kbo Seniorenen Zeewolde



"Even Bijpraten"

Informatief verenigingsblad

November 2026 | **Nr. 351** | **Verschijnt 10x per jaar** | **36e jaargang**

INHOUD

01. INHOUD/ Gedicht
02. Bestuurspagina
03. Info-activiteiten
04. Ontmoetingsdag 03 nov.2026
05. Uitvaart en zingeving
06. Start seizoen 2026/27
07. Klaverjastoernooi 2026
08 Kerstkrans/stukjes maken
09. Theaterseizoen 2026/27
10. Levensverhaal
11. Fietsen door dames
12. Nieuwjaarsborrel
13. Column:
14. Recept
15. Puzzel je mee?
16. Bestuur/wie doet wat



Kopij EB t/m woensdag d.d.: inleveren	EB nr. in 2026	EB verschijnt vanaf:
11 November	**352 Dec/Jan 2026/2027**	**26 November 2026**

Kopij EB t/m woensdag d.d.: inleveren	EB nr. in 2027 en maand	EB verschijnt vanaf:
13 Januari	**353 febr**	**28 Januari**
10 Februari	354 maart	25 Februari
10 Maart	355 april. 37ste jaargang	25 Maart
07 April	356 mei	22 April
12 Mei	357 juni	27 Mei
09 Juni	358 juli/aug	24 Juni
11 Augustus	359 sept	26 Augustus
15 September	360 okt	30 September
13 Oktober	361 nov	28 Oktober
10 November	362 dec/jan 2027/2028	23 November

Iedereen die op ons gestemd heeft, bedankt!!



Bestuurspagina:

Tijd!

Het is maar een klein woordje. Maar het wordt in het dagelijks leven zo vaak gebruikt. Ook wij als senioren, die vaak al een lang en druk leven achter de rug hebben lopen hier vaak tegen aan. Ik moet even dit doen, ik moet even dat regelen. In deze drukke, snelle en ook wel onzekere tijd draait het hier vaak om. Wij hebben geen tijd om ons hiervoor in te zetten, de tijd gaat zo snel en nu moet ik daar alweer rekening mee houden. Als ouderen spelen wij nog een grotere rol in de maatschappij dan wij vaak zelf denken door oppassen van kleinkinderen en vrijwilligerswerk. Het is nu als ik dit schrijf het begin van de herfstvakantie in onze regio. Soms lijkt het dat de scholen pas weer zijn begonnen na de zomervakantie en dan is daar alweer de volgende vrije week. Dat betekent vaak ook weer extra oppas beurten bij werkende ouders. Wij zien het ook bij onze kleinkinderen, geniet er toch maar van want ze zijn zo weer groot. Dan zeggen wij vaak, waar is de tijd gebleven maar dat geldt ook voor het warme jaar 2026. De pepernoten liggen al weken in de winkels en tuincentra bereiden zich voor op de kerstmarkten. Eind van deze maand oktober gaat de wintertijd weer in, volgens mij heeft dat voor ons senioren weinig invloed alleen een extra uurtje slapen. Of het moet zijn dat de avonden dan echt donker verlopen. Vaak horen wij dan van onze leden dat zij in de avond liever niet meer op stap gaan. Dat begrijpen wij als bestuur heel goed, dus daarom de activiteiten overdag.



Eenzaamheid wordt vaak genoemd als een zorg voor velen. Als wij de activiteiten van deze herfstmaanden zien dan lijkt het vaak het tegenovergestelde. Vele mogelijkheden om erop uit te trekken. Vanuit Welzijn en vele verenigingen is er keuze te over. Ik noem theatervoorstelling en samen bekende liedjes zingen. Maar ook actief bewegen, valpreventie en met driewielerfiets rijden. Misschien hebben wij geen tijd genoeg om die allemaal te bezoeken. Maar voor ons geldt de stelling, niets moet meer maar wij kunnen toch zelf de keuze bepalen. Maak hier dan ook gerust gebruik van. Wij vragen speciaal nogmaals aandacht voor de spelletjesmiddag op de eerste donderdag van de maand. Een aantal leden vindt deze activiteit al leuk, maar schroom niet er zijn meer leden van harte welkom. Hopelijk tot 5 november in de Meermin.

Als bestuur worden wij ook vaak betrokken bij taken rond zorg, vervoer en hulpverlening voor ouderen. Denk hierbij aan de WMO, thuiszorg en vraagstukken bij het vraaghuis. Bij de uitvoering van hulpverlening wijzen wij u graag de weg naar de bevoegde instanties. De uitvoering moet duidelijk bij de deskundigen op dit gebied blijven liggen. Door goede samenwerking is er veel mogelijk. Neem de tijd hiervoor en regel het voor uzelf of u naasten.

