

AANDACHT 302

SENIORENMAGAZINE VAN KBO HAARLEM

Ontmoetingsdag
Smaken verschillen
Window 10 of Windows 11?

november 2025



KBO Haarlem **Aandacht 302**

november 2025

KBO HAARLEM

opgericht 12 oktober 1952

postadres: L. Zocherplantsoen 51, 1992 AD Velsersbroek
email: secretaris@kbohaarlem.nl
www.kbohaarlem.nl
KBO Haarlem
rekeningnr. NL29 INGB 0000 1742 92 t.n.v. KBO Haarlem

Het bestuur bestaat uit

voorzitter	Theo Vermeij	023 – 535 74 80 voorzitter@kbohaarlem.nl
secretaris	Martin Schreurs	06-445 70795 secretaris@kbohaarlem.nl
penningmeester	Simon van Veen	023 – 888 18 77 penningmeester@kbohaarlem.nl
bestuurslid Welzijn	Marianne Mathijssen	06-488 25 154 portefeuillewelzijn@kbohaarlem.nl
bestuurslid Leden	Ton van der Voort	06-505 17 299 ledenadministratie@kbohaarlem.nl

Klachten over bezorging van Aandacht

Theo Vermeij meijth@gmail.com 023 - 535 74 80
(bellen tussen 17:30 en 19:00 uur)

Ledenadministratie KBO Haarlem

Ton van der Voort ledenadministratie@kbohaarlem.nl
Kloppersingel 175, 2021 CW 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 (uiterlijk 1 december van het voorafgaande jaar) stuur je een e-mail naar de ledenadministrateur.

Foto voorpagina

De foto op de voorpagina is gemaakt door Ineke Schaap.

Van de redactie

Het is wintertijd, de donkere dagen komen dichterbij. Het is ook weer tijd voor stampot; ik heb voor de eerste keer boerenkool gegeten, vers van het land van onze schoondochter Lolita. Heerlijk!! Ook de verkiezingen zijn achter de rug. Kreeg jouw partij bij deze verkiezingen meer zetels? Een eerlijke en stabiele regering, dat is belangrijk! En ook de juiste aandacht en maatregelen voor ouderen.



Voor je ligt een nieuwe editie van Aandacht met leuke artikelen.

In Aandacht 302 lees je over:

- ✚ Hoe blijven we in onze kracht?
- ✚ Achter de geraniums
- ✚ Laatste fietstocht van 2025

Veel leesplezier met Aandacht 302!!

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 Aandacht editie december/januari (nummer 303) is woensdag 19 november.

Aandacht 303 verschijnt op 2 december 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 november een fijne verjaardag en een goed nieuw jaar!

In november vieren we de 95^e verjaardag van twee KBO Haarlem leden.

Drie KBO Haarlem leden vieren in november hun 90^e verjaardag.

En zeven KBO Haarlem leden zijn in november voor de 85^e keer hun verjaardag.

Tachtig jaar worden drie KBO Haarlem leden deze maand.

Overleden, maar niet vergeten

In de afgelopen maanden overleden 19 KBO Haarlem leden.



illustratie van Annelie Versteeg

We herdenken ook de overledenen die niet vermeld staan.

Nieuwe leden

Afgelopen maand verwelkomde KBO Haarlem drie nieuwe leden!

Toelichting

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.

Mededelingen van het bestuur

Vooruitzicht verkiezingen van woensdag 29 oktober 2025

door Theo Vermeij

De verkiezingen zijn een dag na de verschijningsdatum van Aandacht 302. Maakt niet uit, want ik was zeker niet van plan om stemadviezen te geven. Die pakken bij mij meestal verkeerd uit. De meeste partijen zijn het aardig eens: bij ouderen valt geld te halen.

Woningen

Ouderen wonen in huizen die te groot zijn en zij willen niet verhuizen. Hoe komt dat? De huizen en appartementen die gebouwd worden zijn peperduur. De oplossing kan dus nooit liggen in meer bouwen (zowel koop als huur), maar kan gevonden worden in aanpassing van de bestaande (koop)woningen: bijvoorbeeld tijdelijk splitsen of hulp bij tijdelijke verhuur. Voor veel partijen is een woord als tijdelijke verhuur als vloeken in de kerk. Flexibiliteit en oplossingsgerichtheid zijn ver te zoeken.

