

KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ

Digitale nieuwsbrief voor alle leden van de KBO-afdelingen in Zeeland

Nummer **139** d.d. 10-11-2020



Inhoud: Van de redactie – Vergadering algemeen bestuur
Kennismaking nieuwe penningmeester – Een nieuwe secretaris voor KBO-Zeeland
Hoe download je de coronamelder? – Samenvatting vergadering Unie KBO
Extra vitamine D kan geen kwaad, helpt het ook tegen COVID-19?
Nieuw meldpunt Zorgwekkend gedrag: 0800-1205 – Colofon

BRON EN FOTO: LILIANNE VAN DER HA.

Van de redactie

Beste lezer(es),

In deze coronatijd zoeken mensen allerlei creatieve oplossingen om toch iets voor elkaar te betekenen. Zo hebben verschillende afdelingen hun leden die iets te vieren hadden op een andere manier in het zonnetje gezet of bijvoorbeeld verrast met een maaltijd aan huis. U heeft hierover kunnen lezen in de NieuwsFlitZ

Een ander voorbeeld van een creatieve oplossing is de algemene ledenvergadering. Om aan de statutaire verplichting te voldoen zijn alle besluiten voorbereid in de kringen. Daarna is 3 november coronaproef vergaderd met uit elke kring een vertegenwoordiger. Hier werden onder andere de nieuwe secretaris en penningmeester benoemd. Op bladzijde 3 en 4 stellen zij zich voor.

Veel leesplezier.



Corona veilig vergaderen!

Vergadering algemeen bestuur

Er is corona-proef vergaderd in parochiezaal van de RK Maria Magdalenakerk in Goes

Op 1 november jl. was het Allerheiligen en op 2 november hebben we op Allerzielen aan onze overledenen gedacht.

Vanuit de ledenraad wordt vol vertrouwen de toekomst afgewacht. Er zijn voldoende bouwstenen om een federatie KBO/PCOB te vormen. De interim-directeur Marcel Sturkenboom heeft veel ervaring over omgaan met vrijwilligers.

In de kring Groot Terneuzen is Maurice Scholter tot Kringvoorzitter gekozen en vandaag voor het eerst aanwezig.

In de kringvergaderingen hebben bestuursleden van de afdelingen de te beslissen punten van de agenda van deze AV besproken en akkoord bevonden. Belangrijk, omdat ook de voorjaarsvergadering niet heeft plaats kunnen vinden.

De belangrijkste besluitpunten waren:

Vaststelling van Jaarverslag 2019 en Jaarrekening 2019.
Goedkeuring Begroting 2021, waar tevens de afdracht in is verwerkt is van € 9.57 per lid aan de Unie KBO.

Verkiezing van Marijke Jongmans tot penningmeester/lid van het dagelijks bestuur KBO Zeeland met terugwerkende kracht tot 1 april 2020. Verkiezing van George de Vijlder tot secretaris/lid van het DB KBO Zeeland per 3 november 2020.

Akkoord met het toetreden tot de federatie KBO-PCOB per 1 januari 2021 alsmede de afdracht van € 9,57 per lid en inclusief afname van het basispakket van het verenigingsbureau, mogelijk voor 3 jaar. Dit om de continuïteit te waarborgen.
Bovenstaande besluiten zijn goedgekeurd c.q. geformaliseerd.

In de kring Groot Terneuzen wordt per 1 januari de KBO-afdeling Terneuzen opgeheven.
Er is veel belangstelling voor de cursus *ontwikkeling nieuwe website*. Zodra mogelijk wordt deze georganiseerd door de commissie Kaderbeleid.

Er werd afscheid genomen van Ron Nuytinck als secretaris en Wim Copper als penningmeester. Beiden worden hartelijk bedankt voor hun inzet en krijgen een bloemetje en attentie aangeboden.
Van Annie de Maeyer-de Deckere, de kringvoorzitter van Land van Hulst, wordt later afscheid genomen. Zij kon niet aanwezig zijn.

BRON: MARIJKE JONGMANS. FOTO: LILIANNE VAN DER HA.