Het seizoen is positief begonnen met een mooie bingomiddag in de Meermin. De stemming was opperbest en de prijswinnaars gingen met een vrolijk gezicht huiswaarts. Nu staat de busreis met een vaartocht over de Waal op de planning. Met een positieve instelling wordt dit vast weer een mooie dag. In november vraagt het bestuur aandacht voor drie activiteiten binnen tien dagen. Eerst 17 november een middag over zingeving in ons nieuwe uitvaartcentrum. Twee mogelijkheden op een middag, informatie over alles wat mogelijk is bij een afscheid van een dierbare. Daarnaast bezichtiging van het nieuwe uitvaartcentrum. Het provinciaal klaverjas toernooi is dit jaar in Zeewolde in de Meermin op 21 november. Een uitdaging voor de deelnemers maar ook voor ons als vereniging. Op 27 november is er het bekende advents en kerststukjes maken. Voor alles geldt geef je snel op want vol is vol. In deze Even Bijpraten worden deze bijeenkomsten uitgebreid weergegeven.

Tenslotte wil ik nog noemen het mooie resultaat van KBO-senioren Zeewolde bij de actie Rabo Clubsupport. Door de vele stemmen van onze leden hebben wij een mooi bedrag mogen ontvangen. Hartelijk dank hiervoor en onze penningmeester is er heel blij mee. Samen zijn wij KBO-senioren Zeewolde al meer dan 35 jaar. Hieraan zullen wij de komende maanden meer aandacht en tijd besteden. Veel plezier bij het lezen van onze bladen en graag tot ziens bij de komende activiteiten

Namens Het Bestuur Piet Verschure

Activiteitenplanning 2026



Datum. Onderwerp Locatie/organisator:
Activiteitencommissie

Dinsdag 10 November 2026	Ontmoetingsdag 2026	*Maranatha kerk*
Dinsdag 17 November 2026	Zingeving	***Uitvaartcentrum***
Zaterdag 21 November 2026	Klaverjastoernooi	***De Meermin***
Vrijdag 27 November 2026	Kerststukjes maken	***IVN***
Donderdag 17 December 2026	Kerstbijeenkomst	***Meermin / Veluwemeer***
Donderdag 07 Januari 2027	Nieuwjaarsbijeenkomst met Bingo	***Meermin / Veluwemeer***

*** 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.



OVERLIJDENSBERICHT



Op 10 oktober is ons lid de heer Petrus (Peet) Glotzbach op 92 jarige leeftijd overleden.
Wij wensen zijn familie en dierbaren veel sterkte bij het verwerken van dit verlies.



Zijn melodie is verstomd,
Maar de muziek blijft.



Het bestuur

kbo Senioren Zeewolde

GEZOCHT!!

Gastvrouwen/gastheren of barmedewerkers

Wie komt ons gezellige team versterken?

Bel of mail dan met

Maria te Molder.

Mob. 06-121 217 91

Brengt u een lid aan bij de KBO

dan krijgt u een taartje cadeau

kbo Senioren Zeewolde

Levensverhalen:

kbo Senioren Zeewolde

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

Wij zijn op zoek naar de **vakantie of levensverhalen** die u met ons zou willen delen. Hoe is het u vergaan in de vakantie 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.
Ik kijk ernaar uit! U ook?



Voor en met elkaar! Samen zullen wij het maken!
Dat is het motto voor komend seizoen!
Wie is de volgende?
Helpt u mee een mooie EB te maken? GRAAG!
redactie.ebzeewolde@hotmail.com



Ontmoetingsdag dinsdag 03 november 2026

Alle ouderen en zieken met hun partner of begeleider worden hiervoor

van harte uitgenodigd.

Thema is: **“de kracht van aandacht”.**

Locatie: **Maranatha kerk. (Gelderseweg 107)**

Ontvangst om 10.00 uur met koffie/thee.

Om 10.30 uur de Eucharistieviering waarna we gezellig samen zijn.

Na de lunch zal er een ontspanningsmoment zijn.

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

Tijdens de eucharistieviering wordt de collecte gehouden

voor de onkosten van deze dag.

We hopen deze dag weer veel mensen te mogen ontmoeten.

U bent van harte welkom.

Schroom niet en geef u op voor dinsdag 3 november bij

Leonie van der Sluijs, tel. 06 36367372 of via email: lhhvandersluijs@gmail.com of bij Marian van Outersterp tel 06-14638394 of via email: marian@mvoweb.nl

Evt dieetwensen kunt u doorgeven. Ook als u vervoer nodig hebt.

