



INHOUD

01. INHOUD/Gedicht
02. Bestuurspagina
03. Info-activiteiten
04. Toer langs de boer/ In memoriam
Levensverhaal Emmy: vervolg
05. Uw verkeerskennis opfrissen?
06. Mijn herinneringen: Miet Rennen
07. Mijn herinneringen: vervolg
08. Schokland: liedjes
09. Culinaire dagje Noordoostpolder
10. Ontmoetingsdag/
Kerststukjes maken
11. Verslag culinair Maria Thole
12. Verslag vervolg
13. Column: Adrie
14. Aanbevelingen voor verkiezingsprogramma's 2025
15. Recept/ Puzzel je mee?
16. Bestuur/wie doet wat

In gedachten

*In een kleurig herfstbos
stond ik stil en wachtte.
Een bladje valt op het mos,
onderbreekt mij gedachten.
Ik zie de goude kleuren
en een web van ragfijn draad.
Verwonderd kijk ik ernaar
terwijl ik daar zo stilletjes sta.
Ik laat het mooiste boven komen
en raak het voorzichtig aan.
Zo zou het dan, in mijn dromen,
voor eeuwig moeten blijven bestaan.*

Door Els Heldens



INLEVERDATA VOOR DE EB



Kopij EB t/m woensdag d.d.: inleveren	EB nr. in 2025	EB verschijnt vanaf:
15 oktober	341	30 oktober
12 november	342	27 november
Kopij EB t/m woensdag d.d.: inleveren	EB nr. in 2026	EB verschijnt vanaf:
14 Januari	343	29 Januari
11 Februari	344	26 Februari
11 Maart	345	26 Maart
15 April	346	30 April
13 Mei	347	28 Mei
10 Juni	348	25 Juni
12 Augustus	349	27 Augustus
9 September	350	24 September
14 Oktober	351	29 Oktober
11 November	352	26 November

De vakantieperiode zit erop, gaat de herfst al beginnen?



Het blad
kleurt langzaam
in warm roestbruin
hier en daar schuilt
in bomen en struiken
nog wat laatste groen

het kondigt einde
van de zomer aan
die plaats maakt
voor een nieuw seizoen
herfst tijd van
warmte en bezinning

Paula Hagenaars

De meeste mensen zijn weer aan het werk en ook de scholen zijn weer begonnen. Ook voor onze afdeling in Zeewolde zijn de activiteiten weer van start gegaan. Vandaag, 8 september met een grote groep leden, met de MuseumPlusBus een bezoek gebracht aan het Zuiderzee museum in Enkhuizen. Wij hadden mooi weer en de stemming was best. Een uitgebreid verslag lees je hierover in deze Even Bijpraten. Maar wat voor het bestuur ook belangrijk en leuk is dat wij met allerlei leden gesprekken kunnen aangaan. Verder kennismaken bij de een, maar ook activiteiten delen met elkaar en voorbeelden benoemen van mogelijkheden om uit te voeren. Het is vooral ook goed om te horen wat leden wensen of op prijs stellen. Natuurlijk is het ook goed om opmerkingen te krijgen over zaken of bijeenkomsten die als minder leuk ervaren worden. Samen werken wij aan een positieve ouderenbond. Voor de een is een reis leuk, de ander houdt van theater en een weer anderen stellen informatie op prijs door de maandelijkse bladen Ons en Even Bijpraten.

Het is anno 2025 ook een tijd met alle problemen in de wereld dat het veel over senioren gaat op radio, televisie of krant. Misschien moet ik ook hierbij de sociale media noemen. Mij valt op dat gepensioneerden vaak als oorzaak worden gezien voor problemen in de zorgverlening en het woningprobleem van deze tijd. Het lijkt er volgens mij vaak op dat wordt vergeten dat velen van ons jaren hebben bijgedragen aan de opbouw van een welverend land. Hiervan mogen jong en oud profiteren. Vele senioren leveren ook nu nog een grote bijdrage aan de maatschappij, denk alleen al aan het vele vrijwilligerswerk en de oppas op de klein kinderen. Ik hoorde laatst een echtpaar zeggen met vier kleintjes een hele dag hebben wij samen onze handen vol. Het is leuk, maar wij zijn ook weer blij als ze naar huis gaan. Een maatschappij zonder de inzet van senioren zou er heel anders uitzien en misschien ook wel een flinke stap terug moeten doen op het gebied van welvaart.

Op 16 september is het weer de jaarlijkse rondtoer in Den Haag en de plannen van het kabinet voor het komende jaar. Het lijkt steeds dat dit geheim moet blijven, maar alle media publiceert al dagen over de inhoud. Wat hiervan ook werkelijk uitgevoerd gaat worden is natuurlijk nog maar de vraag. Met het wantrouwen tussen de partijen is er de laatste twee jaar weinig gerealiseerd. Als senioren in Nederland vormen wij een steeds groter percentage van de totale bevolking. De ouderen bonden treden gezamenlijk op tijdens de verkiezingen met een uitgebreid manifest. In deze EB kunt u dit uitgebreide stuk eens rustig lezen. Ook zien wij reacties met belangstelling tegemoet.

Tenslotte de herfst is nu echt begonnen. Maar dat betekent niet dat u achter de geraniums moet plaats nemen. Juist nu staan er vele activiteiten op de agenda. Zowel van de KBO Zeewolde maar ook van welzijn van de gemeente en andere organisaties. Het bestuur nodigt u allen van harte uit voor de komende bijeenkomsten. Samen maken wij van de herfst een tijd met een glimlach.

Piet Verschure

Datum.	Onderwerp	Locatie/organisator: Activiteitencommissie
Donderdag 2 oktober	Goud voor oud meezingfeest	The LUX/ Welzijn, LOZ
Dinsdag 21 oktober 2025	Bustoer nr. 95 Witlof	Nederland
Woensdag 5 november	Flevolands Klaverjas toernooi	Lelystad
Dinsdag 25 november 2025	Kerststukjes maken	Rode schuur
Donderdag 27 november	Theater. Ouder worden	De Lux/ GGD, Bonden en Welzijn
Zondag 21 december	Kerstbijeenkomst	Open Haven

* Wijzigingen voorbehouden

Annuleringsregeling:

Terugbetaling van volledige restitutie van een activiteit:

Alleen wanneer dit vóór de uiterste datum van inschrijving gemeld is.

Wanneer geannuleerd wordt tussen de uiterste datum van inschrijving en de activiteit, moeten administratiekosten betaald worden: activiteit tot € 30,- : € 5,- en activiteit boven de € 30,- : €10,- .

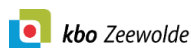
Er vindt geen terugbetaling van kosten plaats wanneer een activiteit is uitgevoerd door een externe partij die geen restitutie bij annulering door een lid verleent.

Mailadres voor aanmelding en annulering van activiteiten: activiteit.kbo@outlook.com

ANDERE ONTMOETINGSMOMENTEN:



- Op donderdagmiddag in de Meermin v.a. 13.30u. is er gelegenheid elkaar te ontmoeten om b.v. gezelschapsspelletjes te spelen of te kaarten, een goed gesprek bij het genot van een kopje koffie of thee.
- Op maandag, woensdag en vrijdagmorgen tussen 10.00u. en 12.00u. In de Meermin voor een kopje koffie of thee.
- Op vrijdagmorgen is er koffiedrinken in Open Haven van 10.00u. tot 12.00u.
- Ook hier bent u van harte welkom.