BRON: GEORGE DE VIJLDER. FOTO: LILIANNE VAN DER HA.



Kennismaking nieuwe penningmeester

Hallo, ik ben Marijke Wolffram, 70 jaar geleden geboren in Den Haag. Na 16 jaar besloot ik met een Mulodiploma met Middenstandsdiploma op zak om het in de financiële wereld te zoeken. Ik koos voor een interne opleiding van 9 maanden voor de PTT, en werd lokettiste. Tot mijn 21^e heb ik dit werk met veel plezier gedaan.

Inmiddels had ik Ton Jongmans ontmoet, een Scheveninger, waarmee ik in 1972 ben getrouwd.

In die tijd was dat ook meteen het einde van je loopbaan. Voor mij niet getreurd, want ik trouwde een schipper, en wij gingen varen op de binnenvaart. Eerst als zetschipper en na 10 jaar op ons eigen schip. Als geboren administrateur hield ik daar de touwtjes in handen en verzorgde onze administratie zelf.

Na 20 jaar varen zijn we naar de wal gegaan en vond ik al snel werk bij de ZVU. Daar heb ik 8 jaar gewerkt, en intussen het MBA-diploma behaald.

Ik vond een, voor mij "droombaan" als administrateur bij een kleine reder, bevrachter. Omdat dit maar voor 16 uur per week was, vond ik er nog een baan bij als administrateur bij de, toenmalige Kasoka, de bejaardenhuizen de Blide, 't Verlaet en de Redoute.

Helaas na 5 jaar verkocht de reder zijn schepen en schoof de Kasoka van de inmiddels uitgegroeide

administratie de salarisadministratie door naar Zorgzaam. Na sollicitatie bij Zorgzaam en het behalen van PDL Praktijkdiploma Loonadministratie heb ik daar met heel veel plezier tot aan mijn 62½ jaar gewerkt.

Hoe ik in Zeeuws-Vlaanderen terecht kwam? Wij voeren veel naar Gent. En omdat ik onze kinderen, een dochter en een zoon, naar de kleuterschool wilde brengen, kochten we een huis in Sluiskil. Daar gingen we vaak de weekends naar toe en hebben er, eenmaal aan de wal nog 9 jaar gewoond.

Eenmaal aan de wal konden we eindelijk ook onze hobby's hebben, onder andere stijdansen. Dat vonden wij zo leuk, dat wij uiteindelijk besloten om een danszaal in Maldegem te starten. Om gezondheidsredenen van Ton, is dat niet doorgestaan. Maar ons huis in Sluiskil was meteen verkocht en gelukkig vonden wij ons huis in Eede. Hier genieten wij van onze tuin. Daarnaast vinden we het heerlijk om onze camper te pakken en te gaan wandelen, vooral in Frankrijk. Maar dansen doen we ook nog steeds.

Naast onze kinderen ben ik de trotse oma van 3 kleinkinderen en inmiddels bij onze oudste kleinzoon, waar wij heel veel contact mee hebben, een achterkleinzoon.

Ondanks dat ik nog niet zo lang lid ben bij de KBO, vind ik het leuk om bij de organisatie ervan betrokken te mogen zijn en hoop dit nog een poosje te kunnen blijven doen.

Marijke Jongmans, penningmeester KBO-Zeeland
Schoolstraat 10, 4529 GM Eede, Tel 06-33024879,
e-mail aj.jongmans@hotmail.com

Een nieuwe *secretaris* voor KBO-Zeeland

Even voorstellen, ik ben George de Vijlder, geboren (1948) en getogen in de voormalige gemeente Hontenisse en 50 jaar woonachtig in Lamswaarde. Hier ben ik ook 40 jaar met plezier werkzaam geweest in het onderwijs.



Ook kwam ik snel in contact met de ouderenbond: stencils verzorgen, jaarrekening helpen opmaken en betrokken bij het schoolproject JONG en OUD. Vooral bij het laatste heb ik warme herinneringen.