Parkeren achter de kerk (Stevinhof) of achter de Lux.

Namens de commissie “Ontmoetingsdag”

UITVAART & ZINGEVING

in de huidige tijd



Een middag van ontmoeting , inspiratie en verdieping

De manier waarop we afscheid nemen verandert . Ook onze kijk op zingeving en wat betekenis geeft aan het leven is voortdurend in beweging.

Tijdens deze middag staan we samen stil bij deze ontwikkelingen en gaan we hierover met elkaar in gesprek.

Aanmelden kan via
De QR code of bel naar Welzijn Zeewolde via 036-5224655.

PROGRAMMA DINSDAG 17 NOVEMBER

13.30 uur	Inloop & ontvangst
14.00 uur	Uitvaarten in de huidige tijd
14.45 uur	Pauze & ontmoeting
15.30 uur	Zingeving in de huidige tijd
16.15 uur	Afsluiting & napraten
17:00 uur	Einde

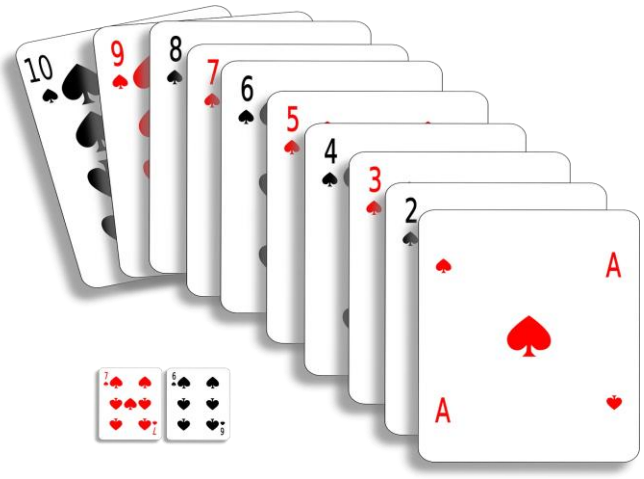
Uitvaarcentrum Zeewolde , Kluunpad 1

Start seizoen 2026-2027 in “De Meermin”

Op 24 september was het zover . De start van het nieuwe seizoen 2026-2027 in “De Meermin”. Veel leden hadden zich aangemeld om deze middag aanwezig te zijn.
Het onderwerp wat Pastor Paul had uitgezocht voor deze middag was Vrede. Hij gaf aan dat deze op dit moment ver te zoeken was, maar dat we klein konden beginnen (ook binnen de KBO).
Na deze overweging werd de microfoon overgedragen aan Nico, welke de Bingo in goede banen zou leiden. Na meerdere malen uitgelegd te hebben wat de spelregels waren, kon de Bingo starten. Dat nam niet weg dat er toch wel enige foutieve Bingo’s waren. Hilariteit alom. Er werden 3 rondes gespeeld waar mooie prijzen in te winnen waren. Van verlichting tot aan hobby spullen en van huishoudartikelen tot aan Kerstversiering. Tussen de rondes door was er voldoende tijd om ons tegoed te doen aan een hapje/drankje. Als afsluiting werden we getrakteerd op diverse broodjes, om zo met een vol(daan) gevoel om16.30 uur de deur van “De Meermin” achter ons af te sluiten.



Oproep deelnemers klaverjastoernooi
21 november 2026



Heeft U altijd al een klaverjastoernooi willen spelen? Wel op 21 november wordt er gestreden om de KBO senioren Flevoland wisselbeker. Ook zijn er individuele prijzen te winnen.
Locatie voor deze wedstrijd is De Meermin, hier in Zeewolde.
Er zal gespeeld worden in 3 rondes van 45 minuten.
Voor een natje en een droogje zal worden gezorgd.
Er kunnen maximaal 14 personen meedoen van onze afdeling.

Datum:	21 november
Tijdsduur:	13.30 – 17.00 uur
Locatie:	De Meermin
Kosten:	€ 5,00
Aanmelding:	uiterlijk 10 november

De aanmeldkosten graag overmaken op de rekening van de KBO Zeewolde
NL33 RABO 0338150870 met vermelding van: Klaverjastoernooi 21 november 2026
Tevens dient U zich vooraf aan te melden om te kunnen worden geregistreerd:

Aanmelden bij:
Rob Thoen
06-22978104
activiteit.kbo@outlook.com





Adventskrans of Kerststukjes maken
27 november 2026

Op 27 november 2026 staat het maken van een Adventskrans of kerststukje op de planning.
De locatie zal zijn “De Rode Schuur” (IVN) hier in Zeewolde.