GEZOCHT!!

Gastvrouwen/gastheren of barmedewerkers

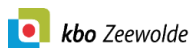
Wie komt ons gezellige team versterken?

Bel of mail dan met

Maria te Molder.

Mob. 06-121 217 91

mail: mtemolder@hetnet.nl



Brengt u een lid aan bij de KBO dan krijgt u een taartje cadeau

Levensverhalen:

Lieve leden, hoe mooi zou het zijn, om je levensverhaal met elkaar te kunnen delen?

Wij zijn op zoek naar de levensverhalen die u met ons zou willen delen. Hoe is het dorp ontstaan en wat voor leuke dingen heeft u beleefd?

Allemaal hebben we wel heel veel levenslessen gehad.

Bij deze doe ik een oproep aan u om de Even Bijpraten meer levensinhoud te geven.

Voor en met elkaar!

Dat is het motto voor komend seizoen!

Wie is de volgende?

Helpt u mee een mooie EB te maken?

redactie.ebzeewolde@hotmail.com





Fiets 'toer langs de boer'

Datum: Vrijdag 3 oktober

Locatie: Grand Cafe De Buren, Flevoweg 69 in Zeewolde

Tijdstip: 10.00-16.00 uur

Afstand: 37 kilometer

Opgeven kan tot maandag 29 september 12.00 uur

Fiets langs diverse agrarische bedrijven, waarvan enkele met een boerderijwinkel, en geniet van het platteland! Tussen de boeren-bedrijvigheid door geniet je van een gezellige fietstocht onder begeleiding van een ervaren fietsdocent van de Fietsersbond. Onderweg nemen we regelmatig een pauze, zodat er ook tijd is voor een kopje koffie/thee en een heerlijke lunch bij een fruitbedrijf.

Meer informatie
of aanmelden? Mail naar:
a.muis@fietsersbond.nl



doortrappen
veiliger fietsen tot je 100^{ste}



gemeente
Zeewolde



In Memoriam

**Ans/ Johanna Francisca
Barendsma - van der Zwaan**

Haarlemmermeer *28 Januari 1933 - Leiden † 19 Augustus 2025

Ans heeft in de periode 2002 tot 2015 de columns verzorgd voor de "Even Bijpraten."

Wij wensen de Familie en dierbare
heel veel sterke toe in de komende periode.

Kom terug

want ik wil je nog vertellen dat ik gevonden heb waar je al een poos naar zocht.
Kom terug, dan kan ik laten zien wat ik voor onze kleinkinderen heb gekocht.
Je jas hangt aan de kapstok en je schoenen staan nog daar
waar je hart ophield te kloppen, en ik denk: kwam hij nou maar...

Doodgaan is niet eerlijk, je was er niet aan toe,
maar iemand zegt: kom, je bent aan je laatste ritje toe.
En toen jij dood neerviel, viel ik in een gat.
Om daar uit te komen kost me nogal wat.
Ik voel het aan als een strijd,
maar ik wil toch verder, en dat vraagt tijd.
Soms denk ik dat het niet meer zal gaan,
maar dan komt plots "ergens" een "lichtje" vandaan.
Dan pak ik alle moed weer bijeen om te doen wat we eerst samen deden,
al lijkt dat nu opeens al weer zo'n tijd geleden.....

Kon ik nog maar even met je praten, het is zo snel gegaan,
ik zie je nog steeds liggen, slechts één pas bij me vandaan.

14 Februari 2008 overleed mijn vader, de man van mijn moeder. Dit schreef zij 2 maanden later. Toen ik 't voor het eerst las in 2021 maakte het grote indruk op me en heeft 't me zwaar ontroerd.

Frank Barendsma

Levensverhaal Emmy: Vervolg uit EB 338

Hallo beste mensen, Hier ben ik weer, de INDO

We volgen de lijn van Johannes, houd je vast, in die tijd waren de Nederlanders de baas, dus Johannes ook, maar hij was goed voor zijn werkmensen, toch vertrouwen ze de blanke mensen niet, de inlanders waren slaven en dat waren mijn voorouders ook. Johannes betaalde de arbeiders heel goed maar op een dag, dat was met een brug bouwen, op een gegeven ogenblik hielden de mensen op met werken, Johannes vroeg wat is dit, antwoord, er moest eerst een offer gebracht worden. Voordat ze verder gaan offeren was geheim. Het was toch een goede brug geworden. Johannes ging over naar hotels, verschillende gebouwen en huizen bouwen en dat ging heel goed, ten goede voor de Nederlanders.

Johannes werd verliefd op Paulina, haar vader een Duitser en moeder een Indo en ze was ook blank, ze trouwden en kregen een zoon Anthonius, en waren heel gelukkig, op een dag kreeg Johannes de geur van DE appel verleiding en plukte een groen blaadje, ja en toen was het donderen geblazen, Paulina wilde scheiden maar Johannes niet wat hij hield veel van vrouw en kind, toen vluchte hij naar Australië, daar nam hij een andere naam en bleef daar 5 jaar lang, toen weer terug naar Indonesië, de scheiding was met verstek veroordeeld. Kleine Anthonius ging naar een weeshuis bij de broeders en werden alle jongens RK opgevoed en de jongens waren misdienaars, Anthonius was klein en bang wat de grote jongens hem opdroegen deed hij want anders werd hij geslagen. Bij de pastorie staat een mangoboom vol rijpe vruchten. Van de bazige grote jongens moest Anthonius de boom in en de vruchten naar beneden gooien wat de jongens opvangen, alles ging goed en de manga's doen ze in hun, ja hoe heet zo'n misdienaars kleed, albe of zo, in ieder geval de koord goed strak onder de manga's en toen de mis dienen en onder de communie ging de koord van Anthonius los en de manga's voor de voeten van de pastoor. Na de mis kreeg Anthonius een flinke uitbrander en moest van het seminarie af en de andere jongens pastoor geworden.

Anthonius was mijn lieve Pappie.

Mijn straatje is al 94 jaar lang, na het einde komt een nieuw begin, het is niet geloven maar zeker weten, tot

Gratis uw verkeerskennis opfrissen?

Veilig Verkeer Nederland (VVN) Zeewolde organiseert, in samenwerking met de gemeente Zeewolde, een opfriscursus voor senioren van 65 jaar en ouder van de gemeente Zeewolde.

In de afgelopen jaren is het weggebruik flink veranderd.

Zo maken nieuwe typen vervoersmiddelen zoals de e-bike gebruik van de weg, zijn er nieuwe verkeersregels gekomen en zijn verkeerssituaties ingewikkelder geworden. Denk daarbij aan kruispunten, turbotrondes, spitsstroken, nieuwe belijningen enz. Senioren worden onder leiding van een gecertificeerde voorlichter van VVN bijgepraat over de nieuwste ontwikkelingen, waardoor senioren langer mobiel blijven en ook in de toekomst veilig aan het verkeer kunnen deelnemen.

Er is alle ruimte om vragen te stellen en eigen ervaringen in te brengen.