Bedenk hoe nieuwbouw goedkoper kan, o.a. door regelgeving en andere bouwmaterialen, verhuur en verkoop van casco's in plaats van kant en klaar.

Hopelijk zijn er in de komende regeringsperiode enkele ministers die in originele oplossingen denken: praktisch en technisch. De platgetreden paden kennen we al.



Zorg

Bezuinigingen in de zorg zijn begrijpelijk, want hoe ouder hoe meer en duurdere zorg. Maar hoe gaat dat uitpakken? Zelf kunnen we ook bijdragen door een gezondere leefstijl: bewegen en de zorgkosten beter in de hand te houden. Ook in de samenwerking tussen verzekeringsmaatschappijen en huisarts en ouderenspecialisten zijn besparingen mogelijk, maar het voert te ver om daar hier op in te gaan.

Ondertussen heeft voor mijn mooie beweegclub zich nog niemand echt aangemeld. We gaan dan ook eventuele deelnemers gericht bevragen en geven er een kostenopgave bij. Het is overbodig om te zeggen, dat deelname vrijwillig moet blijven. Zoals je van ons gewend bent. De kreet 'vrijwillig, maar niet vrijblijvend' zul je niet van ons horen. Dat kun je zelf ook wel beoordelen.

Huisvesting

Een andere zaak, die om een oplossing vraagt, is de huisvesting van KBO Haarlem. Er is meer behoefte aan een permanente, goedkope huisvesting: een soort huiskamer en zaal. Locaties zijn te duur en zeldzaam; zij worden verkocht tegen marktprijzen, terwijl wij steeds ouder worden en minder kunnen. De Zonnebloem is ons voorland: één vrijwilliger op één deelnemer.

We kunnen in 2026 nog gebruik maken van de Moeder van de Verlosserkerk. Daar zijn we blij mee, maar het plan is om de kerk daarna te verkopen. Vanwege de toenemende kosten voor huisvesting is contributieverhoging nodig, maar dat willen we juist niet. O.a. om deze reden hebben we een conflict met KBO Noord-Holland.

Maar laten we niet somberen en bezien wat we in de samenwerking met jongeren kunnen bereiken.

Kerstbijeenkoms 17 december 2025

De gezellige, jaarlijkse kerstbijeenkoms van KBO Haarlem is op woensdag 17 december 2025 in de Moeder van de Verlosserkerk. Meer informatie lees je in Aandacht 303.

De organisatoren verklappen alvast dat het weer een sfeervolle en mooie dag zal zijn. Uiteraard met een eucharistieviering, kerstmuziek en mooie kerstprijzen op de loterijtafel. Kom je ook?!



Smaken verschillen



Gisteren aten we spinazie. Heerlijk! Even heel kort roerbakken met een uitje en wat knoflook en tenslotte gekruimelde geitenkaas erover.

Waarom vertel ik dit? Nou, als kind vond ik spinazie echt verschrikkelijk!

En andijvie!!!! En spruitjes!!!! En bloemkool!!!! En lof!!!! Ik moest en zou altijd al die gruwelijkheden slikken, daar was geen ontkomen aan. Om die viezigheden zoveel mogelijk te camoufleren voorzag ik elke hap op mijn vork van appelmoes of rabarber.

Mijn intense weerzin tegen al die groenten veranderde pas toen mijn vrouw het eten klaarmaakte.

Was mijn moeder dan zo'n gebrekkige keukenprinses? Welnee, zij kookte gewoon zoals iedereen toen kookte: veel te gaar! Zo had ze dat geleerd van de mevrouw bij wie zij als dienstmeisje werkte.

Vroeger

Ik realiseer me hoe gemakkelijk eten klaarmaken geworden is. Nu haal je een zak spinazie uit de koelkast (die hadden we toen niet), je hoeft de spinazie niet te wassen en zaadjes zoeken is niet nodig. Je kunt de spinazie zo in de pan doen. En hakken met een spinaziemes, zoals mijn moeder altijd deed, is nu duidelijk ongewenst.