Datum:	27 november
Tijdsduur:	09,30 – 12.00 uur
Locatie:	“De Rode Schuur”(IVN)
Kosten:	€ 10,00
Aanmelding:	uiterlijk 19 november

Programma:

09.30 uur Inloop met koffie/thee
10.00 uur Maken Adventskrans/kerststukje
Pauze met koffie/thee
Afmaken Adventskrans/kerststukje

Voor deze activiteit zijn, helaas, maar maximaal 30 plaatsen ter beschikking. Volgorde van betaling is ook volgorde van inschrijving. U dient zich dus ook aan te melden op activiteit.kbo@outlook.com

U dient zelf mee te nemen:
* snoeischaar
* Bakjes/schaaltje/mandje of iets dergelijks





De activiteitencommissie zorgt voor groen/verlichting voor in de stukjes/oase/ed.

Aanmelding voor deze middag: door overmaking van € 10,00 per persoon op de rekening van KBO Zeewolde: **NL33 RABO 0338150870** met vermelding van: Adventskrans 2026

Heeft U vragen: bel gerust Rob Thoen 06-22978104
Voor deze activiteit geldt de annuleringsregeling, zie EB.

Theater seizoen 2026-2027

Ricki Koole-	rare leeftijd	24 oktober	The Lux	€32,50
Strings United	Concert	15 november	De verbeelding	€20,00
Marc Janssen	Onder de rook	21 november	Hoeve Karree	€19,50
The Naked Truth	Ode aan de golden earing	21 november	The Lux	€32,50
Gerard en Rosanne	Dans la famile	19 december	The Lux	€32,50
De Verbeeldig live	Top 2000 cafe	27 december	De verbeelding	€15,00
Nationaal theaterweekend		29/30/31 januari		
Guid Spek	Voor spek en Bonen	13 februari	The Lux	€32,50
70's Unplugged	Muziek	13 maart	The Lux	€32,50
Monica Coronado	Muziek	21 maart	De Verbeelding	€20,00
Grand Duo	Muziek	11 april	De Verbeelding	€20,00
Joost Botman	Muziek	17 april	The Lux	€32,50
Duo Saraswati	Muziek	30 mei	De Verbeelding	€20,00

Voor verdere bijzonderheden verwijs ik graag naar de Zeewolder Actueel en naar de websites:
www.zeewoldelive.nl
www.deverbeeldingzeewolde.nl

Crea voor de Kerst.



Levensverhaal:

De vorige keer vertelde ik van mijn Nederlands helft, en nu is mijn Indonesië kant.
Ik ben geboren in een bamboe huisje. Toen mijn moeder lag te bevallen, liep mijn opa voor op de overloop met de Koran in zijn handen heen en weer dankliederen te zingen aan God dat er een kindje geboren wordt in zijn huis, zo welkom was ik, huis betekent niet alleen het gebouw maar zijn gezin. Mijn vader zat tegenover opa's huis het huisje van mijn tante, RK. Maar zat te zenuwen omdat vroeger de moeders soms overlijden.
Toen de vroedvrouw de deur open deed en zei, " het is een meisje", toen omhelsde mijn vader opa dat hij tot God gezongen had, dankbaar.
Er stond geen wieg maar gewoon op de grond van bamboe op een uitgerolde kleed en dekens en daar lag ik dan ingewikkeld in doeken.
De volgende dag kwam heel het dorp, een voor een kijken en brachten kadootjes dat wil zeggen, een luier of wat een baby nodig heeft en ook een paar eieren voor de jonge moeder maar vooral om naar het kindje te kijken wamt ze heeft een blanke vader.
Wij zeggen nooit mevrouw of meneer, maar noemen elkaar bij de naam en als je elkaar niet kent gewoon broer, zus, tante, oom, vader of moeder of opa, oma. In onze taal he maar in officiële gelegenheden mevrouw, meneer.
Geluk zit in de liefde.
De volgende dag ging mijn vader met zijn vriend naar de gemeente om zijn kind op te geven maar hij wist nog geen naam voor mij en moeder ook niet, ik was dus naamloos, toen zei zijn vriend "wat denk je naar de naam van onze koningin Emma en de tweede naam Florence ". Mijn vader vond het goed zo doende kreeg ik toch een deftige naam.
De volgende keer verder.

Emmy Roestenburg.

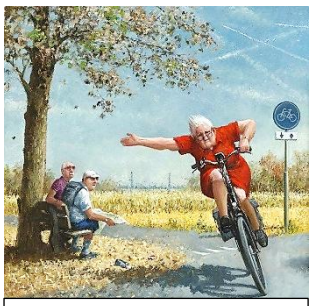






Fietsen door dames

Uit: In het spoor van de sport.



