Schild, maar in Heemstede ben ik veel minder bekend. En Zandvoort behoeft ook meer aandacht.

We zouden dus de regio moeten inventariseren. Dat is teveel voor ons KBO Haarlem bestuur en de werkgroep, dus hierbij een oproep aan jou om ons werkgroepje voor het 'light' bestuur uit te breiden.

Alternatief

Als we dit allemaal niet zouden doen, dan rest voor de leden van de aanpalende afdelingen een individueel lidmaatschap van KBO Noord-Holland. In de praktijk krijg je daarvoor het magazine. Je kunt ook zaken als belastinghulp bij KBO Noord-Holland halen. En deelnemen aan hun bijeenkomsten, maar als je dat van plan bent, bedenk dan dat je net zo gemakkelijk een plaatselijk bestuur kunt helpen vormen.

In de algemene ledenvergadering van woensdag 24 juni spreken we o.a. over dit onderwerp.



Voorlezen



In klas 2 en 3 van de lagere school was onze leerkracht frater Servus. Hij gebruikte te pas en te onpas zijn viool om zijn uitleg te ondersteunen. En hij kon vertellen! Over Slangenmens. Dat wezen bestond uitsluitend in zijn fantasie en Servus bracht Slangenmens dagelijks tot leven. Servus begon met een willekeurige leerling te vragen "Wat heb ik gisteren over Slangenmens verteld?" en na het antwoord kregen we nieuwe avonturen van Slangenmens te horen. Servus verzong ze ter plekke, die belevenissen en wij, zijn luisteraars, zaten dicht bij elkaar, niet meer in de bank maar op de grond rond de kolenkachel (die zelden brandde, want brandstof was duur). Wat een repeterend voorrecht voor 21 jongetjes! In de 5^e klas las meester Spaay voor: Arendssoog en Witte Veder. Geweldig!

Een beetje onderwijzer kan goed voor de vuist weg vertellen. He-laas, dat kon ik niet. Wat ik wél kon was voorlezen. Als ik weer eens een oud-leerling ontmoet, komen meestal dezelfde onderwerpen ter sprake (afgezien van informatie over wat zo'n leerling nu uitspookt): het weekje op Texel met klas 6 (nu groep 8), de afscheidsavond, zangles en voorlezen.

Harry Potter

Voorwaarde voor boeiend voorlezen – of het nou voor je kleinkind is of voor je klas – is weten wat je gaat voorlezen en dat je het verhaal zelf mooi/leuk/spannend vindt. Je moet het eerst zelf goed gelezen hebben. Dat werd me eens pijnlijk duidelijk gemaakt toen ik een kwartiertje in groep 7 moest waarnemen. De leerkracht wist dat ik graag voorlas, dus hij adviseerde: "Ga maar verder in Harry Potter." Dat deed ik. Harry Potter was mij toen nog helemaal onbekend.

Dus die kinderen vonden, terecht, dat ik er niets van snapte: ik wist niet hoe het verhaal tot zover in elkaar zat, de kinderen moesten mij verduidelijken wat voor types er achter de namen zaten, namen die ik trouwens fout uitsprak ("de meester zegt altijd.....") Toen ik eindelijk door de klas een beetje op weg geholpen was, was het kwartier om. (Misschien is dat kwartiertje bepalend geweest voor mijn negeren van de uiterst succesrijke Harry Potterboeken en -films.

Harry Potter moét wel erg goed zijn want kinderen en hun ouders, en mijn vrouw, smullen ervan).

Een goed kinder- of jeugdboek is niet persé geschikt als voorleesboek. Neem, 'Fulco de minstreef' of 'De brief voor de koning', klasieke boeken voor kinderen die graag lezen. Maar niet geschikt om vóór te lezen: veel beschrijving en detaillering, te weinig actie.

Als beginnend onderwijzer kreeg ik van mijn baas 'Holland onder het hakenkruis' door Piet Prins om voor te lezen. Heel boeiend voor jong en oud. Maar ook heel opdringerig gereformeerd! Dus alle gebeden en overwegingen streekte ik door. En zo hebben heel wat klassen meegeleefd met de ervaringen van twee jongens tijdens de bezetting.

Later bleek me dat Piet Prins een pseudoniem was van Piet Jongeling, journalist en gerespecteerd kamerlid voor het GPV.



'Koning van Katoren' van Jan Terlouw heb ik misschien wel twintig keer voorgelezen. Sommige dialogen kende ik bijna uit m'n hoofd. In het hoofdstuk over de gevreesde tovenaars Pantaar, die bij een willekeurig adres aanbelt om iets mee te nemen waar de bewoner erg aan gehecht is, staat het zinnetje "Er wordt gebeld." Bij het voorlezen van dat zinnetje keek ik ieder jaar naar de leerling die het dichtst bij de klasdeur zat en dus portier was. Was de portier eenmaal de klas uit, dan ging ik door met voorlezen: "Er wordt gebeld....."

