

Nummer 2601 - februari 2026



Stoeltjes in de sneeuw, Chantal Sjamaar, aquarel

In dit nummer

- 2*
Berichten van het bestuur - Contributie 2026
- 3*
Groenten, Daniël en ons welzijn
- 4*
Kerstmiddag in de Soos - Gezellige Bingo
- 5*
Nieuws van de reiscommissie
- 6*
Belastingaangifte 2025 - Een andere app openen tijdens bellen
- 7*
Kijk op Amersfoort
- 8*
Audrey Hepburn - Thuis bioscoop



Berichten van het bestuur



*Van de voorzitter KBO Amersfoort/Nijkerk
Ans Huijbregts-Krijnen*

Allereerst u allen een mooi en goed en gezellig nieuwjaar toegewenst. Mooi was het direct al op 3 januari, een witte wereld en er was echt veel sneeuw en gladdigheid. Het was daarom niet verantwoord om de nieuwjaarsreceptie door te laten gaan. Dank voor de vele begripvolle mailtjes. Inmiddels ben ik druk bezig om nog het een en ander voor elkaar te krijgen. Dat lijkt door te gaan.

Een leuke activiteit in februari. Meer hierover in dit nummer.

We hebben de jaarvergadering gepland op 21 mei 2026. Wij hopen u dan ook te mogen ontmoeten. Dan is alles geregeld, de statuten liggen klaar en ook de nieuwe naamstelling van de KBO Amersfoort/Nijkerk wordt gepresenteerd. De uitnodiging komt nog en dan drinken we die middag de uitgestelde Nieuwjaarsborrel. Veel moois en gezelligheid toegewenst bij onze activiteiten en ontmoetingen.

Uw voorzitter Ans Huijbregts-Krijnen.

*de TIJD is te traag voor wie wacht,
te snel voor wie bevreesd is,
te lang voor wie treurt,
te kort voor wie verblijdt,
Maar voor wie liefheeft,
Duurt de de tijd eeuwig.*

Contributie 2026 **KBO afd. Amersfoort-Nijkerk** *Enige mededelingen aangaande de contributie 2026 KBO afd. Amersfoort*

Allereerst heeft de ALV besloten dat de contributie opnieuw niet wordt verhoogd.

1. Voor leden die geen machtiging tot incasso hebben afgegeven:

De leden die vóór 1 april 2026 betalen, betalen hetzelfde als degenen die wel een machtiging hebben afgegeven n.l. € 26,- voor een alleenstaande en € 46,- voor een (echt)paar

Ik ontvang uw betaling graag z.s.m. op rekening:

- NL83 INGB 0002 5192 65
- t.n.v.: KBO Amersfoort-Nijkerk
- met de vermelding: 'Contributie 2026'

**Wilt u s.v.p. voor deze handmatige betaling eerst even nakijken of u gemachtigd heeft?
Controle en terugstorting is nogal tijdrovend voor Ruby Davies (secretariaat)!**

Voor diegenen die handmatig betalen en dit pas na 1 april 2026 doen, geldt een verhoogd tarief van € 28,50 voor een alleenstaand lid en € 51,- voor een (echt)paar.

2. Voor KBO leden die wel een machtiging hebben afgegeven, geldt:

U betaalt € 26,- voor een alleenstaande en € 46,- voor een (echt)paar.

Bij deze leden wordt de overboeking van de contributie eind februari 2026 geïncasseerd.

Indien u ons alsnog wilt machtigen tot incasso kunt u een formulier aanvragen bij het secretariaat (mevr. Ruby Davies) tel. 06-57923607 of per e-mail secretariaat@kboamersfoort.nl.

I.v.m. tijdsbesparing en vermindering van werk stellen wij dit zeer op prijs.

Bij voorbaat mijn dank voor uw medewerking.