Snijbonen is een verhaal apart. Als we vroeger thuis snijbonen zouden eten, moest ik eerst naar 'opa' Lambalgen, twee huizen verder om het snijbonenmolentje te lenen. (Zijn dove vrouw gebruikte een grote koperen hoorn om nog enig geluid te kunnen opvangen; intrigerend vond ik dat).

Elke zomer in die eindeloze grote vakanties mocht ik met dat molentje een grote hoeveelheid snijbonen te lijf gaan, in het tuintje achter ons huis. Prachtig vond ik dat. Die gesneden bonen belandden dan goed gepekeld in een zware Keulse pot.

De pot werd afgesloten met een theedoek, daarop een tweedelig houten deksel: tweedelig anders kon de deksel niet door de wat smallere nek van de pot. Tenslotte kwam er op dit deksel een zware steen. Deze inmaakpot stond in de kelder. Minstens één keer per week moest ik daar 'een maaltje snijbonen' uit halen. Daarbij kwam een onzalige stank vrij, die ook nog eens sterker werd naarmate het winterseizoen vorderde. Dat 'maaltje snijbonen' verscheen dan als stampot met aardappelen op ieders bord. En helemaal volgens de toenmalige ideeën voegde mijn moeder er ook nog eens wat vet aan toe. Want dat had je nodig! Bah!



Wat ik wel lekker vond (en ook goedkoop was) waren kapucijners, liefst met stroop. En bruine bonen(-soep). Heel 'gewaagd' vonden we macaroni met stukjes Smac.

Mooie verhalen

Vaak moest ik boodschappen doen. Zo moest ik eens 'een pond doorregen lappen voor Van de Mast' halen bij slager Piet van Dijk. Ik kreeg ruim voldoende geld mee, maar bij thuiskomst constateerde mijn moeder dat ik veel te weinig terug had gekregen. "Ben je wat verloren misschien?" "Nee natuurlijk niet!". Ik wist dondersgoed dat we elk dubbeltje moesten omdraaien, dus geld stopte ik altijd veilig weg. Moeder vond het vreemd: "Je hebt toch wel gezegd dat het voor Van de Mast was?" "Nee, natuurlijk niet; die doorregen lappen maakt het niks uit of ze door Van de Mast of Jansen of Pietersen gegeten worden!" antwoordde ik. "Nee, slimmerik, voor Van de Mast rekent slager Piet veel minder..."

Nog een verhaal over eten, dat ik alleen ken uit de familieoverlevering:

In de hongerwinter aten we een keer iets dat uit de gaarkeuken kwam. Mijn broer Wim zei dat dit eten gewoonweg niet te eten was. Dat stoorde mijn overigens zo vredelievende vader zo hevig dat hij Wim een draai om zijn oren gaf. Toen vader daarna een eerste hap nam, stond hij zwijgend op en leegde de pan buiten in de put. "Dit is zelfs voor varkens te vies"!

Op zoek naar geluk

Troost en empathie

door Inez Lips



Oxytocine staat bekend als knuffelhormoon en speelt een belangrijke rol bij hechting, vertrouwen en sociaal gedrag. Het heeft dus veel te maken met troost, zowel op biologisch als emotioneel gebied.

Stel, je hebt iets verdrietigs meegemaakt. Een vriend(in) knuffelt je of legt een hand op je schouder. Door dit contact komt oxytocine vrij in je lichaam. Het zorgt ervoor dat je je meer begrepen en geliefd voelt. Tegelijkertijd vermindert je stress en voel je je kalmer – precies wat troost beoogt.

Troost

Het hormoon oxytocine bepaalt in hoge mate ons onderling sociaal gedrag. Het verhoogt het vermogen empathie te voelen en te ontvangen. Het is onontbeerlijk als je iemand die zich verdrietig of depressief voelt vanwege gemis of pijn, wilt troosten. Die voelt zich dan minder alleen en meer verbonden met de troostende persoon. Ook een goed gesprek, troostende woorden of gestes kunnen het beoogde effect hebben. Maar niet altijd: soms heb je iets als troostend bedoeld maar blijkt dat je toch iets verkeerd hebt gezegd, waar de persoon in kwestie juist niets aan heeft. Goed luisteren naar de ander, zorgvuldig kijken en vragen wat hij of zij nodig heeft, is vaak de beste vorm van troost.