De cursus wordt uitgevoerd op verzoek van de gemeente Zeewolde en vindt plaats op:

vrijdag 10 oktober 2025 van 14.00 tot 16.00 uur

en op

vrijdag 17 oktober 2025 van 14.00 tot 16.00 uur

in het Activiteitscentrum De Meermin, Kerkplein 20 in Zeewolde
Je wordt op beide dagen verwacht.



Neem gerust jouw buurman/buurvrouw, een familielid of kennis mee, mits vooraf aangemeld.

Deelname is gratis.

De auto biedt veel vrijheid. Als je autorijdt wil je dat waarschijnlijk zo lang mogelijk blijven doen.

Gelukkig hebben veel bestuurders jarenlange ervaring. Het rijbewijs is al lange tijd op zak en er zijn intussen vele kilometers afgelegd. Maar wanneer heb je je voor het laatst in de verkeersregels verdiept?

Voor veel automobilisten is dat al lang geleden. Ook veranderen fysieke vaardigheden naarmate je ouder wordt. Zoals jouw zicht, gehoor en reactievermogen. Dit kan invloed hebben op jouw verkeersdeelname. Het is belangrijk om hier af en toe bij stil te staan. VVN helpt hier graag bij.

VVN Opfriscursus Auto

Deze cursus bestaat uit twee leerzame en leuke bijeenkomsten van maximaal 2 uur. Samen met andere deelnemers frissen automobilisten de verkeerskennis op.

Is jouw verkeerskennis nog up-to-date?

Doe de gratis online VVN Opfriscursus via www.vvn.nl/opfriscursus.

Aanmelden

Vanwege de grote belangstelling en beperkte capaciteit adviseert VVN je direct aan te melden via de website vvn.nl/opfriscursussen of door een e-mail te sturen naar steunpuntoost@vvn.nl o.v.v.

VVN Op-friscursus Zeewolde.

Vermeld in de e-mail uw naam, adresgegevens, geboortjaar en telefoonnummer.

Bel voor meer informatie naar: 088 – 524 89 20



Onze Polderjaren

Mijn Vader zag het wel aankomen, met de oorlog was er veel vernield, ook de wegen en dat er veel hersteld moest worden. Diep bij de Maas zat grind die moest uitgebaggerd en daar lag ook ons land.

Hij begon alvast maar in te schrijven naar een bedrijf in de N.O.P. want ons bedrijf werd kleiner.

OP zijn brief kwamen de Heren eens kijken naar de situatie waar we inzaten en of alles netjes was.

Of hij ook wel bereid was de polder mee te helpen op bouwen en nog heel veel meer vragen.

Ik had bijna de lagere school afgerond (toen nog 8 jaar) nog twee jaar verlengd met Naai-H.H. school, Cursus Frans en Engels, allemaal bij de zusters. Dansles- Paardrijles- melkcursus in het dorp.

Openbaar vervoer was maar matig en voorgezet onderwijs en winkels ver weg.

Toen er weer die brief van de R.I.J.P. voor de nieuwe aanvraag kwam, stuurde Hij hem terug (zie voorgaande jaren niets is veranderd tot 1952.) Najaar 1953- kwam goed bericht, de Boerderij! Moeder was nog **niet** zo blij, want weg bij Fam. -Vrienden- Huis -Dorp met veel mooie herinneringen.

Maar het besluit was toch: We gaan naar Creil, ook gemengd en de voorbereidingen gaan beginnen.

Mei 1954 zijn de koeien vertrokken, het gras was goed dus die moesten de wei in. Mijn Broer en de Medewerker gingen al mee, zij trokken even bij vrienden in, omdat ons huis nog in aanbouw was.

Mijn Vader had inmiddels zijn rijbewijs gehaald, was nu niet meer gebonden aan de trein die niet verder dan Kampen ging, dan moest hij verder met de Solex brommer om te gaan kijken.

Mijn zus en ik kregen een nieuwe fiets, het waren verre afstanden we wilden wel eens weg.

Er kwamen meer burens wonen meest pioniers met kleine kinderen, zij blij, dan konden wij oppassen. Mijn oudste zus liep voor haar studie stage, dus in goed overleg werd besloten dat ik een paar jaar thuis zou blijven om Mama en Papa te helpen in huis en het bedrijf om tevens mijn rijbewijs halen.

Mijn broer ging op de fiets in St Nicolaasga Fr. naar de landbouwschool en kon soms ook helpen.

De veestapel groeide en er kwam een melkmachine, mijn broer en ik moesten op cursus.

Verder was er nog NIKS te beleven, er waren weinig leeftijd genoten alles was nog in EMMELOORD. Er stond tussen Rutten en Creil een grote barak (KAMP) daar vertoefde de mannen die bij de R.I.J.P. dienst werkten, er was een kantine waar ook vergaderingen en kerkdiensten gehouden konden worden.

Onder de kerkdienst roken we de verse koffie al voor de kampbewoners en een ontmoeting met ons.

We zochten allemaal contact, groot en klein. Er groeide vriendschappen uit, die uitgroeide tot meer?

Ieder jaar kwamen nieuwe boeren, het dorp groeide mee en vele zette zich in voor de gemeenschap.

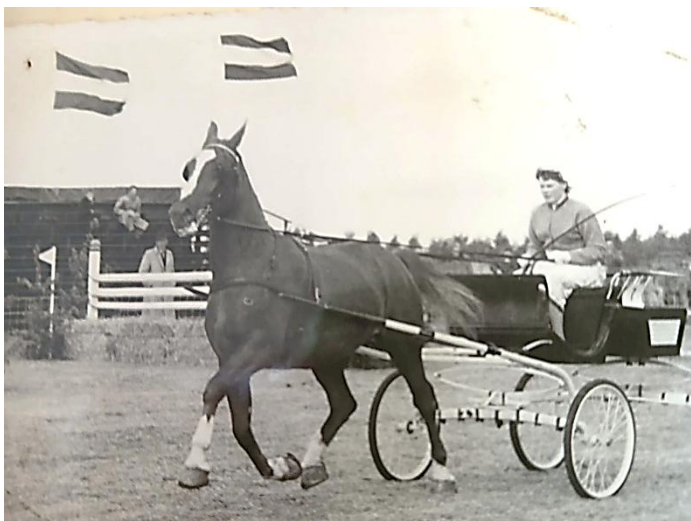
De dorpen Creil-Rutten werden zelfstandig met hun winkels, kerk, scholen en verenigingen.

Vrouwenbonden A.B.T.B, Muziek, Sport, Jonge boeren-boerinnen Toneel, Paardensport en Dorpsfeest.

Emmeloord bleef de plaats voor De Beurs waar Gehandeld/ Verhandeld /Zaken werden gedaan.

Ook het Theater trok bezoekers voor Provincie avonden uitvoeringen in hun eigen dialect, zo gezellig.

In de winter was er altijd een groot Paardensport Evenement met prijsuitreiking en Groot Bal na.