Schilderij: Marius van Dokkum

In 1885 kwam de damesfiets met lage instap op de markt. Het wieleren werd eind jaren tachtig aanbevolen door medici i.v.m. het bewegen in de buitenlucht. Had men de fiets onder controle, dan had men ook zichzelf onder controle. Er kwamen rijscholen, men leerde er goed gekleed en met rechte rug sierlijk te rijden en adequaat om te gaan met onbeschaamde uitingen van mensen langs de kant. In de praktijk kon men met enig doorzettingsvermogen in drie lessen fietsen leren: eerst het op- en afstappen, vervolgens de linkse en rechtse bocht en tot slot het heuvel op- en afrijden.

Het argument van tegenstanders van fietsende dames moest uiteraard in de praktijk weerlegd worden. Begin jaren negentig kwam de doorbraak met een artikel in het bondstijdschrift de Kampioen: 'Wieleren is ook voor de vouwen een recht, dat niet door dwaze fatsoensnormen mag worden aangetast'. Steeds meer clubs lieten weten dat dames als lid welkom waren. In 1897 had de ANWB ongeveer 15.000 leden, waaronder 2200 vrouwen die sinds 1894 ook aan bondstochten deelnamen. Trots reed men met het in 1897 uitgegeven dames embleem of wel de zilveren fiets-broche op de revers. Niet zelden werden damesgroepen begeleid door één of twee mannelijke familieleden voor tochten van veertig of zestig kilometer op zondag in het kustgebied. Vanaf 1895 werd wieleren de meest nagevolgde en gepopulariseerde vrouwensport; de beweging, de emotie en de gezondheidsbeleving met het fietsen fascineerden. Wel gingen stemmen op om de herwonnen vitaliteit van de vrouwen te kanaliseren in de richting van het huishouden. En men wees dan op ontwikkelingen in Duitsland en Frankrijk waar beroepsrenners in hun vulgaire kleding werden geminacht.

Voor de nodige stabiliteit waren er vrouwen die onderweg hun kleding aanpasten. Ze namen de tussenstang weg en knoopten een japon over de herenfietskleding. Er was volgen de bond niets onbeschaafds aan deze vrouwen. Ze kwamen immers uit gegoede kringen. De eerste Nederlandse vrouwelijke arts Aletta Jacobs bezocht met haar man met de fiets diverse landen. Als feminist bestempelde zij de fiets louter als een vervoermiddel en niet als een apparaat waarmee vouwen zich konden sterken ten behoeve van het nageslacht.

Bij feestelijkheden werden er wedstrijden georganiseerd. Zoals bij het bloemencorso, waarbij juryleden letten op combinatie van de charmante wielrijdster met haar versierde fiets. Een andere geschikte jury-fietssport was het kunstrijden in de zaal, waarbij gelet werd op rijtechniek.

Rond 1900 viel veel te beleven met het polorijden, volgens kampioene Henriette Bos was het een fietssport vol energetisch genot. Precisie en zelfbeheersing waren vrouwelijke eigenschappen, die maakten dat de man bij figuurrijden en polospel bijna werd geëvenaard.

Een andere zaak die omstreeks 1900 actueel werd, was de democratisering van het rijwiel. In de Kampioen had de auteur van de damesrubriek olie op het vuur gegooid door te stellen dat dienstmeisjes in hun spaarzame vrije tijd gegund moest worden te wieleren. Vrouwelijke ANWB-leden reageerden daarop heftig. In het belang van de meisjes zelf was men de mening toegedaan om deze keukenprinsesjes niet in hun zucht naar hogerop te steunen.

Toen 10 jaar later de democratisering van het wielrijden algemeen was had de elite zich teruggetrokken en was ook de discussie over fietskleding en over medische problematieken voorbij.

Henk Knol

Bron: *https://marithaime.nl/fietsen-door-dames/*

Uitnodiging Nieuwjaarsborrel op 7 januari 2027



Het bestuur van de KBO Zeewolde nodigt U uit om op donderdag 7 januari 2027 aanwezig te zijn op onze Nieuwjaarsreceptie. Ook zullen wij het glas heffen op het jaar 2027. Tijdens deze receptie zal kort bij de toekomst van de KBO-senioren Zeewolde worden stilgestaan.
Om deze middag tot een groot succes te laten worden zullen we 2 rondes Bingo spelen.
De Bingo kaarten zijn bij de prijs inbegrepen.

Datum: 7 januari 2027
Aanvang: 13.30 uur
Einde: 16.30 uur
Locatie: “De Meermin”
Kosten: € 5,00
Aanmelden: voor 05 januari 2027



Voor een natje en een droogje zal worden gezorgd.