Oxytocine maakt sociaal contact plezierig, het hoeft niet altijd om iets verdrietigs te gaan. In principe verhoogt dit bijzondere hormoon de gave van empathie, waardoor je je beter kunt inleven in anderen en in hun situatie en gevoelens. Het maakt sociale relaties rijker en betekenisvoller. En natuurlijk voel je je gelukkiger en veiliger in relaties waarin jij gezien en begrepen wordt. Met andere woorden: oxytocine is een belangrijke bron van dagelijks geluk en zelfvertrouwen.

Hoe blijven we in onze kracht staan?

In je kracht staan is uitgaan van jezelf. Leven in het hier en nu. Het houdt in dat je de dingen doet die bij jou passen, die je kunt en waar je in gelooft. Door bezig te zijn met datgene waar je goed in bent, leuk of mooi vindt is het van belang dat je jezelf hiervoor beloont. Daar krijgt een mens zelfvertrouwen van, wat maakt dat je je goed voelt in wat je doet. Tevens versterkt dit je eigenwaarde.

Vertrouw op jezelf en op je eigen keuze

Kiezen kan eenvoudiger zijn dan je denkt. Volg je hart en je gevoel. Er is een reden voor waarom je je aangetrokken voelt tot een bepaalde keuze. Of dit nu een nieuwe activiteit zoeken is, of wat dan ook. Durf op je gevoel te vertrouwen en te kiezen voor datgene wat je blij maakt. Dat is een goede manier om je intuïtie te volgen. Niet meer vragen om een bevestiging van anderen, maar vertrouwen op het gevoel van binnen en daarnaar te handelen. Dit draagt bij om volledig in je eigen kracht te gaan staan.



Weet u wat u wilt?

Dit was het thema van de informatiemiddag die mijn huisarts samen met de wijkverpleging organiseerde in de Remonstrantse kerk. De voorlichting ging over onze wensen in de laatste levensfase. Wat voor ons belangrijk is. Hoe maak je deze bespreekbaar? Als je nog niet ziek bent kun je je wensen op tijd met de huisarts, familie en vrienden bespreken.

Het is een proces. De mogelijkheden om thuis te sterven, of de alternatieven zoals een woonzorgcentrum en hospice werden uitgebreid belicht.

Meer informatie vind je in de link: www.thuisarts.nl/keuze-hulp/verken-uw-wensen-voor-zorg-en-behandeling

Het lied 'Laatste wens' van Paul van Vliet ontroerde de aanwezigen. Het lied is op YouTube te vinden.

Marianne Mathijssen

Ontmoetingsdag 8 oktober 2025

Zo'n 100 KBO Haarlem leden zijn bij de ontmoetingsdag in de Moeder van de Verlosserkerk. Zij genieten van de koffie, thee en heerlijke lunch. Voorzitter Theo Vermeij heet iedereen welkom en geeft uitleg over het verschil van mening met KBO Noord-Holland. KBO Haarlem speelt een rol bij elkaar ontmoeten en vrijwilligers zijn daarbij belangrijk en ook nodig. Hij bedankt de organisatoren van deze gezellige ontmoetingsdag.



's Middags treedt het Shantykoor VOC o.l.v. Ingrid Prins twee keer op. Zij spelen liedjes in verschillende talen. Veel KBO Haarlem leden zingen en zwaaien mee met de levensliederen zoals Bloody Mary, White Rover en een pikketa-

nissie. Wat een leuk koor uit Vijfhuizen. Secretaris Martin Schreurs dirigeert op verzoek van de dirigente een liedje. De 'presentator' loopt met een microfoon de zaal door en vraagt wie mee wil zingen; zo klinkt er een damesstem door de microfoon.

Tussen de optredens door schenken de gastvrouwen en -heren drankjes in en gaat de schaal met heerlijke hapjes rond. Henneke Dijkers en Ineke Eeken verkopen loodjes, waar mooie prijzen (advocaat met slagroom, chocola, boodschappenpakket en leuke lampjes) mee te winnen zijn. Bij een aantal tafels gaat vaak de



hand omhoog om de prijs in ontvangst te nemen. Iedereen gaat tevreden en met een leuke prijs naar huis.