Thuis kwam er meer ruimte voor mij, eerst naar de Kostschool in Posterholt en daarna naar Wassenaar voor de Kraamverpleging, die konden ze in de polder goed gebruiken met zoveel jonge gezinnen. Inmiddels was Oostelijk Flevoland zover dat er huizen kwamen voor de Opzichters met hun gezinnen, daar ging je tien dagen, voor dag en nacht naar toe als er een baby geboren werd. Ik had daar geen probleem mee maar andere collega's zagen dat niet zo zitten liever niet. In die tien jaar dat ik in de N.O.P. heb gewoond, heb ik toch een fijne jeugd en tijd gehad. Inmiddels hadden Janus en ik al jaren verkering en was hij ook al hier bij de R.I.J.P aan het werk, hopelijk om ook een keer een boerderij te kunnen pachten en voor ons zelf te kunnen starten. Zijn broer had aangegeven thuis boer te willen worden, mijn broer was bij mij thuis op het bedrijf. Het dorp Swifterbant was in aanbouw en daar ging de R.I.J.P huizen aan de pioniers verhuren en kwamen wij ook in aanmerking. JAN .1964 zijn we getrouwd, en in het tweede straatje gaan wonen. En weer was er NIKS geen winkel, de melkboer kwam langs met de kar en dan ging je er met je pan heen. De Bakker en de Slager kwamen eens in de week de bestelling op nemen of naar elders, dat dorp was al wat verder in ontwikkeling, maar er was toch snellere groei gepland. De volgende straat werd bewoond, daar kwamen in gewone huizen een echtpaar met fietsen en H.H.-artikelen. De melkboer en een stoffeerder die zagen het ook wel zitten, een nieuw dorp ook pioniers. De eerste Baby's kondigde zich aan we kregen een Huisarts en er werd een moedercursus gegeven. Onze drie jongens zijn er allemaal geboren in hun paspoort staat Z.IJ. Polders Er heerste ook weer zoiets van; hier maken we wat van met z'n allen de schouders er onder. Toch waren we nog wat van Dronten afhankelijk zoals de Kerk en daar waren ook zusters die dat ondersteunde, ook bij ons in het dorp. Kinderen werden thuis gedoopt ook toen nog op de 2^{de} dag Hier kwamen ook weer Dorpsactiviteiten zoals A.B.T.B. en L M. IJ. voor het buiten gebied. Algemene Vrouwenbond Taveno (Tot Algemeen Vermaak en Ontspanning) wat een vooruitgang. Muziekvereniging, Toneelclub en Voetbal draaide al snel volop we zochten ontspanning. De school was in aanbouw en de zusters gingen de kleuterschool runnen en alle moeders blij. Er kwam een Zwembad waar de kinderen basis lessen konden volgen, dan af zwemmen in Dronten De jongens hebben met veel plezier de lagere school bezocht, er hing een goede sfeer. op de eerste klas van de oudste, kwam ik in de oudercommissie en als je kind van één naar twee ging, kon ik mee tot de laatste klas en je bleef een beetje verantwoordelijk voor het klasse feest. Vierdaagse meelopen- overblijven- documentatie opzetten leuk allemaal en met plezier gedaan.



Swifterbant was een fijn dorp om met kinderen te wonen veel kinderen om mee te spelen. Wel was het nog erg kaal toen we in een bos liepen zag en riep er eentje "Mama Hoge bomen." We hebben er nog vrienden en de kinderen ook, fijne herinneringen aan overgehouden. De Dorpsfeesten, de Carnaval met de wagens v.d. optocht, het kinderkarnaval en de verkleed partijen. Leuk om even te melden, toen de eerst astronauten op de maan landen in 1969, waren onze jongens als astronaut een jaar later verkleed en met de eerste prijs van heel de polder naar huis. Janus ging elke dag op de fiets de polder in naar 'n opzichter om zijn werk te doen, 's avonds was hij veel weg voor de organisatie A.B.T.B. dat was toch zijn ontspanning net als de toneelvereniging. Is goed voor de mens en niet altijd maar aan het werk met de schop en trekker.

Mijn werkzaamheden lagen het meest bij de kinderen en bij spoed een bevalling, want de afstanden waren soms te groot voor er hulp was en niet iedereen had nog een auto. Met de buren appels plukken- naaien voor mijzelf en de kinderen-en zelf naar zwemles. Want ik moest de kinderen toch kunnen redden, later begeleidend hulp op de peuterzaal. Net als mijn Vader en zijn Vader heeft Janus ook vaak gesolliciteerd voor een boerderij. In 1975 kregen wij ook goed nieuws dat we in aanmerking kwamen om een akkerbouwbedrijf te beginnen aan de Futenweg. Wel met de boodschap dat het groter was als 60 HA, zelf een huis moesten bouwen dat was voor het eerst in het plan van de pacht bedrijven uitgifte. WE waren heel blij en na een gezellige avond gingen we er vol goede moed in. Maar er was ook veel verdriet, Janus zijn vader lag op sterven, we hebben het hem nog wel mogen vertellen voordat de officiële brief kwam. Jammer, hij had het zo graag gezien.

Dit "Schokkerlied" van Sør Trekszak (alias Henny Tonnema) en zijn Piraten beleefde zijn première op 6 september 1991, tijdens de onthulling van het Schokkermonument te Kampen. Later die dag, tijdens de tentoonstelling "Schokkers in Kampen" in het Stedelijk Museum van Kampen, werd het lied nogmaals ten gehore gebracht.

In mei van datzelfde jaar was het "Schokkerlied" wederom te beluisteren, tijdens de première van de film "De schok der herkenning".

Sindsdien wordt het elk jaar tijdens de Schokkerdagen uit vele volle borsten meegezongen, waarmee dit lied hard op weg is uit te groeien tot Het Volkslied van Schokland.

*Tekst: Tromp de Vries & Henny Tonnema.
Muziek: Henny Tonnema.*

Schokkerlied

Refrein:

**Schokland, Schokland, waar ben je gebleven,
Schokland, Schokland, zo kort was je leven.
Schokland, Schokland, je vocht en hield stand,
Eeuwenlang beukten veel stormen je strand.
Jij werd tenslotte verzwolgen door 't land.**

Voor Schokland dit lied, een weemoedig wijsje,
't Is jaarlijks voor velen het doel van een reisje,
Want waar ook op aarde verspreid en verstrooid,
Het land onzer vaad'ren vergeten wij nooit.

Refrein:

Een eiland met een heel eigen tongval en dracht,
Waaraan door ons allen zo vaak wordt gedacht.
't Bestaan was er hard, 't viel de Schokkers niet mee,
Want altijd was daar het gevaar van de zee.

Refrein:

Oud-Emmeloord Noord, met zijn haven en kerk,
Klein dorp aan de baai, maar een rustpunt na 't werk.
En Ens met zijn Middelbuurt, Zuidert en Zuid,
Zijn rede, zijn baken met licht en geluid.

Refrein:

Maar toen heeft de zee zo gewoed en geschuimd,
Dat Schokland, 't geliefde, moest worden ontruimd.
De eilandbewoners verlieten met smart,
Door nooddrift gedreven, het land van hun hart.

Refrein:

In plaats van de zee kraait het land nu victorie,
Maar jij was, potdorie, een stuk Hollands glorie.
En nu in de polder een terp, dat doet zeer.
Ons eiland, Schokland, dat is er niet meer.

Refrein:

Maar nimmer vergaten zij 't oude gebied,
En, oh wat een wonder, vergaan wou het niet.
't Bleef heerlijk behouden, werd eindelijk droog,
En wij, Schokker telgen, wij houden het hoog.