Ja, ik kom graag naar deze middag op **7 januari 2027** en meld mij aan door overmaking van **€ 5,00** op het rekeningnummer van de KBO Zeewolde:
NL33 RABO 0338150870 onder vermelding van: nieuwjaarsbijeenkomst 2027.
Voor deze activiteit geldt de annuleringsregeling, zie EB.
Heeft U vragen: bel gerust Rob Thoen 06-22978104





Column: Epidemie



Laatst kwam ik bij de fitness een boekje tegen met de titel “Niet normaal”.
ISDN978-90903567687
Het is met sponsoring in eigen beheer uitgegeven bij drukkerij Wico in Amersfoort

Hierin stonden verhalen en ervaringen van verplegend personeel,
Specialisten en artsen uit het Meander ziekenhuis in Amersfoort.
Verhalen en ervaringen uit de corona periode hoe zij deze periode beleefd hebben.
De boven natuurlijke werkdruk de stress en schokkende belevenissen.
‘s Morgens ga je nog even bij een patiënt langs met wie het op dat ogenblik nog goed gaat.
Je denkt die mag binnenkort op zaal, en als je er s ‘avonds nog even langs gaat blijkt dat hij of zij overleden zijn, de druk van het bedden tekort, dus patiënten dan maar tijdelijk op de gang gelegd en een oplossing zoeken. Steeds weer omkleden om verspreiding zoveel mogelijk te voorkomen en meer dingen.
Verhalen die je aangrijpen.

En dan hoor je naar aanleiding van de parlementaire enquêtes dat er mensen zijn die de genomen maatregelen zoals de meter afstand houden van elkaar en de mondkapjes maar overdreven vonden.
Zij deden de coronaepidemie af als een “normale” griepgolf. Ik raad hun aan om het boekje eens te lezen.
En dan waren er ook nog lieden die aan deze epidemie flink dachten te verdienen.
Men stond als arts of verpleegkundige geheel machteloos.

De laatste weken is de ebola in Congo uitbraak volop in het nieuws. Deze uitbraak vertoont een paar overeenkomsten met de corona epidemie. De patiënten zijn niet alleen ernstig ziek maar zijn door hun isolatie om de kans op besmettingsgevaar zo klein mogelijk te houden, zo min mogelijk contact met andere mensen te hebben, ook erg eenzaam. De artsen van Artsen Zonder Grenzen doen ook hier alles aan om de uitbraak te beperken.
Ook hierbij lijkt het soms vechten tegen de bierkaai. Het is te hopen dat deze ziekte niet in ernstige mate het westen bereikt. Maar dat zou tegenwoordig zo maar kunnen.
Je vliegt makkelijk van Congo op en neer. Een Franse arts met een besmetting ligt in het LUMC en de laatste berichten zijn dat hij of zij het goed maakt. Het laatste nieuws is dat de patiënt het ziekenhuis mag verlaten.

Door de ervaringen en de kennis van besmettelijke ziektes zijn we er in het westen goed op voorbereid.
Er worden oefeningen in ziekenhuizen gehouden onder ambulancepersoneel. Ook het RIVM en GGD houden regelmatig oefeningen. En daardoor is de kans op een uitbraak in Nederland klein.
De besmetting met het virus gaat bij ebola via lichaamsvocht zoals bloed of speeksel.
Er is nog geen zicht op het aantal besmettingen, maar men schijnt het goed onder controle te hebben.
En de verwachting is dat men net als de pest en cholera, ook deze ziekte zal kunnen bestrijden.



Binnenkort is er weer een vaccinatie ronde voor een nieuwe variant van corona.
Het is net of corona terugslaat met steeds weer een nieuwe variant te bedenken.
Als men eerst maar de oorzaak van de ziekte en de bestrijding ervan vindt.
Is dat de hygiëne waar de laatste jaren veel meer aandacht aan besteed wordt?
In de middeleeuwen gooide men het afval gewoon op straat, riool kende men nauwelijks.
Een hoop heeft men zelf in de hand maar je moet je er wel aan houden.
Ook de controle op de import van uitheemse producten kan eraan meehelpen.
De corona zelf is gelukkig onder controle, maar er zijn nog steeds mensen die de gevolgen van corona ondervinden. Zij lijden aan Covid 19, voluit Corona Virus Dis case 2019.
Maar hopelijk komt ook hier door onderzoek een oplossing voor. En pasgeleden dook er weer een nieuw virus op: het Nijlvirus, dit virus heeft in ons land al tot een dode geleid. Dit virus is niet zo heftig als corona.
Men heeft het volgens de laatste berichten geheel onder controle.