Dankjewel namens de wandelaars

Ineke Schaaap geeft spontaan uitleg bij LU koekjes, o.a. over de symbolen van dit biscuitje. Even begrijpt niemand waar het over gaat. Dan geeft zij samen met Nora Teeuwen namens de wandelgroep Lydia Heerens de koekjes en een bos bloemen. Als dank voor haar inzet als eindredacteur van Aandacht, ook tijdens haar vakantie!

Een fotocollage van de KBO Haarlem ontmoetingsdag

Dankjewel aan iedereen die deze mooie dag mogelijk maakte!



Ode aan de rollator

door Ans Steman-Heemskerk

Ik woon in een rollatorwijk
Dat wil ik hier wel uiten
Want als ik zo om mij heen kijk
Zie ik er heel veel buiten.

Zelf heb ik er ook zo een
Wilde er eerst niet aan
Maar ja, je wordt wat slecht ter been
En zie mij nu eens gaan.

Ik hou van mijn rollator.
Hij is mijn beste vriend
En grote stimulator
Een die mij altijd dient.

Hij is een bijdehandje
En nee beslist geen oen
Want hij heeft ook een mandje
Waar je boodschappen in kan doen.



Veel rollators in de garderobe bij de ontmoetingsdag van KBO Haarlem op 8 oktober 2025.

Agenda KBO activiteiten

november 2025



2 dec. Aandacht 303 verschijnt

Hulp iPad, tablet, smartphone en laptop

Elke donderdagmiddag om 14:00 uur

zie blz. 23

Bridge

Elke laatste woensdag van september t/m mei

Fietsen

Elke tweede woensdag van de maand

zie blz. 17-19

Klaverjassen

Elke donderdag vanaf 13:30 uur

Wandelen in de duinen

Elke woensdag vanaf 10:00 uur

zie blz. 20-21

Noteer in je agenda

17 dec. Kerstbijeenkomst KBO Haarlem

zie blz. 7

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.

Wat eten we vandaag?

Dit heerlijk recept voor twee personen is van Ans Steman.

andijvie op zijn Italiaans



Benodigheden:

- ✚ twee eetlepels (olijf)olie
- ✚ drie ons grof gesneden andijvie
- ✚ een teentje knoflook
- ✚ potje witte bonen, uitgelekt
- ✚ twee ons penne
- ✚ (eventueel naar smaak een eetlepel citroensap)
- ✚ 150 gram ontbijtspek krokant gebakken en verkruid of blokjes ham of gebakken kipfilet
- ✚ zout en peper (of een bouillonblokje)

Verwarm de olie en fruit de knoflook kort. Roerbak de andijvie op een laag vuur ongeveer 10 minuten zachtjes mee. Doe de uitgelekte bonen en zout en peper (eventueel citroensap) erbij. Kook de penne volgens de gebruiksaanwijzing en giet daarna af. Schep de pasta en het andijviemengsel door elkaar. Garneer het gerecht met de stukjes spek of ham of kip.

Eet smakelijk!!

Nieuwe recepten

Vind je het leuk om ook jouw favoriete, lekkere recept in Aandacht te publiceren? Stuur deze dan naar de redactie via het emailadres redactie.aandacht@kbohaarlem.nl. Alvast hartelijk dank!

Fietsen

Fietstocht 10 september

door Ineke Eeken

We verzamelen om 10:00 uur bij het verzamelpunt 't Trionk en iedereen is weer erg enthousiast om gezellig te gaan fietsen. Maar eerst een lekker kopje koffie met iets lekkers erbij en natuurlijk even bijkletsen.

Met twaalf 'man' gaan we op pad, achter John aan die ons door de stad heen loodst via de Koninginnebuurt en door de Haarlemmerhout naar het pontje aan het Spaarne. Daar is het erg druk, zodat we in twee groepjes over steken. Wat een leuke kapitein en matroos waren er op de boot!



Dankjewel John

Langs de Zuid Schalkwijkerweg rijden we verder via de golfbanen richting de spottersplaats van de vliegtuigen. Daar even genieten van de landende vliegtuigen en gelijk een lekker snoepje eten.

Om twaalf uur staan we weer op de pedalen op weg naar de Toerist voor een overheerlijke lunch. Natuurlijk wordt onze laatste stop niet vergeten: Villa Westend voor die welverdiende borrel.