Refrein



Het slotkoor uit het vierde bedrijf van "De ondergang van Schokland", een muziekspel in 4 bedrijven, geschreven door Fred van der Horst, uitgevoerd door Opera- en Operettevereniging La Mascotte in 1987.

*Tekst: Fred van der Horst.
Muziek: G. Verdi.*

Vaarwel Schokland

Vaarwel Schokland, wij gaan je verlaten,
't Is de wil van de Provinciale Staten.
Ons verzet heeft niet meer mogen baten,
Wij verlaten als ratten het schip dat is gestrand.

In ons hart leefde de angst dat dit zou gebeuren.
Onze strijd was vergeefs, hetgeen wij zeer betreuren.

Vaarwel Schokland, wij gaan je verlaten,
Wij verlaten als ratten het schip dat is gestrand.

Aanstonds vaart onze boot weg van jouw kust naar 't
vaste land.

Onbekend is ons lot in den vreemde.
Niemand kent onze pijn, door dit besluit van
hogerhand.

Wij voelen ons berooid en ontheemd.

Eeuwenlang was ons lot vast verbonden.
Dit verbond is door anderen geschonden.

Vaarwel Schokland, wij gaan je verlaten,
Wij verlaten als ratten het schip dat is gestrand.
Wij verlaten het schip, dat voorgoed is gestrand.
Wij verlaten het schip, dat voorgoed is gestrand.
Dat voorgoed is gestrand.

Uitnodiging Culinair dagje Noordoostpolder 21 oktober 2025

Hierbij nodigen wij u uit om deel te nemen aan deze unieke busreis naar een witlofkwekerij in de Noordoostpolder.

Datum: 21 oktober 2025
Tijdsduur: 09.00 – 17.30 uur
Locatie: Opstaplocatie de Sfinx
Kosten: € 65,00 p.p. incl lunch
Aanmelding voor: 12 oktober 2025

Bezoek aan een echte witlofkwekerij



Wij gaan volop witlofgerechtjes proeven op een locatie in de Noordoostpolder.

Witlof is een populaire bladgroente die in het donker wordt geteeld. De witlof is familie van de andijvie. Sommige mensen kennen witlof onder de naam Brussels lof. Het is een typische maaltijd voor volwassenen. Kinderen vinden de bittere smaak van witlof meestal niet lekker. Tegenwoordig zijn de meeste soorten witlof echter minder bitter. Er zijn heel veel leuke wetenswaardigheden over deze bijzondere groente te vertellen en dat zal ook gebeuren tijdens ons bezoek aan een echte witlofkwekerij in de Noordoostpolder.

En dat witlof echt lekker is, zult u daarna proeven bij de lunch met witlofsalade, stoofpotje, oma's gehaktballen uit de jus, witlofstamppot met garnituur en een nagerecht. In de middag bezoeken we nog een bijzonder locatie: Schokland, nu onderdeel van de polder, maar vroeger een eiland toen de Zuiderzee nog heer en meester was.

Deze dagtocht is inclusief

- vervoer per luxe touringcar
- koffie met cake
- excursie witlofkwekerij
- witlof diner
- bezoek Schokland



Aanmelding voor deze busreis:

Door overmaking van € 65,00 per persoon op de rekening van KBO Zeewolde:

NL33 RABO 0338150870 met vermelding van: Busreis 21 oktober 2025

Tevens dient U zich ook aan te melden op activiteit.kbo@outlook.com

Dit ivm de te bepalen volgorde bij meer dan 57 aanmeldingen en communicatie van ons naar de deelnemers.

Heeft U vragen: bel gerust Rob Thoen 06-22978104

Voor deze activiteit geldt de annuleringsregeling, zie EB.

Dag van Ontmoeting en zorg voor elkaar bij de parochie 'Sterre der Zee'.

Namens de commissie "ontmoetingsdag" worden alle ouderen en zieken met hun partner of begeleider hiervoor uitgenodigd.

Thema is "Gastvrijheid".

Om 10.00 uur is er koffie met wat lekkers.

Na de eucharistieviering van 10.30 uur is er gelegenheid voor een aperitief.

Daarna zal er een lunch en een ontspanningsmoment zijn.

Aan het einde van de dag is er gelegenheid tot zegen en handoplegging.

Tijdens de eucharistieviering wordt collecte gehouden voor de onkosten van deze dag.



Wij hopen u te mogen ontmoeten op **dinsdag 11 november in Open Haven**.

U bent van harte welkom.

Schroom niet en geef u op vóór 5 november bij:

Leonie van der Sluijs 06-36367372 / lhvandersluijs@gmail.com of

Tiny Schor 036-5223372/ 06- 18805549 – tinyschor@xmsnet.nl

Er is verpleegkundige zorg aanwezig. Heeft u dieetwensen dan kunt dit aangeven.

Ook als u vervoer nodig hebt kunt u dit kenbaar maken.



Vooraankondiging Kerststukjes maken 25 november 2025



Op 25 november 2025 staat het maken van kerststukjes op de planning.

Bij het maken van de uitnodiging zijn nog niet alle details bekend.

Vandaar deze vooraankondiging. De locatie zal zijn: "De Rode Schuur" (IVN) hier in Zeewolde.

Let goed op de volgende EB, daarin zullen alle bijzonderheden worden bekend

gesteld

(en de daaraan eventueel gekoppelde kosten).

Datum: 25 november
Tijdsduur: 13.00 – 17.00 uur
Locatie: "De Rode Schuur"(IVN)
Kosten: € volgt
Aanmelding: uiterlijk 12 november

Programma:

13.00 uur Koffie/thee

13.30 uur Maken kerststukjes



Dagje Zuiderzee Museum met de Museum Plus Bus.

De KBO Zeewolde was de gelukkige bij de inschrijving voor een Museum Plus Bus uitje van de Vrienden Loterij.

Een dagtocht speciaal bedoeld voor mensen die minder mobiel zijn met hun begeleider konden zich inschrijven. Het museum is toegankelijk voor rollators en elektrische rolstoelen.

De bus was vol, al valt er altijd wel iemand af op het laatste moment. Zo ook deze maandag 8 september. Toen we hier duidelijkheid over hadden, kon de bus vertrekken.



We gingen naar het Zuiderzee Museum in Enkhuizen via de dijk van Lelystad naar Enkhuizen wat al een plezier op zich is.

De bus bracht ons naar de buitenlocatie van het museum waar we aan boord werden verwacht voor een korte boottocht. Onderweg zagen we veel bijzondere Driemasters liggen. Prachtig gezicht die fraaie schepen.



Aan boord vertelde een gids over de historie van Enkhuizen.

Enkhuizen was al snel een belangrijke handelsstad met een van de grootste haringvloten door zijn ligging aan de Zuiderzee. In 1356 kreeg het stadsrechten wat de economische ontwikkeling ten goede kwam. De vangst van haring leidde er toe dat Enkhuizen de naam Haringstad kreeg. In de Gouden Eeuw was Enkhuizen een bloeiende handelspost, de stad had een eigen VOC Kamer. Hollands Gouden Eeuw ging zeker niet aan deze stad voorbij.