'Ronja de roversdochter' van Astrid Lindgren las ik ook graag voor. Als Ronja geboren wordt, brult haar vader de rover: "IK HEB EEN KIND!!!" Dat brulde ik dus ook, zo hard als ik ooit kon. En dat was toen heel hard!

Aan de KBO-leden van Velsen

door Theo Vermeij

Met enige schroom richt ik mij als voorzitter van KBO Haarlem tot de leden van KBO Velsen. De reden is dat het bestuur van Velsen het serieuze besluit heeft genomen tot opheffing van de afdeling. Ons bestuur heeft daarvoor begrip. Ik heb in de afgelopen periode gesproken met het oude bestuur (voorzitter en secretaris/peningmeester) en ik was ook bij de afscheidsmiddag op 23 mei. Toch wil KBO Haarlem de leden van KBO Velsen een voorstel doen.

KBO-ers zijn mensen die sociale, solidaire groepen vormen: uit de kerken, de vakbonden, de sportclubs, de boeren van vroeger. De rijken van nu en de ondernemers hebben hun eigen clubs, zoals de Rotary en ook de spraakmakers, naar wie de politiek geneigd is de oren te laten hangen. Daar zit immers geld en soms ook ondernemingszin. Des te belangrijker is het te laten zien, dat er op de achtergrond meer soorten mensen zijn. Maar we zijn oud en niet meer bij machte veel te laten zien. Toch is er behoefte aan sociale activiteiten ten behoeve van de ander, maar ook voor de eigen gezondheid. KBO vormt een netwerk, waarmee je op de hoogte kunt blijven, ook van elkaar.

Aandacht

Ook al zou je geen activiteit meer verrichten, dan nog is een eenvoudig mededelingenblad over je sociale groep van belang. Vergelijk het met de oude mededelingenblaadjes van de sportclubs. Niet alleen de sporters lazen deze blaadjes!

Het bestuur van KBO Haarlem wil jou, een lid van KBO Velsen, dit jaar een paar edities van ons blad Aandacht bezorgen: als voorbeeld en met het verslag van onze vorderingen om een 'light' bestuur te vormen. Dat betekent dat KBO Haarlem desgewenst een aantal taken kan uitvoeren.

Het bestuur van KBO Velsen is van plan om in 2025 het KBO magazine te blijven bezorgen. Dus de bezorging van Aandacht kan dan mooi gecombineerd worden.

Mocht het allemaal niet lukken, dan zijn er altijd nog de opties die het oude bestuur van KBO Velsen heeft voorgesteld. Deze blijven gelden, of er nu wel of niet een bestuur komt.

We zijn benieuwd naar je mening; laat het ons weten!

Op zoek naar geluk

Welk cijfer geef jij aan je leven?

door Inez Lips

Het zal niemand verbazen dat geluk beleving een belangrijke rol speelt in de psychologie. Psychologie gaat immers over hoe mensen zich voelen en wat er zich in hun hoofd afspeelt. Binnen de positieve psychologie wordt geluk vaak gemeten als een combinatie van levensvoldoening (hoe tevreden iemand is met zijn/haar leven), en het ervaren van positieve dan wel deprimerende emoties.



Zo is 'een cijfer geven aan je leven' een veelgebruikte en erkende methode binnen de psychologie om geluk of subjectief welzijn te meten. Het is eenvoudig, maar verrassend krachtig. Het zegt iets over hoe iemand in het

algemeen terugkijkt op zijn of haar leven – niet perse over dagelijkse gevoelens, maar meer het grotere plaatje. Je kunt meteen voor een overall cijfer kiezen of verschillende onderdelen onderscheiden, die je een apart cijfer geeft en bij elkaar optelt, waarna je de som door het aantal onderdelen deelt. Dat kan bijvoorbeeld zijn je mentale en fysieke gezondheid, sociale verbondenheid en relaties met partner, familie, gezin en vrienden, hoe je economische situatie is. Maar ook bijvoorbeeld of je een fijne jeugd had, hoe je je werk waardeert, of je voldoening en zingeving ervaart en hoe je naar de toekomst kijkt.

Welke cijfer?

Heb je weleens overwogen om jouw leven een cijfer te geven? Zou het dan een overall cijfer worden of deel je het liever op in verschillende aspecten? En wat zouden dan die aspecten zijn? En voor het geval dat je toch hiermee aan de slag gaat, dan is het wellicht leuk om dat te delen met dierbaren. En hen op hun beurt te vragen of ze een cijfer willen geven aan hún leven...