Rond 2005 werden mijn banden met de inmiddels KBO verbroken. De 'Lamsoren' (betrokken dorpsmensen) maakten plaats voor nieuwe bestuursleden.

Begin 2008 kreeg ik een telefoontje van Petra Vinke-Neve (oud-leerling, beleidsmedewerkster KBO- Zeeland): "Wil je niet eens meedenken over KBO Lamswaarde want het zit op z'n gat."

Samen hebben we toen wat mensen uitgenodigd voor een vergadering o.l.v. Piet Hamelinck, voorzitter KBO-Zeeland en oud-dorpsbewoner. Na twee bijeenkomsten was er een nieuw bestuur gevormd m.u.v. een voorzitter. Duidelijk.

Van 2008 tot 2010 was ik "slapend" voorzitter. Het (drukke) werk in het onderwijs stond voorop. Dat slapen ging vlug over, want in 2011 werd ik voorzitter van de kring Hontenisse. Ik heb goede herinneringen aan de samenwerking met voorzitter Annie de Maayer van kring Hulst.

Nog in hetzelfde jaar werd ik lid van de commissie O&O (ontwikkeling en ontspanning). Ik maakte daar kennis met Jos Lansu en zijn "baantje" als Nestor bezorger. Nestors heb ik nooit bezorgd, maar sinds half 2018 wel, met veel plezier, het KBO-PCOB Magazine.

In 2014 kwam het KBO-scherm grotendeels op ZWART te staan: "DOE WAT JE GRAAG DOET: KBO-Lamswaarde en O&O.

Maar zwart wordt minder zwart en een goed gesprek met Wim Jansen, inmiddels tot voorzitter KBO-Zeeland gekozen, zuiverde de lucht weer wat. Mijn KBO-scherm kreeg weer kleur. Deelnemer aan het POSO-overleg was nou niet direct mijn ding.

Na 3 november hoop ik mij, op mijn manier, in te zetten als secretaris van KBO-Zeeland. Na 12½ jaar actief KBO-er weer een nieuw hoofdstuk.

George de Vijlder, secretaris KBO-Zeeland, Dreef 40, 4586 AP Lamswaarde, Tel. 0114-690415, e-mail gdevijlder@zeelandnet.nl



Hoe download je de CoronaMelder?

Vanaf afgelopen weekend kan iedereen in Nederland de CoronaMelder downloaden. Dit is een app om de verspreiding van het coronavirus te helpen beperken, maar de praktijk moet uitwijzen of dat ook echt gaat werken.

Maar niet alle senioren weten hoe je een app downloadt of is er huiverig voor. En dat is wel relevant voor het succes van deze CoronaMelder.

Wellicht wil iemand in uw afdeling u ondersteunen bij het installeren van de app. Leden van KBO Zeeland kunnen ook de hulp inschakelen van een tabletcoach!

Neem dan contact op met: **Wilfried Staelens (Zeeuws Vlaanderen)**, 0117 491786, e-mail wstaelens@gmail.com

Walter Adrianow (Noord & Midden Zeeland) 0113 212218, e-mail waadrianow@zeelandnet.nl
Meer informatie over de CoronaMelder: <https://www.coronamelder.nl>

Samenvatting

vergadering Unie KBO

Op 28 oktober vergaderde de ledenraad van de Unie KBO in Utrecht. Dit was een zgn. hybride bijeenkomst. Ruim de helft van de deelnemers nam via een digitale verbinding deel aan de vergadering, terwijl de andere leden fysiek aanwezig waren in de vergaderzaal, overigens met in achtname van de coronarichtlijnen.

De agenda stond vooral in het teken van de zoektocht naar de beoogde lichte federatie met de PCOB.

Bij het begin van de bijeenkomst deelde de voorzitter mee dat de werkgroep met de opdracht te onderzoeken hoe de afgesplitste afdelingen van KBO Gelderland zich weer bij deze bond zouden kunnen/willen aansluiten, niet geslaagd is.

In de volgende vergadering van de ledenraad zal een notitie worden aangeboden aan de hand waarvan hiervoor een oplossing kan worden gezocht.