Martin Palte

Penningmeester KBO Amersfoort-Nijkerk

Colofon KBO

Voorzitter: Ans Huijbregts-Krijnen
ans.krijnen47@gmail.com
Penningmeester: Martin Palte
penningmeester@kboamersfoort.nl
Bank: NL83 INGB 0002519265
t.n.v. : KBO Amersfoort-Nijkerk.
Secretariaat:
Margreeth Sjamaar
margreeth.sjamaar@hetnet.nl
Secretariaat/2e penningmeester
Ruby Davies
Leeghwater 57
3825 MR Amersfoort
06-57923607
secretariaat@kboamersfoort.nl
Ledenadministratie:
Gerard Dorrestijn
ledenadministratie@kboamersfoort.nl
Lokale Website:
www.de-senior.nl
Bezorging Magazine:
Alleen voor KBO leden:
Janny Duffels, 033-4755907
Redactie NIEUWS&INFO:
Margreeth Sjamaar
redactie-info@kboamersfoort.nl
Productie NIEUWS&INFO:
Remmelt van Heerde
Reiscommissie Elly en Joke
Joke Pot 033 4570160

Groenten, Daniël en ons welzijn



Steeds meer worden wij er op gewezen dat we meer plantaardig moeten eten. De groente recepten vliegen ons om de oren en we denken dat dat iets is van deze tijd. Maar ik kwam er onlangs achter dat dat niks nieuws is.

Ook in de oudheid was al bekend dat groenten weldadig zijn voor je welzijn. Ik kreeg een tip over een boekje 'Buig niet', dat gaat over het boek Daniël en daar staat iets in over Daniël en de groenten. (Daniël 1:4)
Ik was nieuwsgierig en heb het gelijk opgezocht.

Het verhaal is zo: Het Israëlsche volk was in Babylonische gevangenschap en diverse mensen moesten bij koning Nebukadnezar in dienst treden, waaronder Daniël en zijn vrienden. De koning wilde dat ze zo gezond mogelijk zouden zijn en daarom moesten ze mee eten van wat er op de koninklijke tafel kwam. Dat zal ook in die tijd wel luxe geweest zijn, maar Daniël en zijn vrienden weigerden dat omdat dat niet overeenkwam met de Joodse wetten. Daniël zei dat ze alleen groente en water tot zich wilden nemen. Dat werd hen niet in dank afgenomen, maar het kwam tot een soort weddenschap. Ze zouden het tien dagen proberen en als ze er dan slechter uit zouden zien dan degenen die wel van de spijsen van de koning aten, dan zouden wellicht anders beslissen.
Na 10 dagen zagen Daniël en zijn vrienden er zo goed uit, beter dan de anderen zodat ze het mochten doorzetten.

Wij kunnen hier nog wat van leren, ofschoon de hele dag alleen maar groenten en water mij toch wel een beetje te ver gaat, maar eens een keer tien dagen op een vegetarisch dieet zou voor ons toch ook niet slecht zijn denk ik.
Wie heeft zin om dat eens met mij uit te proberen. Tien dagen alleen vegetarisch eten en dan geen vleesvervangers, maar alleen groenten, evt aardappelen en brood met groentemengsel, of pindakaas, komkommer of zoiets, Geen zoet. Geen frisdrank en dergelijke.

We zouden een mailgroepje kunnen vormen en elkaar recepten toesturen, vertellen hoe we het doen en volhouden. Het is maar voor 10 dagen.
Ik hoor graag wie er interesse voor heeft. Het is al wel weer januari, maar het is toch nog kort na de feestdagen en kunnen we wel iets gezonds gebruiken. Ik maak zelf pindakaas en wie meedoet krijgt van mij een klein potje pindakaas.

Margreeth Sjamaar

*email: margreeth.sjamaar@hetnet.nl, telefoon: 033 4723570
of een whatsapp op nr. 0640588732*



Nieuw lid

Mevr. H. Rabbers
Dhr. J. Smith
Mevr. C. Versluis-Vrolijk

25 PCOB-leden
namenlijst beschikbaar

Wij heten u van harte welkom en hopen u te mogen ontmoeten bij onze activiteiten.

Overleden

Mevr. A.A.J.M. van der Bolt
Dhr. G. de Winter
Mevr. H. ten Cate-Rijsterborgh
Dhr. G.F. Huffman
Mevr. S. Schomaker Zr.

Wij wensen de familie, vrienden en kennissen veel sterkte.

Verhuisd

Mevr. M.H.A. Boersen-van Huik
Mevr. A. van Koelen
Mevr. D. Meyers
Mevr. H. Franck-de Bruijn

Kerstmiddag in de Soos

Op 18 december hadden wij weer onze jaarlijkse kerstviering in onze eigen soos. Ik kijk er met voldoening op terug, we hebben het weer voor elkaar gekregen.