Verplichte medische rijbewijskeuring

75 jaar via CBR (Centraal Bureau Rijvaardigheidsbewijzen)

door Marianne Mathijssen

Op verzoek van enkele leden vermeld ik in dit artikel de procedure om een rijbewijs te verlengen. Dit geldt voor mensen van 75 jaar en ouder.



Stap 1

Vraag een gezondheidsverklaring digitaal aan via mijn CBR of DigiD met sms controle. Vul de vragen van deze gezondheidsverklaring in en beantwoordt alle antwoorden met zoveel mogelijk nee (als dit kan).

Maak een kopie voor jezelf!

Stuur het formulier naar het CBR (digitaal of per post).

Stap 2

Je ontvangt de uitslag van de medische keuring per email of per post van het CBR.

Stap 3

Bel de keuringsarts voor een afspraak, bijvoorbeeld via Rijbewijsnauwkeurig .nl of bel 085 – 018 08 00. Geef aan dat je KBO lid bent.

Let op: als je de afspraak met de keuringsarts maakt, geef dan de kortingscode RKB4 door. Hiermee krijg je €10,00 korting op de factuur.

Urine, bril en KBO pas meenemen naar de keuringsarts.

De keuringsarts verzendt het keuringsverslag digitaal naar het CBR. Een kopie van dit formulier bewaar je in je eigen administratie.

De keuringsarts kost €70,00. Vraag de keuringsarts om op de factuur de AGB code te zetten; anders krijg je geen korting van het Zilveren Kruis!!

Na betaling van de factuur stuur je deze gefrankeerd naar Zilveren Kruis, afd. Declaratieservice, Postbus 70001, 3000 KB Rotterdam met je eigen registratienummer erop voor de vergoeding van €35,00 uit onze collectiviteitskorting.

Stap 4

Is het besluit goedgekeurd, dan zie je dat in je Digid. Voor verlenging van een rijbewijs maak je een afspraak bij je gemeente. Bij deze afspraak neem je twee gekleurde pasfoto's mee, waarop je oren en wenkbrauwen goed zichtbaar zijn. Je haar dus weghalen uit het gezicht, en de mond dichthouden. Neem ook je oude rijbewijs mee!

Stap 5

Je krijgt van de gemeente een groen formulier mee van het RBW. Het rijbewijs kost ongeveer €51,50; je kunt alleen met pin betalen.

Je pinbon is je afhaalbewijs voor de verlenging van je rijbewijs. Goed bewaren dus!

Stap 6

Na vijf werkdagen kun je je nieuwe rijbewijs, zonder afspraak, ophalen bij je gemeente. Het is belangrijk dat je ook het ingevulde groene formulier meeneemt!



Wist je dat?

Penningmeester Simon van Veen is geabonneerd op nieuwsbrieven van diverse ouderenbonden of -organisaties. Hij is ook lid van Vakbond De Unie. Hij leest in de nieuwsbrieven zaken, die senioren met behulp van kinderen, kennissen of burens helpden de juiste weg te bewandelen, bijvoorbeeld bij hulp van de gemeente.

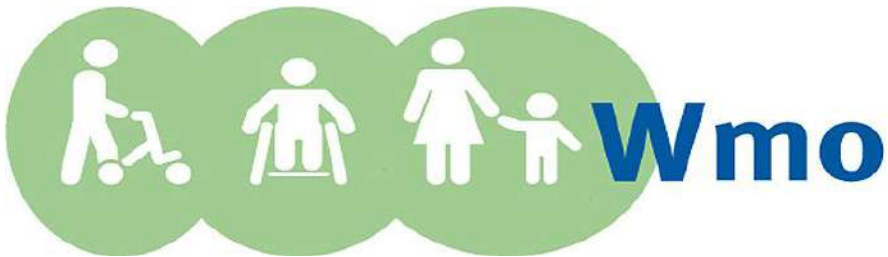
Wmo bron: vakbond De Unie
De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) speelt een belangrijke rol in het leven van mensen die hulp nodig hebben bij het dagelijks functioneren. Of je nu te maken hebt met een beperking, een chronische ziekte of ouderdomsproblemen: de Wmo biedt ondersteuning om zelfstandig te blijven wonen en mee te doen aan de samenleving.

De Wmo kent twee vormen voorzieningen:

Algemene voorzieningen zijn voorzieningen die voor iedereen toegankelijk zijn, zoals een maaltijdservice of een buurthuis.

Maatwerkvoorzieningen zijn voorzieningen die specifiek zijn afgestemd op jouw persoonlijke situatie, zoals huishoudelijke hulp, woonaanpassingen als een traplift of vervoer (scootmobiel of taxipas). Ook is het mogelijk om individuele begeleiding aan te vragen: dan helpt een medewerker je bij plannen en organiseren of bij sociale contacten.