John: weer hartelijk bedankt voor deze fantastische route.

Fietstocht 1 oktober 2025

door Gerrit van Dam

Zoals aangegeven in de Aandacht is de maandelijkse fietstocht verzet naar 1 oktober. Een verstandig besluit, want de weersvoorspelling is boven elke verwachting: stralende zon en weinig wind. Rond 10:00 uur druppelen de eerste fietsers binnen bij 't Trionk.



Een aantal, maar niet iedereen, met een helm. Volgend jaar toch gaan doen voor je eigen veiligheid! Na de koffie en thee vertrekken we om een rondje rondom de Amsterdamse Waterleiding Duinen, gestuurd door een knooppunten route, te maken.

Dat belooft alleen maar goeds.

Route met hindernis

Met acht dames en vijf heren gaan we op pad. Door het Haarlemse bos naar Heemstede. Door een villa wijk en over het kippenbruggetje, dat over het Heemsteeds Kanaal ligt naar de Oostingang van landgoed Groenendaal.



Weer linksaf, rechtsaf de Manpadslaan op, met aan het einde de lastige brug met fietsgoot over de Leidsevaart en vervolgens linksaf en rechtsaf dwars door Leyduin: een prachtig (wandel)bos. Hier zie je heel goed, dat de bollenvelden afgegraven duinen zijn.

Weer linksaf/rechtsaf langs de bollenvelden waar hard gewerkt wordt om de bollen in de grond te krijgen. Door De Zilk, richting Noordwijkerhout. Deze keer niet naar 'De Ruijgen Hoek', maar bij 'The Amsterdam Bulb Experience' linksaf richting Lisse.

Het Tussen Station

Bij de spoorwegovergang staat station Lisse; ooit gebouwd voor de bezoekers aan de Keukenhof, dat daar vlak naast ligt. Nu heet het 'Het Tussen Station' en is het een lunchrestaurant. Een prima plek. Zij hadden een plate voor ons bestaande uit een tomatensoepje, broodje met minikroketje en een broodje vlees of vis met saus. Heerlijk en prima verzorgd!



Het station is mooi gerestaureerd met verschillende wachtkamers in de stijl van toen.



Na de lunch vertrekken we richting Langevelderslag en stoppen daar even om naar de zee te lopen over het warme strand. Ook maken we gebruik van de openbare toiletten. En de zon schijnt maar uitbundig.

Weer op de fiets door de duinen naar Zandvoort en verder door de duinen naar Kraantje Lek voor het gebruikelijke afzakkertje met de complete groep op het buitenterras.

Een fantastische dag en weer ruim 50 kilometer gereden. Dit was de laatste fietstocht in 2025. Op naar 2026!

Kom je dan ook met je fiets op de tweede woensdag van de maand naar 't Trionk en rij je gezellig mee?!

We hopen op een grote opkomst.

Groeten van Ineke & John

Wandelen

Je broek ophouden!

door Ineke Schaaap



Vlak voor vertrek van de wandeling erachter komen dat je je broekriem vergeten bent is niet echt leuk voor de betrokken wandelaar.

Gekscherend kwam de opmerking: moet er een wandelaar links en een wandelaar rechts helpen om de broek op te houden? Gelukkig viel het allemaal wel mee om zonder broekriem de wandeling te volbrengen.

De uitdrukking 'je broek ophouden' kwam in de jaren tachtig algemeen in gebruik, maar is ouder. In 1956 stond bijvoorbeeld al in de krant: "... de sociale misstanden die in crisistijd ontstonden als gevolg van het in de U.S.A. beleden principe; dat ieder zijn eigen broek maar moet ophouden...!"

Grappig dat zo'n bericht opnieuw actueel lijkt te worden in 2025.

Bramen

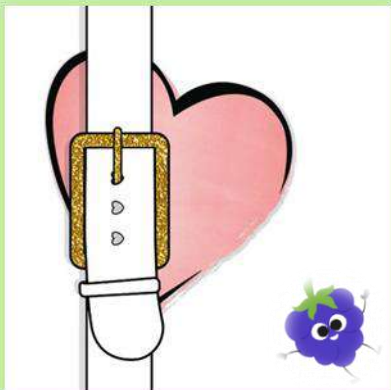
Terug naar onze wandeling. Halverwege maakten we een stop langs struiken met overheerlijke rijpe bramen. Het leek wel de huishoudbeurs.