Vervolgens is de notitie besproken, getiteld “Bouwstenen federatie KBO-PCOB nieuwe stijl”. Alle afspraken die gemaakt zijn door zowel de ledenraad Unie KBO als PCOB-ledenraad t.b.v. de vormgeving van de federatie KBO-PCOB nieuwe stijl, zijn hierin bijeengebracht. Geregeld wordt bijvoorbeeld de bestuursstructuur van de federatie, de inhoud van het basispakket en het aanvullend dienstenpakket van het KBO-PCOB bureau, de samenstelling van de ledenraad KBO-PCOB, relatie bestuur en directie, bevoegdheden van de directeur, de samenwerking KBO en PCOB op plaatselijk en provinciaal niveau, enz. Doel van de bespreking was om de inhoud van de notitie te toetsen aan de oordelen van de provinciale bonden.

Er zijn een aantal opmerkingen en correcties ingebracht waarover vervolgens inhoudelijk of procedureel overeenstemming werd bereikt. Als vervolg hierop zal ook de ledenraad PCOB zich over de (aangepaste) bouwstenennotitie uitspreken.

Bij voldoende wederzijdse overeenstemming zal binnenkort een gezamenlijke ledenraad KBO-PCOB de notitie vaststellen.

Omdat de jaarstukken over 2019 en de begroting 2020 van de Unie KBO nog niet waren vastgesteld, zijn deze jaardocumenten alsnog geaccordeerd.

Als gevolg van de coronabeperkingen, maar ook omdat het overleg over de toekomstige samenwerkingsvorm KBO en PCOB onvoldoende houvast bood voor een begroting, was behandeling van deze onderwerpen steeds opgeschort.

Opzet is nu om na instemming door de PCOB van de Bouwstenennotitie nog in december het jaarplan en de begroting van de Unie KBO en van de federatie KBO-PCOB vast te stellen.

Intussen zal bij enkele provinciale bonden de Algemene vergadering zich nog moeten uitspreken over de vraag of men onderdeel wil blijven uitmaken van de Unie KBO per 1 januari 2021. Voor zover bekend zullen de betreffende provinciale besturen hierin de afdelingen positief adviseren.

*Wim Jansen en Ron Nuytinck
Vertegenwoordigers van KBO Zeeland in de Ledenraden*

Extra vitamine D kan geen kwaad, helpt het ook tegen COVID-19?

Vitamine D maak je aan als je buiten in de zon loopt en je kunt het ook via voeding of extra vitaminepillen binnenkrijgen. Al relatief vroeg in de coronacrisis werd vitamine D-tekort geopperd als een van de mogelijke redenen dat sommige mensen alleen licht verkouden worden van het coronavirus, terwijl anderen ernstig ziek worden. Wat weten we nu?

Waar is vitamine D goed voor?

Vitamine D is onder meer van belang voor stevige botten en tanden, sterke spieren en speelt een rol in het immuunsysteem. Kinderen tot vier jaar, ouderen en iedereen met een getinte of donkere huidskleur worden door het [Voedingscentrum](#) aangeraden om extra vitamine D te slikken.

Renate de Jongh, internist-endocrinoloog aan het Amsterdam UMC, doet onder andere onderzoek naar de functie van vitamine D. Zij vertelt dat we nog niet weten of het slikken van vitamine D de kans om ernstig ziek te worden door het coronavirus verkleint.



Vitamine D verlaagt kans op luchtweginfecties

Het dagelijks of wekelijks slikken van vitamine D-pillen verkleint met name bij mensen die een tekort hebben de kans op luchtweginfecties.

De Jongh: "Dit komt waarschijnlijk doordat vitamine D in de longen de aanmaak van afweerstoffen tegen virussen en bacteriën versterkt. Hoewel we dus nog niet weten of vitamine D tegen corona helpt, kan het geen kwaad om, zeker in de winter, vitamine D bij te slikken.

Een beetje extra vitamine D heeft geen nadelige effecten. Maar als je enorme hoeveelheden vitamine D slikt, kan dit slecht zijn voor je gezondheid."