Je vraagt ondersteuning aan bij het Wmo loket van je gemeente of bij het sociale wijkteam. Zij helpen je verder met de aanvraagprocedure.



Fysiotherapie

bron: Skiprdaily

Het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF) maakt zich hard, dat de fysiotherapie in de basisverzekering blijft. "Mensen die geen geld hebben voor een aanvullende verzekering met fysiotherapie en deze zorg niet ter plekke kunnen betalen, zullen buiten de boot vallen in de toekomst", stelt de voorzitter van KNGF, Lodi Hennink. Het kabinet is van mening dat een stelselwijziging wenselijk is waarin meer fysiotherapie vanuit de basisverzekering wordt vergoed. "De toegankelijkheid van fysiotherapie is niet alleen belangrijk voor de patiënt als mens, maar ook essentieel voor het gehele zorgsysteem. Zonder goede toegankelijkheid komen mensen met minder geld onnodig in het ziekenhuis, en na behandeling door de medisch specialist hapert de noodzakelijke vervolgzorg in de eerste lijn" zegt Lodi Hennink. Hou de plannen van het kabinet in de gaten en bekijk (bij twijfel) de polis van je zorgverzekering.

Seniorenjournaal

bron: Seniorenjournaal

In het Seniorenjournaal vond Simon deze twee onderwerpen. Seniorenjournaal is een activiteit van A4-communicate in Zeist. Wil je geïnformeerd blijven, abonneer je dan op het Seniorenjournaal of bekijk de website www.seniorenjournaal.nl

o **Bewegen betekent veel meer dan je denkt!**

"Meer bewegen voor senioren lijkt op het eerste oog misschien eenvoudig, maar schijn bedriegt" zegt een buurtsportcoach. "Het heeft met zelfredzaamheid te maken." Bewegen is belangrijk, zowel voor de lichamelijke als de geestelijke gezondheid.

o **Rollatorschaamte**

Een looprek op wielen is een uitkomst voor wie niet meer optimaal ter been is. Toch is het voor sommigen een hele stap om 'aan de rollator' te gaan. Goed omgaan met je hippe, kleurige Rolls Royce vergt enige oefening, maar het is een fantastische manier om langer mobiel te blijven en akelig vallen te voorkomen.



Wheels4Freedom



Dit jaar kwam ik in contact met een heel bijzondere motorclub. Of beter gezegd een zijspanclub. Ik vertel jullie over de Stichting Wheels4Freedom. Meer informatie staat op wheels4freedom.nl

Rolstoel

Een aantal verpleegkundigen houdt van motor rijden en zij zetten zich in voor mensen in een rolstoel.

Hun startvraag is: hoe kunnen we mensen over de weg vervoeren, terwijl zij in hun rolstoel zitten. En het antwoord is: met rolstoel en al op een speciaal ontworpen en gebouwd zijspan. De zijspan hangt aan een motor die daarop aangepast is. De motor met zijspan is goedgekeurd door de Rijksdienst voor het Wegverkeer.

Vrijwilligers

Inmiddels zijn er drie motoren met zijspan gebouwd en door de RDW goedgekeurd. Dan ben je er nog niet. Want bij elke motor horen drie motorpakken, helmen en wat verder voor elke passagier nodig is. Want uniforme mensen bestaan niet.

Door het hele land zijn er vrijwilligers die op één van de motoren met zijspan op stap gaan met een persoon die vast zit in een rolstoel. Niet helemaal gratis; een ritje kost €0,35 per kilometer, gerekend van de garage van vertrek tot de garage van terugkeer. Maar verder is de motorrit gratis.

Dit is geen reclame praatje. Maar mocht je iemand kennen die om wat voor reden dan ook een keer door Wheels4Freedom ergens heen gebracht wil worden, dan weet je de weg.

© Adriaan Koopmans

Zuster Maria

Soms lees je in een blad een grappig verhaal, dat je wil delen met andere mensen. Zelf een tekst schrijven mag natuurlijk ook!! Stuur je tekst dan - eventueel met plaatjes - naar redactie.aandacht@kbohaarlem.nl. Elly Rienstra stuurde dit leuke stukje in.

Zuster Maria, die voor de thuiszorg werkt, was haar ronde aan het doen om aan huis gebonden patiënten te bezoeken, toen haar benzine op- raakte. Het gelukkige toeval wilde, dat er een Texaco benzinstation een huizenblok verder was.

Ze liep erheen om een benzineblik te lenen en wat benzine te kopen. De be- diende vertelde haar dat het enige benzineblik dat hij had uitgeleend was, maar de zuster mocht wachten tot het blik teruggebracht werd.

Zuster Maria was onderweg naar een patiënt, dus ze besloot om niet te wachten en liep terug naar haar auto. Ze zocht of er iets in de auto lag dat ze met benzine kon vullen en liet haar oog vallen op de pispot, die zij naar de patiënt moest brengen.