Lekker proeven dus, maar meenemen is er natuurlijk niet bij.

Anders zouden de lezers van dit blad zeker met verbazing denken: hoezo meenemen...?

"Daar zakt je broek van af!"





Wandeldata

Op onderstaande data 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

5 nov.	Leyduin verzamelen bij de Oase
12 nov.	Middenduin verzamelen bij de Tetterodehal
19 nov.	Elswout verzamelen bij de ingang
26 nov.	Bleek en Berg verzamelen bij de ingang



Achter de geraniums

Hij nam een slok van z'n koffie. Kees was vanochtend nogal onverwacht bij ons gekomen. "Wat vind je ervan? Ik ga achter de geraniums." Dat is nogal een uitspraak van onze Kees. We zijn al heel lang bevriend met elkaar. En toch. Ik heb geleerd om nooit een verrassing uit te sluiten. Dit is er zo één. Kees die op z'n lauweren gaat rusten? Hij was altijd bezig. Vaak in z'n werkplaats in de weer. Hij maakte alles van hout. Tafels, stoelen, kasten, bedden: noem maar op. Deze Kees zou stoppen met alles wat zin geeft aan zijn leven?

Wat is het verhaal?

Wat blijft? Beetje hangen bij de tv, puzzeltje, de krant. Nou ja, boodschappen en eten klaar maken. Dat was een teer punt. Hij eet elke dag vrijwel hetzelfde. Al jaren. Yoghurt met muesli. Brood met kaas. En fruit, véél fruit. Van tijd tot tijd groente: altijd rauw. Bloemkool met blokjes kaas. Of lof met appel en Turkse kaas. Zuurkool uit het vat met verse worst. En af en toe snoepen en snaaien: koekjes, drop en chips. Drinken doet ie ook: liters koffie. En af en toe een glas bier.

Zo. Nu weet je wie Kees is. Zie je het voor je? Kees achter de geraniums? Ik kijk hem aan. "Wat is het echte verhaal, Kees?"



"Mijn handen doen het niet meer. Ik loop tegen de negentig. Het is gebeurd. Ik verkoop mijn huis en de werkplaats. Ik heb al een flatje gekocht in noord. Ik heb een vrouw ontmoet. Nee, ik ga niet samenwonen. Daarvoor ben ik ongeschikt. Zij woont in hetzelfde gebouw. Zij kweekt geraniums. Hele huis vol: prachtig!

Zoiets wil ik ook gaan doen. Nieuwe stap in mijn leven. Goed hè?"

Weet je nog steeds wie Kees is? Ik niet meer

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 Rijkstraatweg in Haarlem-Noord
Ruime parkeergelegenheid en met het openbaar vervoer bereikbaar

Ton van der Voort 06-505 17 299 a.voort4410@gmail.com

Windows 10 of Windows 11

door computerhelpers Robert Rieck & Ton van der Voort

De afgelopen tijd krijgen we veel vragen over Windows. Microsoft is per 14 oktober 2025 gestopt met de ondersteuning van Windows 10. Wees gerust jouw computer of laptop blijft gewoon werken, zeker e-mail en internet. Maar er komen geen nieuwe functies meer bij.

Heb je een abonnement bij Microsoft en je computer of laptop is geschikt, dan kun je overstappen naar Windows 11. Maar dat is niet verplicht. Is je computer of laptop niet geschikt dan kun je een nieuwe computer of laptop kopen. Hierop is Windows 11 al geïnstalleerd. Wil je dit niet? Werk dan gewoon met Windows 10.

Speciale update

Er is een speciale patch (update) om de beveiliging te garanderen. De update heet: Windows 10 Extended Security Updates (ESU) voor consumenten.

Tik in je browser: <https://www.microsoft.com/nl-nl/windows/extended-security-updates?r=1>. Hier staat een beschrijving wat je moet doen. Kom je er niet uit? Kom dan gerust op donderdagmiddag tussen 14:00 en 16:00 uur naar het computerspreekuur in de Adelbertuskerk: de koffie staat klaar!

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