Vanaf het water had je een prachtig gezicht op de Drommedaris, de oude stadspoort en de Zuiderkerk. In het centrum zijn nog veel historische panden en plekken te zien.

De boot meerde af bij het Openluchtmuseum en daar gingen wij eerst naar het restaurant “de Amsterdammer” voor een bakkie koffie en een lunch. Hier werden we in drie groepen verdeeld die onder leiding van een gids een rondleiding kregen door het museum.

Als je daar zo rondloopt denk je in een heel oud stadje of dorpje rond te dwalen, maar niks is minder waar. Alle panden in het museum komen van de oorspronkelijke plaatsen aan de Zuiderzee. Denk aan Marken, Volendam, Vollenhoven, Zwartsluis, maar ook Urk en Schokland en Harderwijk zijn vertegenwoordigd. Ik zal er vast nog wel een paar vergeten zijn. Steen voor steen of soms in z'n geheel zijn deze optrekjes naar het museum vervoerd. In veel hiervan mag je binnenkijken zoals in de oude school uit Kollum. Dit riep bij velen van ons herinneringen op.

Zitten in de houten schoolbankjes ging moeizaam: we pasten er bijna niet meer tussen.

De leesplank met Aap, Noot, Mies en de prachtige wandplaten met vele onderwerpen herkenden velen van ons. Onze gids vertelde over de afsluiting van de Zuiderzee. Dat dit zijn beslag vond was te “danken” aan de watersnoodramp van 1916. Deze keer richtte het veel schade en vooral menselijk leed aan de Noord-Hollandse kant van de Zuiderzee.

Toen was de maat vol en werden de plannen van Ingenieur Lely eindelijk serieus genomen.

De Afsluitdijk werd gebouwd.

Door de zware overstromingen werd het bouwland zout en onbruikbaar voor de boeren.



Voor de vele vissers aan weerszijde van de Zuiderzee was de bouw van een dijk, een regelrechte ramp.

De getijdenwerking verviel, geen eb of vloed meer.

Voor aanverwante beroepen als zeilmakers, touwslagers en werven was er haast geen werk meer.

Ook werd door de aanleg van de dijk het water in het toen te noemen gebied, het IJsselmeer, steeds zoeter. De kraamkamer van o.a. spiering en haring ging teloor. Men viste op andere zeedieren, in dit geval de paling. Maar de vissersvloeden werden steeds kleiner. Armoede.

Toch gaf onze gids aan dat er ook een positieve kant aan de bouw van de Afsluitdijk zit. Al dachten de ontwerpers daarvan toen niet aan deze problematiek.

Door de opwarming van de aarde krijgen we gebrek aan (zoet-) drinkwater!

Het IJsselmeer kan daarin een opvangbekken zijn en zorgt ervoor dat wij niet direct zonder komen te zitten!



Wat als het nog zout zou zijn geweest??

Van de school naar het stadse deel van het museum. Een bakkerij die helaas gesloten was. Daarnaast de apotheker met zijn gaper boven de deur. Deze gaper had wel een hele grote mond.

In de apotheek was een tentoonstelling over oude gapers. Vreemde maar ook prachtige koppen. Vaak met hun tong uit de mond! Waarom? Wat zegt de dokter als je bij hem komt en je niet lekker bent?? “Steek je tong eens uit” hier konden ze vroeger misschien wel meer uit aflezen dan tegenwoordig. Daarnaast was een souvenirwinkeltje maar daar gingen we aan voorbij.



Het museum is ingedeeld in delen van de vroegere oorspronkelijke Zuiderzee dorpen. Stukje Marken, Plekje met Harderwijk enzovoort.

Ook ouderwetse spelletjes voor de kinderen waren er te zien en te doen.

Het eiland Urk was vertegenwoordigd in een levend museum met bewoners uit het jaar 1906. Zij wisten nog niets van onze toekomst.

Er werden netten geboet, er was een touwslager en ieder vertelde zijn verhaal. Ik kwam aan de praat met een man die alleen woonde in een klein vissershuisje. Hij had turf en tabaksbladeren in het zolderraam liggen te drogen.

In de winter stookten ze met turf. Dat betekende dat er maar in een deel van het huis werd gestookt en dus geleefd. Zuinigheid met vlijt maar waarschijnlijk meer ingegeven door krapte in de portemonnee. Hoe hij aan die tabaksbladeren kwam?

Die kwamen van erg ver weg en werden aangevoerd in het voorjaar en dan kocht hij de bladeren, liet ze drogen en gebruikte die dan voor z'n pijpje of shag. Vast een duur product als het van zo ver wordt aangeleverd.

Ook vertelde deze Urker man over z'n burens. Aan de gordijnen kon je zien of je langs kon komen. Deze stonden dan in de vaanstand. Halfopen zal ik maar zeggen. Hij wees op de buurvrouw die geen bezoek wilde hebben, gordijnen dicht dus. Een andere buurvrouw had de vliegende tering. Gordijnen ook dicht, toch bracht men eten en drinken. Vliegende tering noemden ze later ook wel TBC, vertelde hij. Had hij van de dokter gehoord. Hoe kom je eraan, vroeg hij?



Ook had men buiten een poepdoos. Eerst ledigden die zich op het langslopende water maar op een gegeven moment kwamen er hygiënische maatregelen.

Toen kwam er een ton in de poepdoos. Die werden geleegd door de Tonnenman, zoals ze dat in Amsterdam deden. Ook werden de tonnen geleegd op de vele privé tuintjes.

Tyfus kwam ook regelmatig voor en gaf veel slachtoffers.

Met deze beste man hoefden we niet te beginnen over antibiotica want in de toekomst kijken deden ze niet aan.

Aan het eind van dit gesprek met deze Urker maakte hij de opmerking: Ze zeggen dat ze een dijk willen leggen in de Zuiderzee. Ze zijn gek.

Toen zei ik: meneer wij kunnen in de toekomst kijken en die dijk komt er.

Hij reageerde: Als ik dat hier rond vertel zeggen ze dat we gek zijn. Ik heb het er maar bij gelaten. Vond het een leerzame kijk op het verleden.

Na nog een vrije wandeling in het museum moesten we op een vaste tijd bij de boot zijn voor de afvaart. De zon scheen intussen heerlijk en dat gaf deze dag nog extra glans. De terugvaart in hemdsmouwen was heerlijk en na dit mooie afscheid van Enkhuizen over het water, konden we allemaal met een goed gevoel terug naar huis. De bus stond klaar. Iedereen die ik sprak was het erover eens: een dag met een gouden randje, zoals Josje zei!

We danken de Vriendenloterij voor deze trip met De Museum Plus Bus.

Voor herhaling vatbaar!! We schrijven ons vast nog een keer in.

Maria Thole.



Column: Veilig of onveilig gevoel

Voel ik mij nog wel veilig in ons mooie Zeewolde?

Die vraag heb ik mijzelf de laatste tijd nog wel eens gesteld.

Elke week lees of hoor ik wel over een vechtpartij tussen rivaliserende groepen jongeren of ongevallen als gevolg van agressief rijgedrag en overlast van drugs en alcohol.

En dit komt ook steeds vaker in ons dorp voor.