Altijd vindingrijk droeg zuster Ma- ria de pispot naar het benzinstation, ze vulde hem met benzine en droeg de volle pot terug naar de auto. Terwijl ze de benzine in haar tank goot, keken twee moslims aan de overkant van de straat toe. Een van hen wendde zich tot de ander en zei: "Als de auto start, word ik katholiek!"



Mijn Dromen

Over geen enkele droom kan ik een samenhangend verhaal vertellen. Het zijn meestal flarden of lappendekens van stressige situaties die ik lang geleden in mijn werk beleefde.

Toekomst

Belangrijker is de droom die ik koester over de toekomst. Een beeld dat ik met de jaren steeds moet bijstellen. Hoe zullen onze kinderen en kleinkinderen die toekomst beleven? Niets kan ik naar mijn hand zetten, maar onbewust ben ik er toch mee bezig. Door onze gesprekken, het geven van voorbeelden, het uitspreken van mijn oordeel over ontwikkelingen die ik toejuich of die mij zorgen baren. De ervaring die ik heb opgedaan kan soms nuttig zijn voor het geven van raad. Vooral wanneer het gaat over zaken die ik vroeger anders had moeten aanpakken. Met de kleinkinderen ben ik in de fase van het verklaren van alles wat ze ontdekken. Het is net planten van jong gewas: je hebt geen idee welke indrukken of herinneringen zich in hun denkwereld zullen vastzetten.

Eigenlijk heeft mijn gepeins over de toekomst van kinderen en kleinkinderen alles te maken met loslaten. Er zijn veel ontwikkelingen waaruit ik hoop mag putten, maar zorgelijke ontwikkelingen steken ook de kop op. Zal de groei, de modernisering, de toepassing van onze kennis – en inzicht hoe daar mee om te gaan – leiden tot meer begrip en verdraagzaamheid. Of zullen de krachten van de hebzucht, de onverschilligheid, het heilige geloof in eigen gelijk, het leven van zo velen blijven bepalen? Zullen de komende generaties op een gebalanceerde, duurzame maar vooral rechtvaardige wijze omgaan met de rijkdommen van onze planeet, of weten we ons niet te beheersen en stormen we op de afgrond af?

Menswaardig bestaan

Het spookte in mijn kop na een bezoek aan een emigratiebeurs. Met een aantal mensen sprak ik over hun motieven om ons land te willen verlaten. Ik was nieuwsgierig en wilde horen waardoor die motieven werden ingegeven. Veel mensen menen dat er op een aantal kruispunten in de vorige eeuw 'verkeerde afslagen zijn genomen'. Meer, sneller, mooier en vooral efficiënter, efficiënter en nog eens efficiënter moest alles. De menselijke maat is op veel plaatsen in onze westerse wereld verwaarloosd.

De trek naar de grote stad overal op deze aarde heeft een enorme omvang aangenomen en zet zich in sneltreinvaart voort.



Liefde en saamhorigheid

Mijn echte droom is, dat het recht van elk mensenkind op een menswaardig bestaan steeds meer werkelijkheid mag worden. Dat het gezonde verstand sterker zal zijn dan de waanzin. Dat liefde en saamhorigheid sterker zullen blijken te zijn dan haat en egoïsme. Ik geloof dat die hoop en dat verlangen onuitwisbare oerkrachten zijn, die elk mens bij zijn geboorte meekrijgt.

Filo & Sophietje

Wat eten we vandaag?

Dit ovengerecht is voor vier personen.

Orecchiette met witvis en olijven

Ingrediënten en benodigdheden

- ✚ twee blikken grote witte bonen (400 gram) afgespoeld en uitgelekt
- ✚ 150 gram lekkere groene olijven
- ✚ 4 x 125 gram witvis (kabeljauw of koolvis)
- ✚ een citroen, in dunne plakjes
- ✚ 400 gram orecchiette (schelpjespasta) of andere korte pasta
- ✚ olijfolie
- ✚ zout en peper
- ✚ een ovenschaal
- ✚ aluminiumfolie

Bereidingswijze



Verwarm de oven voor op 160 graden Celsius. Verdeel de witte bonen en olijven over de bodem van de ovenschaal en breng op smaak met zout en peper. Giet er een scheutje water bij. Leg de stukken vis op de bonen en breng op smaak met zout en peper. Verdeel de citroen er dakpansgewijs over en besprenkel royaal met olijfolie.

Rooster dit 15 tot 20 minuten (afhankelijk van de dikte van de vis): die moet van binnen warm zijn. Test dit door er een metalen prikker in te steken en die voorzichtig tegen je lip te houden.