A3

Recept:

Hartige Broccoli, Spinazie & Eieren taart

Deze eenvoudige groenten omelet is volledig met broccoli, rode paprika, spinazie, knoflook, eieren en gesmolten kaas gevuld.

Ingrediënten
- Broccoli, in kleine blokjes gesneden
- Rode paprika, in plakken of stukken gesneden
- Verse baby spinazie
- Knoflook, geperst
- Olijfolie
- Lichte kruiden
- Zwarte peper en kruiden met kruiden
- 4 eieren• Gezouten, geraspte, gelaagde kaas







Hoe je het maakt
1. 1eg een 24 cm springvorm pan met papier in. Voeg de broccoli blokjes toe en druk ze zachtjes in om een compacte basis te maken.
2. Voeg de rode paprika stukken toe, gevolgd door een laagje verse spinazie.
3. Verspreid de knoflook(geperst), over de spinazie.
4. Giet een bescheiden hoeveelheid olijfolie over de spinazie.
5. Roer 4 eieren tot ze glad zijn, verdeel dit over de groenten.
6. De kaas eroverheen verdelen.
7. Als hij in de oven, 180˚is gesmolten met een paar lichte gouden vlekken en het ei is gaar,
Dan uit de oven halen.
8. Laat het een beetje afkoelen, serveer het op opgemaakte borden, met wat verse kruiden.

De binnenkant blijft vochtig en mals met veel broccoli, spinazie, rode paprika en een ei met kaas in elke hap.