Gelukkig zijn de aanslagen met zwaar vuurwerk of andere explosieven hier nog niet aan de orde van de dag; en ik hoop dat dat ook niet zal gebeuren. Maar dat laatste gebeurde een paar maanden wel in ons eens zo vredige dorp.

Hoort dit bij de nadelen van het groter worden van ons dorp? Is het wachten tot ook hier een bom een heel appartement opblaast? Een bom aan de voordeur van een woning waar een heel gezin vredig licht te slapen? Zouden er op elke kruising camera's opgehangen moeten worden?

Men heeft wel het plan opgevat om in het centrum camera's op te hangen.

Er zijn steeds meer mensen die s' avonds niet meer alleen over straat durven.

Het is helaas al vanzelfsprekend dat een je dit als jonge vrouw of GBLHT-persoon al niet doet. Als rechtschapen man vind ik dat je je als vrouw of GBLHT-persoon toch zelf moet kunnen bepalen wanneer je over straat gaat, of dat je als vrouw kleding mag dragen waar je je eigen lekker in voelt. Ik krijg de indruk dat er voor deze mensen, meer en meer een avondklok geldt.



Zo af en toe fiets ik na half elf in de avond naar huis.

En dan kom je mensen tegen die de hond een laatste ronde uitlaten. Dit zijn meestal de mannen die dit doen en als het een vrouw is heeft ze meestal een grotere hond bij zich.



De tijd dat er bij ieder huis overdag een touwtje uit de brievenbus hing ligt ook al achter ons.

Bij de boerderijen bij ons in de buurt aan de buitenweg was de schuurdeur nooit afgesloten.

Als de boeren dit tegenwoordig doen zijn ze al hun spullen kwijt. Veel, zeg maar gerust bijna alle boerderijen, hangen tegenwoordig een of meer bewakingscamera's.

Toen die dingen nog vreselijk duur waren hadden veel boeren een hond op het erf lopen. En een paar van die honden vonden het een sport om achter ons aan te rennen als we van school naar huis fietsten. Als een hond tegenwoordig een indringer aanvalt krijgt de eigenaar een proces-verbaal of hij moet de hond laten inslapen omdat hij mensen aanvalt en dus vals is.

En hoe komt dat? Waar licht de oorzaak van al deze dingen? De open grenzen? Minder respect voor elkaar? De instroom van arbeidsmigranten? Het brutaler worden van de jeugd? Asielzoekers?

Wie het weet mag het zeggen

A3

PROGRAMMA

14.00 UUR INLOOP VOOR ONTMOETING EN LOOTVERKOOP

14.30 UUR START MEEZINGFEEST

16.30 UUR EINDE PROGRAMMA

Welzijn organiseert 'dag voor de ouderen' met meezingfeest!

Elke eerste vrijdag van oktober is het de Nationale dag van de Ouderen. En na een succesvolle eerste editie van ons Meezingfeest "Goud voor oud" 2024, kunnen we niet anders dan deze dit jaar weer gezellig samen te gaan vieren! **Voor in de agenda: "Goud voor oud" meezingfeest 2025 op donderdagmiddag 2 oktober!**

Terug in de tijd met heerlijke meezingers van 'Goud voor oud'
Van Boudewijn de Groot tot Frank Sinatra en van Elvis Presley tot Rob de Nijs. Henk van Benthem en Han Koopman, radiopresentatoren van het programma 'Goud voor Oud' van de Lokale Omroep Zeewolde, nemen u graag mee terug in de tijd en vertellen u tussendoor leuke weetjes over deze heerlijke meezingers.

SAMEN POSITIEF OUDER WORDEN

 **Klassieke meezingers**

 **Bewegen & ontmoeten**

 **Muzikale weetjes**

Gezellige start van de inschrijving op vrijdag 19 september tijdens onze koffie inloop van 10.00 tot 12.00 uur in de Meermin. Vanaf 12.00 uur is de inschrijving ook online open. Inschrijven kan tot vrijdag 26 september. LET OP! Vol = vol. Toegang gratis, consumpties voor eigen rekening.

**AANMELDEN VIA: [WELZIJNZEEWOLDE.NL/EVENT/MEEZINGFEEST/](https://welzijnzeewolde.nl/event/meezingfeest/),
SCAN DE QR-CODE OF BEL MET 036-5224655.**



SENIORENBELEID MET VISIE: INVESTEREN IN WAARDIG OUDER WORDEN

Nederland vergrijst in rap tempo. In 2040 is naar verwachting ruim een kwart van de bevolking ouder dan 65 jaar. Deze ontwikkeling vraagt om toekomstbestendig beleid dat gericht is op zelfbeschikking, sociale samenhang, financiële zekerheid en toegankelijke zorg voor senioren.

Senioren Netwerk Nederland – met gezamenlijk 180.000 leden, honderden lokale afdelingen en tientallen jaren ervaring – doet een dringend appèl op politieke partijen om onderstaande aanbevelingen op te nemen in hun verkiezingsprogramma's voor de verkiezingen van 29 oktober.

1. Wonen: Meer levensloopbestendige woningen voor senioren - Verplicht de bouw van 290.000 voor ouderen geschikte woningen zoals afgesproken in de Woondeals, zodat doorstroming mogelijk is.

Van afspraak naar realisatie! - Verplicht gemeenten om een actuele woonzorgvisie op te stellen waarin senioren expliciet worden meegenomen, en controleer het nakomen van deze verplichting jaarlijks. - Maak woningaanpassing en inzet van technologie op een laagdrempelige wijze mogelijk.

Waarom: Het tekort aan geschikte woonruimte verhindert senioren om zelfstandig en veilig oud te worden.

2. Inkomen: Bescherm koopkracht en pensioenzekerheid - Zorg voor de koopkracht van gepensioneerden door volledige indexatie van aanvullende pensioenen. - Voorkom dat hervormingen van het pensioenstelsel leiden tot financieel nadeel voor ouderen. - Compenseer mensen met een AOW-gat of zonder aanvullend pensioen.

Waarom: Armoede onder ouderen is groeiend, vooral onder alleenstaande AOW'ers en 90-plussers.

3. Zorg & welzijn: Maak ouderenzorg bereikbaar en menselijk - Faciliteer de opzet van zorgzame gemeenschappen waarin omzien naar elkaar centraal staat. - Ontwikkel in samenwerking met gemeenten een samenhangende aanpak tegen eenzaamheid, waarbij ontmoetingsplekken in de wijk centraal staan. - Investeer in preventieve ouderenzorg en active ageing. Maak het gordelroosvaccin in 2026 mogelijk. - Investeer in extra plekken in verpleeghuizen, en maak een verzorgingshuis 2.0 mogelijk. - Maak het werken in de ouderenzorg aantrekkelijk.

Waarom: Door kleinere gezinnen neemt mantelzorg af, terwijl de zorgvraag stijgt.

Gemeenschapzorg is onmisbaar.

4. Mobiliteit: Zorg voor bereikbaar vervoer op maat - Ondersteun en structureer lokale initiatieven zoals AutoMaatje. - Neem mobiliteit van senioren op in breed mobiliteitsbeleid en OV-visies. - Stimuleer vrijwilligersvervoer in kleinere gemeenten.

Waarom: Mobiliteit is essentieel voor maatschappelijke deelname en voorkomt sociaal isolement.