Kook ondertussen de pasta iets minder gaar dan al dente in goed gezouten water. Giet af en bewaar een scheutje kookvocht. Haal de vis uit de oven en schep de stukken vis (met citroen) op een bord. Dek losjes af met folie. Plet een deel van de bonen (en af en toe een olijf) met een vork en schep de pasta erdoor. Voeg een scheutje kookvocht toe als het droog lijkt. Verdeel de pasta over vier borden en leg op elk bord pasta een stuk vis. Maal er nog wat peper over en serveer.

Dit gerecht smaakt ook heel goed met knapperig geroosterd brood in plaats van pasta.

Eet smakelijk

Dit is de laatste keer dat ik een recept inlever voor deze rubriek. Ik ga ermee stoppen, omdat het me steeds meer energie kost de recepten goed op papier te zetten. Bedankt voor de reacties die ik de afgelopen periode heb gekregen. Ik heb het met veel plezier gedaan.

Nel Pool

Dankjewel Nel

Dit overheerlijke ovengerecht is het laatste recept dat Nel Pool instuurt. Dankjewel Nel voor het jarenlang verzorgen van deze rubriek. Wie neemt het van haar over?



Nieuwe recepten

Vind je het leuk om ook jouw favoriete, eenvoudige recept in Aandacht te publiceren, stuur deze dan naar de redactie via het email-adres redactie.aandacht@kbohaarlem.nl

Agenda KBO activiteiten

juli/augustus 2025



15 juli dagtocht Ridderkerk zie blz. 30

26 aug Aandacht 300 verschijnt

Hulp iPad, tablet, smartphone en laptop

Elke donderdagmiddag om 14:00 uur zie blz. 31

Bridge

Elke laatste woensdag van september t/m mei zie blz. 25

Fietsen

Elke tweede woensdag van de maand zie blz. 26-27

Klaverjassen

Elke donderdag vanaf 13:30 uur zie blz. 25

Wandelen in de duinen

Elke woensdag vanaf 10:00 uur zie blz. 28-29

Noteer alvast in de agenda

1 sep beldag dagtocht Van Noppen zie blz. 30

12 sept dagtocht (nadere info in Aandacht 300) zie blz. 30

Nieuwe KBO leden zijn welkom!

Ken je iemand bij die het leuk vindt om bij KBO activiteiten aan te sluiten? Vraag hem of haar dan om een email te sturen naar de ledenadministratie: ledenadministratie@kbohaarlem.nl

Aanmelden kan ook via het invulformulier op de website: www.kbohaarlem.nl, lid worden.

Bridgecompetitie 2024-2025

Op woensdag 21 mei sloten we de competitie af met de einddrive en zoals gebruikelijk met een drankje en een hapje.

Hier is de eindstand van de bridgecompetitie 2024-2025:

1 ^e	Jacqueline Sernee en Ank Schoutsen	56,25%
2 ^e	Bea Meier en Marijke Uijl	55,84%
3 ^e	Iet Woerde en Dames Klunder	55,42%
4 ^e	Tiny ter Stege en Jeanny Feliks	52,33%
5 ^e	Ans Eliens en Nolda Spaans	51,58%

De kampioenen krijgen ieder een fles wijn.

De laatste woensdag van september starten we met de competitie 2025-2026.

Wil je daar aan meedoen, bel dan met Hans van Elk, tel. 524 62 66.



Klaverjassen



KBO Haarlem heeft een gezellige klaverjasclub. Deze kaartgroep is op zoek naar nieuwe leden.

Vind je het leuk om te klaverjassen? En ben je beschikbaar op donderdag vanaf 13:30 uur?

Meld je dan aan bij Jonny Riksman, telefoonnummer 06-250 78 179,

Fietsen

woensdag 11 juni 2025

door John Goossens

Iets voor 10:00 uur kom ik aan bij 't Trionk. Tot mijn verbazing staan we niet in de agenda. Ik zeg dat ik in maart alle data van dit jaar heb doorgegeven. Door personele wisselingen is dit fout gegaan. We krijgen onze vertrouwde plek met koffie en een overheerlijk koekje. Alles is weer geregeld! Vandaag zijn we met acht personen, waarvan twee nieuwe gezichten van het mannelijk geslacht. Ineke is er dit keer niet bij. Zij geniet van een welverdiende vakantie op Sardinië.

Werkzaamheden aan de weg

Even na half elf vertrekken we voor onze fietstocht. Door de Koninginnebuurt komen we uit in Zuiderhout waar het pontje Spaarneveer aangemeerd ligt; we kunnen meteen aan boord. Na een kleine twee minuten zijn we het Spaarne over. Via de Noord Schalkwijkerweg rijden we in zuidelijke richting. Het viaduct van de Europaweg onder door.