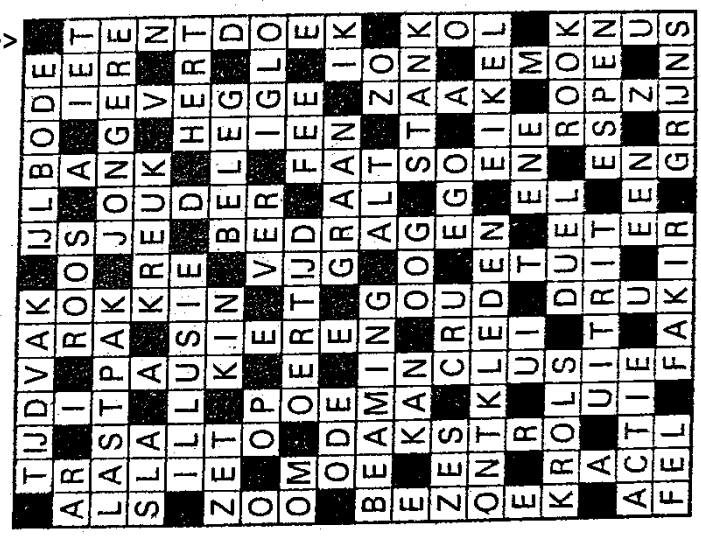
Eet smakelijk



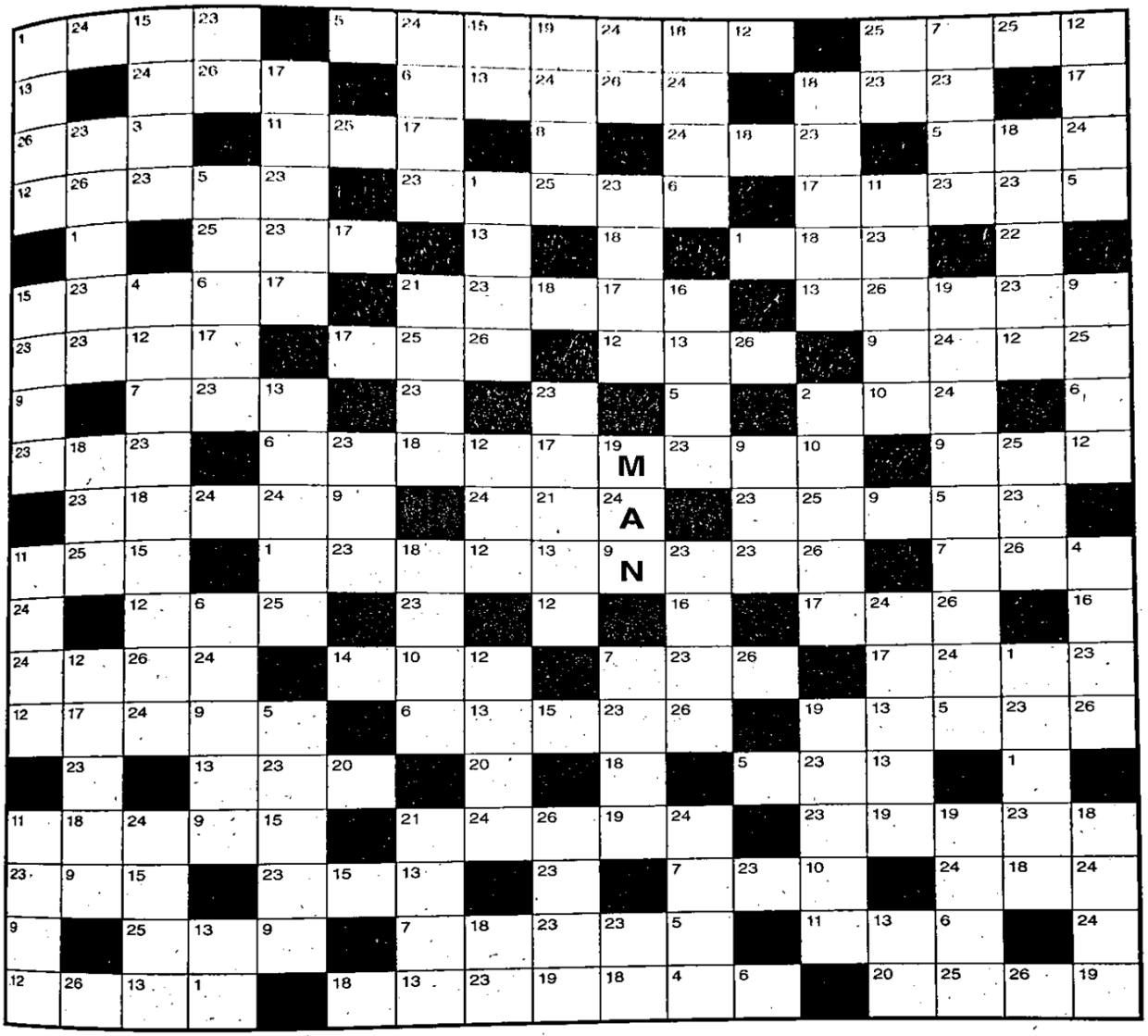
Puzzel je mee?



Uitslag EB 350>>



Cijfercode



A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X IJ Z

1	2	3	4	5	6	7	8	9 N	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19 M	20	21	22	23	24 A	25	26

Bestuursfunctie	*Persoonlijke gegevens*	*Telefoon*
Voorzitter	Piet Verschure, Dwingelderveld 5 verschurepiet@gmail.com	06 572 094 83
Secretaris	Anneke Witteveen, Rietlaan 52 secretaris.zeewolde@hotmail.com	06 203 127 74
Penningmeester/ vicevoorzitter	Walter Lodewijk kbopen.zeewolde@gmail.com	036 522 58 48
Lid: Coördinator activiteiten	Rob Thoen, Boomkleverlaan 45 activiteit.kbo@outlook.com	06 229 781 04
Lid: Ledenadministratie	Agnes Croese leden.kbozeewolde@gmail.com	06 151 475 65
Lid: Lief en leed	Ria Heinsbroek, Coulisse 7 b.n.j.heinsbroek54@gmail.com	06 465 460 03
Lid: Websitebeheerder	Nico van der Zwet, Groene Specht 19 nico@vanderzwet.com	06 373 198 92
	Leden met ondersteunende functies:	
Activiteitencommissie Aanmelding en annulering van activiteiten:	**Rob Thoen, Coördinator** Maria Thole Harry de Meijer activiteit.kbo@outlook.com 	06 229 781 04 06 237 083 53
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
Coördinator gastvrouwen Meermin	Maria te Molder mtemolder@hetnet.nl	06 121 217 91
Coördinator Belastinghulp	Jan Gordijn jgordijnl939@kpnmail.nl	036 522 62 82
Acquisitie “Even Bijpraten”	Walter Lodewijk kbopen.zeewolde@gmail.com	036 522 58 48
Redactie “Even Bijpraten”	**Ida Hazelaar, Radon 33** **redactie.ebzeewolde@hotmail.com**	036 848 62 80
Kopij voor “Even Bijpraten”:	**Liefst digitaal aanleveren uiterlijk op:** **Zie voorblad/inhoud**	
Beheer internetsite www.kbo-flevoland.nl Op deze site is “Even Bijpraten” in kleur te lezen	**Nico van der Zwet, Groene Specht 19** websitebeheerder.zeewolde@hotmail.com website adres: **kbo-flevoland.nl//zeewolde**	06 373 198 92
Aanmelding als lid: kan gedurende het hele jaar bij: Agnes Croese	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
kbo Senioren Zeewolde