5. Leeftijdscriminatie: Erken en bestrijd uitsluiting - Maak seniorisme in de breedte strafbaar en niet alleen bij arbeids-gerelateerde werkkwesties. - Neem leeftijdscriminatie expliciet op in antidiscriminatiebeleid en zie toe op naleving. - Ontwikkel campagnes die beeldvorming over ouderen positief beïnvloeden.

Waarom: Discriminatie op basis van leeftijd is een structureel maatschappelijk probleem, ook op de Arbeidsmarkt en in de zorg.

6. Zingeving & ontmoeting: Investeer in sociale netwerken - Stimuleer gemeentelijke programma's gericht op zingeving, ontmoeting en actieve deelname van senioren. - Versterk de rol van verenigingen, culturele initiatieven en vrijwilligerswerk.

Waarom: Een zinvol leven draagt direct bij aan gezondheid, participatie en mentale weerbaarheid van ouderen.

7. Structurele betrokkenheid seniorenorganisaties - Leg in wet- en regelgeving vast dat ouderenorganisaties en inwoners structureel worden betrokken bij beleidsvorming. - Faciliteer kennisdeling tussen landelijke en lokale overheden en ouderenorganisaties.

Waarom: De kennis en ervaring van seniorenorganisaties zijn onmisbaar voor effectief en gedragen beleid.

Waardeer de inzet van oudere vrijwilligers op het gebied van sport en bewegen, eenzaamheidsbestrijding, etc.

De uitdagingen én kansen van de vergrijzing vragen om visie, samenwerking en solidariteit.

Wij roepen alle politieke partijen op om deze aanbevelingen op te nemen in het verkiezingsprogramma en zo te investeren in een samenleving waarin iedereen met waardigheid oud kan worden!

Recept: Vis-spinazieschotel

Een makkelijk, eenvoudig en lekker recept.

Ik heb het met verse spinazie, pangasius filet(diepvries) en rauwe aardappel gemaakt.

Mijn kleinzoon van 5, had het binnen 15 minuten op. Dat zegt wel wat.



- 400 gr. Visfilet
- Citraensap
- 500 gr. Spinazie
- 4 Tomaten
- 500gr. Gekookte of rauwe aardappelen
- Zout
- Peper
- 4 eetl. Geraspte kaas
- Boter of margarine



Ieder onderdeel met wat zout en peper bestrooien.

Vis met weinig citroensap besprenkelen.

De gewassen spinazie uitgelekt onder op een ingeboterde ovenschaal leggen.

Daar bovenop leg je de vis naar keuze, met tussen ruimte.

De tomaten ontvellen en in plakjes snijden, deze tussen de vis ruimtes leggen. Zo heb je om en om vis en tomaat stroken.

De aardappelen worden in plakken gesneden en verdeeld over de schotel gelegd.

De geraspte kaas erover strooien en enkele klontjes boter eroverheen verdelen.

De oven op 220 graden verwarmen en de schotel in de oven zetten.

Ca. 20 minuten bakken.

Puzzel je mee?

Legpuzzel

Leg de woorden op de juiste plaats in het diagram. Woorden staan gerangschikt op het aantal letters en zijn daarbinnen op alfabet weergegeven. De pijl geeft aan in welke richting een woord moet ingevuld. Eén woord is al gegeven.

Uitslag in EB. 341

Hieronder de uitslag van EB. 339.

3	JONG	6		8	
EGO	JUNI	AFSTEL	EIGENSTE		
EIK	KALM	EXPORT	KLETSKOP		
EIS	RAGE	LIEVER	LAKZEGEL		
FEE	RASP	NULLUN	LOLLETJE		
GEN	ROER	PAPIER	OLIELAAG		
HOE	SAAI	SIERUI	PERSFOTO		
MIS	ZODE	TIPTOP	RECESSIE		
OOR	ZOEN		WEERGAVE		
SLA		7	ZUSTRAT		
TAK	5	AANKOOP			
TEE	AIOLI	AFKOMEN			
TIN	BENUL	CORSAGE			
	ENGEL	EIERVLA			
4	IEDER	KASTEEL			
ALZO	INLAS	KNALGAS			
BROK	JAWEL	KOLONEL			
CLIP	KAARS	NOVELLE			
DIEP	NETTO	PAPRIKA			
ECHT	PRIMA	PLATEAU			
EMOE	TURKS	RUGPAND			
FEIT		SKELTER			
INKT					

Bestuursfunctie	Persoonlijke gegevens	Telefoon
Voorzitter	Piet Verschure, Dwingelderveld 5 verschurepiet@gmail.com	06 572 094 83
Secretaris	Jan Hoogeboom, Radon 33 secretaris.zeewolde@hotmail.com	036 848 62 80
Penningmeester / vicevoorzitter	Walter Lodewijk kbopen.zeewolde@gmail.com	036 522 58 48
Coördinator activiteitencommissie	Rob Thoen, Boomkleverlaan 45 activiteit.kbo@outlook.com	06 229 781 04
Ledenadministratie	Agnes Croese leden.kbozeewolde@gmail.com	06 151 475 65
Lief en leed	Ria Heinsbroek, Coulisse 7 b.n.j.heinsbroek54@gmail.com	06 465 460 03
Lid	Nico van der Zwet, Groene Specht 19 nico@vanderzwet.com	06 373 198 92
Leden met ondersteunende functies:		
Coördinator Belastinghulp	Jan Gordijn jgordijn1939@kpnmail.nl	036 522 62 82
Coördinator gastvrouwen Meermin	Maria te Molder mtemolder@hetnet.nl	06 121 217 91
Activiteitencommissie Aanmelding en annulering van activiteiten: activiteit.kbo@outlook.com	Rob Thoen Maria Thole Harry de Meijer	06 229 781 04 06 237 083 53
Acquisitie "Even Bijpraten"	Gerrit Thiele, de Nes 5 gerritenchristien@gmail.com	06 290 366 87
Redactie "Even Bijpraten"	Ida Hazelaar, Radon 33 redactie.ebzeewolde@hotmail.com	036 848 62 80
Kopij voor "Even Bijpraten": EB nr. 341. November. EB nr. 342 November.	Liefst digitaal aanleveren uiterlijk op: 15 okt. 2025 12 nov. 2025	
Beheer internetsite www.kbo-flevoland.nl Op deze site is "Even Bijpraten" in kleur te lezen	Ida Hazelaar, Radon 33 websitebeheerder.zeewolde@hotmail.com website adres: kbo-flevoland.nl//zeewolde	036 848 62 80
Lief en leed 	Als u iemand weet die jubileert, ziek is of een attentie verdient, wilt u dit dan aan Ria Heinsbroek doorgeven? b.n.j.heinsbroek54@gmail.com	06 465 460 03
Aanmelding als lid: kan gedurende het hele jaar	Opzeggen lidmaatschap: uiterlijk 1 dec., daarna loopt het lidmaatschap automatisch door tot 1 dec. van het volgende jaar . leden.kbozeewolde@gmail.com	06 151 475 65
Bankrekening KBO Zeewolde:	NL33 RABO 0338 1508 70	

Brengt u een lid aan bij de kbo,
dan krijgt u een taartje cadeau