Daar, bij het begin van de Zuid Schalkwijkerweg, is een obstakel. We moeten omrijden. Oorzaak? De weg heeft groot onderhoud nodig. Onder deze weg ligt een dijk. Deze was niet meer stabiel en hoog genoeg. De werkzaamheden aan de weg zijn tegelijkertijd uitgevoerd om de overlast zoveel mogelijk te beperken. Dit is het laatste stukje dat nog gedaan moet worden. Via de omleidingsroute komen we iets zuidelijker weer op de Schalkwijkerweg.



Bij de Molenplas is een kleine rustpauze en genieten we van een lekker snoepje. We vervolgen onze weg naar ons einddoel en de Meerwijkplas laten wij rechts liggen. Deze plas heeft een oppervlakte van 37 hectare waarvan 9 hectare land en 28 hectare water. Je kunt er heerlijk rond wandelen en fietsen.

Het zand is hier gewonnen voor de ophoging van de voormalige Veenpolders in Schalkwijk. We rijden richting het Liewegje. Daar nemen wij het fietspad langs de Amsterdamsevaart. Aan de rechterkant zijn de lepelaars met hun jongen goed te zien van april tot en met juni. Maar helaas. Ze zijn al vertrokken.

Naar Spaarndam

Via recreatiegebied Spaarnwoude en Stompeloren komen wij aan bij ons lunchadres in Spaarndam: De Toerist. Dit café heeft een rijke geschiedenis die teruggaat tot 1902, toen de heer Honderdors zich er vestigde. We genieten van een heerlijke lunch op het terras.

We maken een klein ommetje langs Zijkanaal C en langs de golfbaan om uiteindelijk nog een drankje te drinken bij Café Spaarndam aan de Westkolk.



Volgende fietstocht

De volgende fietstocht is op 9 juli met als bestemming De Olmenhorst in Lissersbroek. Hopelijk is de opkomst iets groter. Door de vele vrije dagen in de afgelopen tijd zijn waarschijnlijk veel mensen er op uit getrokken.

Datum: 9 juli 2025

Tijd: 10:00 uur verzamelen, vertrek om 10:30 uur

Waar: 't Trionk, Van Oosten de Bruijnstraat 60, Haarlem

Kosten: €1,00 voor koffie of thee

De lunch is voor eigen rekening.

We hopen op een grote opkomst.

Groeten van Ineke en John

Wandelen

door Ineke Schaap

Niet om aan te zien!

Al geruime tijd is het niet mogelijk een rondje om het Wed in de Kennemerduinen te maken. Het wandelpad en de vuilnisbakken staan daar al maanden onder/in het water. Wil je er toch langs lopen?

Zie hoe de eenden erop reageren!

PWN heeft daarom een alternatief droge voeten pad gemaakt. Ondertussen zien we nu na weken van droogte, gras totaal vergeeld in tuinen en parken.

Hoopvol vertrokken we daarom opnieuw naar het Wed. Kunnen we eindelijk....? Helaas, na groepsoverleg toch weer gekozen voor het alternatief.

Overigens is dit meertje zeker een begrip bij Haarlemse families. Als kind heb ik daar niet alleen in gezwommen, maar ook heerlijk gedobberd in mijn opblaasbootje. Stond er toen zelfs niet bij stil dat dit meertje rond 1950 gegraven is en het zand dat daarbij vrij kwam gebruikt werd voor nieuwe woonwijken in Haarlem.

Met recht dus **waterpret** voor jong en "oud".



Wandeldata

Op onderstaande data in juni, juli, augustus en begin september gaat de wandelgroep – vanaf 10.00 uur – op pad. De wandeling eindigt met een kopje koffie of thee.

Nora Teeuwen, tel. 06-189 18 189

25 juni	Kennemerduinen verzamelen bij de Tetterodehal
2 juli	Elswout verzamelen bij de ingang
9 juli	Pannenland verzamelen bij de ingang
16 juli	Middenduin verzamelen bij de Tetterodehal
23 juli	Bleek en Berg verzamelen bij de ingang
30 juli	Kennemerduinen verzamelen bij de Tetterodehal
6 aug	Koningshof verzamelen bij de ingang
13 aug	Leiduin verzamelen bij de Oase
20 aug	Middenduin verzamelen bij de Tetterodehal
27 aug	Bleek en Berg verzamelen bij de ingang
3 sep	Pannenland verzamelen bij de ingang



Vanuit de Reiscommissie

Dinsdag 15 juli vertrekken we vanuit Schalkwijk en Haarlem Noord naar



De KBO Haarlem leden, die op tijd belden, boekten deze reis. Overigens: de bus is vol.

Ikzelf (Ronny) bezocht al diverse keren het chocolade atelier, maar ook ik kijk er naar uit, omdat de eigenaar - Frits van Noppen - een uniek figuur is die een leuk verhaal vertelt. En er is lekkere koffie met slagroomgebak!!