Hoe zit het met de onderzoeken die een verband vonden?

Er werden in meerdere onderzoeken wel aanwijzingen gevonden dat het aantal mensen met een vitamine D-tekort in een land samenhangt met het aantal ziekenhuisopnames en overlijdens als gevolg van COVID-19.

De Jongh benadrukt dat dit soort onderzoeken niet vertellen of vitamine D-tekort ook de oorzaak is van ernstige COVID-19. "We weten bijvoorbeeld dat mensen met obesitas, mensen met luchtwegaandoeningen, zoals astma en COPD, en ouderen vaak een tekort aan vitamine D hebben."

Dit zijn groepen die ook relatief veel risico lopen op ernstige COVID-19. Maar of dit komt door een tekort aan vitamine D of andere onderliggende oorzaken, dat weten we dus niet.

Om een antwoord op deze vraag te geven, heb je volgens De Jongh nog veel onderzoek nodig.

Meer weten: [Nu.nl](#) of [New Scientist.nl](#)

BRON EN FOTO: MELDPUNT ZORGWEEKEND GEDRAG.



Nieuw meldpunt Zorgwekkend gedrag: 0800-1205

Via het meldpunt 'Zorgwekkend gedrag' kunnen mensen die zich zorgen maken over hun naasten in contact komen met zorgverleners in de buurt. Daarmee kan een melding bij het meldnummer het begin zijn van hulp waar behoefte aan is. Het gaat hier om niet-acute hulp.

Mensen die zich zorgen maken over het gedrag van iemand anders, bijvoorbeeld een naaste of een buurman, kunnen dit meldpunt bellen. Denk bijvoorbeeld aan mensen die verward gedrag vertonen, niet (meer) voor zichzelf kunnen zorgen, in een vervuild huis wonen of veel problemen hebben en dreigen af te glijden. Het kan gaan om een oude overbuurman of -vrouw die steeds met blote voeten op straat loopt en al een paar keer de sleutels van de voordeur blijkt vergeten te zijn, misschien is hij of zij dement aan het worden.

Of denk aan iemand die door oplopende schulden enorm in de problemen komt, depressief raakt en dakloos dreigt te worden. Om maar een paar schrijnende voorbeelden te noemen. Vaak gaat het om personen die door een stapeling van problemen hebben zoals schulden, psychische problemen of het verlies van dierbaren. Dit kunnen gebeurtenissen zijn waardoor mensen de grip op hun leven (dreigen) te verliezen.

Overigens komt het meldpunt niet in de plaats van andere mogelijkheden die er zijn om met dit soort situaties om te gaan. Het meldpunt biedt een extra mogelijkheid om je zorgen te uiten en advies in te winnen. Het is ook zeker niet de bedoeling dat persoonlijk contact met buurtbewoners voor alle situaties wordt vervangen door een telefoontje naar het meldpunt. Persoonlijk contact blijft erg belangrijk.

Kijk ook op de website van www.meldpuntzorgwekkendgedrag.nl



COLOFON

KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ is een uitgave van KBO Zeeland

Blijf ons ondertussen ook volgen op:

 facebook.com/kbo.zeeland.3

en

 [twitter.](#)

Voor al het andere nieuws vanuit KBO-Zeeland kijkt u op onze website www.kbozeeland.nl

Secretariaat: George de Vijlder,
Dreef 40, 4586 AP Lamswaarde,
Tel. 0114-690415, e-mail
gdevijlder@zeelandnet.nl

Redactie

KBO Zeeuwse NieuwsFlitZ:

Jan van den Boom

Lillianne van der Ha

Maria van Waterschoot

E-mailadres

kbonieuwsflitz@zeelandnet.nl

Indien u als KBO-afdeling iets te melden hebt voor de NieuwsFlitZ of de digitale NieuwsFlitZ niet meer wenst te ontvangen, dan u kunt u dit melden via e-mail:

kbonieuwsflitz@zeelandnet.nl

Kijk voor het laatste nieuws op de site van KBO-PCOB

www.kbo-pcob.nl