Laatste dagreis met Ton Oskam

De volgende en laatste dagreis die we met Ton Oskam maken is op **vrijdag 12 september 2025**. De komende Aandacht (nr. 300) komt in juli niet bij jou op de mat, maar pas vanaf 26 augustus. Het is dan te kort tijd om de beldag aan te kondigen. De beldag is op **maandag 1 september**; wil je mee noteer die datum dan in je agenda. De details lees je in Aandacht 300; dus lees deze Aandacht meteen, zodat je op tijd deze leuke reis kunt boeken.

Over dit boeken valt een hoop te vertellen, sommige leden proberen eerder te reserveren door te vertellen dat ze niet kunnen bellen, omdat ze met vakantie zijn of gaan. Daar is wel een mouw aan te passen. Je belt met je mobiel of je regelt het via anderen. Dus eerder opgeven is niet mogelijk.

Bijzonder tijdstip

Afgelopen dinsdag 19 juni gebeurde er iets unieks. Op de beldagen zet ik natuurlijk altijd de wekker, want het zou een beetje slordig zijn als ik nog lig te slapen. Meestal ben ik er al uit voor de wekker gaat, hetgeen mijn man wel plezierig(er) vindt.

Na een kort verblijf in de badkamer sluip ik naar de woonkamer. "Hoor ik dat goed? Jawel de telefoon gaat, nee toch". Ik denk laat maar bellen. Na verloop van tijd stopt het geluid en een paar tellen later begint het weer.

Wat te doen? Dit kan je natuurlijk niet een uur lang volhouden. Ik besluit op te nemen en inderdaad er is iemand die wil boeken voor twee personen. De beller heeft gelijk: het is beldag. "Maar het is wel erg vroeg", geef ik als antwoord. De beller antwoordt: "Het is precies 8:00 uur". Ik weerleg dit door te zeggen dat het pas 7:00 uur is. En wat blijkt: er is gebeld vanuit Griekenland en daar is het inderdaad een uur later. En natuurlijk kreeg ik de nodige excuses, maar begrijpelijk dat zoiets kan gebeuren.

Het is een aparte gebeurtenis en leuk om in deze Aandacht te vermelden.

Anneke en Ronny

Hulp laptop, tablet en smartphone

Het spreekuur is bedoeld voor vragen en/of problemen met laptops, tablets, iPads, iPhone en smartphones. Ook helpen we bij vragen over software en DigiD.



Datum en tijd:

elke donderdag van 14:00 tot 16:00 uur

Plaats:

Adelbertuskerk, hoek Zaanenstraat en Rijksstraatweg in Haarlem-Noord

Ruime parkeergelegenheid en met het openbaar vervoer bereikbaar

Ton van der Voort

06-505 17 299

a.voort4410@gmail.com

Voor vragen over **Neem je contact op met...**

Administratie KBO leden		zie bladzijde 2
Activiteiten door derden		zie www.kbohaarlem.nl
Belastingcoördinator	Peter Jongejan	06-178 177 68
Bridge	Hans van Elk	524 62 66
Cliënt-ondersteuner	Karin Kerckhoffs	542 06 98
Computercursussen	zie ook onze website	
Computerhulp	Ton van der Voort	06-505 17 299 a.voort4410@gmail.com
Fietsen	John Goossens	06-102 65 373
Gemeente Haarlem		14 023
Hulp-, WMO en juridische vragen, Schuldhulpverlening (Haarlem en Zandvoort)		zie Soc. Wijkteams
Hulpvragen (gem. Bloemendaal)		535 03 66
Klaverjassen	Jonny Riksman	06-250 78 179
Kennemerhart		521 42 14
Reizen	Ronny Visser	526 13 05
Rijbewijzen (alle vragen)	zie ook onze website	085-488 36 16
Secretariaat KBO Haarlem		zie bladzijde 2
Sociale wijkteams Haarlem		
✚ Schalkwijk 1 (Boerhaavewijk, Meerwijk)		543 09 91
✚ Schalkwijk 2 (Europawijk, Molenwijk)		543 09 92
✚ Oost 1 (Slachthuisbuurt enz.)		543 09 93
✚ Oost 2 (Parkwijk, Zuiderpolder)		543 09 94
✚ Noord 1 (Noord-Noord)		543 09 95
✚ Noord 2 (Noord-Zuid)		543 09 96
✚ Centrum en Rozenprieel		543 09 97
✚ Zuidwest		543 09 98
Stichting Sint Jacob		892 29 80
Wandelen	Nora Teeuwen	06-189 18 189
Website KBO Haarlem	Rob Veltkamp	531 38 95 www.kbohaarlem.nl
Welzijn Bloemendaal		525 03 66
Welzijn Zandvoort		571 93 93
Zorgbalans		891 89 18