Ans en ik hebben menig gezellig avondje bij elkaar gezeten, om te overleggen, te plannen, programma in elkaar zetten, taken verdelen, liedjes uitzoeken, de hapjes bedenken enz. En dan komt de uitvoering. Maar het is allemaal gelukt en ik hoop dat de aanwezigen het heel gezellig hebben gevonden. Toen iedereen binnen was en een plekje had gevonden heette Ans iedereen welkom, waarna Sietske van der Glas een gedicht voorlas en aansluitend werd er een kerstlied gezongen.

Na twee koffierondes met broodjes en kerstbrood las Ria Sweers een ontroerend kerstverhaal voor over een nar die zijn hele bezit weggaf en daardoor het geluk vond. De boodschap was duidelijk, je wordt niet gelukkig van bezit, maar van delen met je medemensen. Om helemaal in de sfeer te komen had Ria wat rekvisieten en een prachtige narrenmuts, die Ans Huijbregts voor haar heeft gemaakt.

Als afsluiting zongen wij het lied Ere zij God, waarna iedereen afscheid nam en huiswaarts ging.

Wij hadden het niet kunnen doen zonder de hulp van de vrijwilligers, die met tafels en stoelen hebben gesjouwd, de tafels versierd, achter de bar alles hebben geregeld en zich enorm hebben ingezet om andere mensen een fijne middag te bezorgen. Ik wil ze hierbij even in het zonnetje zetten: Sietske van der Glas, Ton Hurenkamp, Thea Verschuur, Ria en Hennie Vos

Ans bedankte hen en ook Ria Sweers met een cadeautje voor al hun werk.

Margreeth Sjamaar



Een **Gezellige Bingo** waar je ook nog wijzer van wordt.



Georganiseerd door Jan Huurdeman

Gastheer Soos Kom bij Ons: Jan van der Lee, Evenementen Commissie

Donderdag 26 februari 2026

Soos KBO Scheltussingel 81 2de verdieping

Met deze leuke Bingo van Rode Kruis aan Huis leer je alles over veiligheid in en om je eigen woning. Je ontdekt hoe je je woning nog veiliger kunt maken en hoe je vallen, inbraak en brand in huis kunt voorkomen.

Ook zijn er leuke prijsjes te winnen.

Een gezellige middag die je niet mag missen.

De prijs is € 5,00, over te maken op rekening NL 47 INGB 0007 3167 57 t.n.v. KBO Amersfoort Consumpties zijn voor eigen rekening.

Aanmelden uiterlijk 20 februari 2026 bij Ruby Davies,

Bij voorkeur per email: secretariaat@kboamersfoort.nl of telefonisch 06 57923607



Nieuws van de reiscommissie (Joke en Elly)



***Allereerst willen wij u allen een heel goed, maar vooral gezond 2026 toewensen.
Wij hopen u weer vaak te ontmoeten bij/met onze gezellige reisjes.***

Wij hebben weer ons uiterste best gedaan om een aantal leuke reisjes voor u te bespreken bij Eemlandreizen (Jan van Leeuwen). Helaas wordt alles duurder dit jaar, u zult begrijpen dat de restaurants, de locaties die we bezoeken en de prijs van de bus daarin meegaan. Daarom hebben we gekozen om minder reisjes per jaar te organiseren, waardoor het hopelijk voor iedereen mogelijk is om gezellig mee te gaan.

Op dit moment hebben wij voor 4 reisjes van Eemlandreizen de offertes gekregen en ook vastgelegd. Ook hebben we met Vander Klooster twee data vastgelegd voor de Lady's Day. De Kerstreis is nog niet georganiseerd. Globaal geef ik u nu een overzicht van de data en de reisjes die georganiseerd zijn en vastliggen. Een maand vóór vertrek komt er uitgebreide informatie over betreffend reisje in de info. Uiteraard kunt u als het u bevalt, deze reisjes al reserveren. U kunt daarvoor bellen naar Joke Pot. Tel: 033-4570160. Afzeggen kan altijd!! Betaling minimaal een week vóór vertrek van een reisje.

4 maart

Vertrek eerste opstapplaats Stastokerf 9.00 uur.

Modeshow Vander Klooster in Boskoop.

Kosten € 25,00 p.p.

22 april

Vertrek eerste opstapplaats Stastokerf 10.00 uur.

Dagtocht Tulpenfestival Noordoostpolder, Urker vismenu in Tollebeek daarna met gids Bollentocht

Kosten € 52,50 p.p.

20 mei

Vertrek eerste opstapplaats Stastokerf 08.30 uur.

Dagtocht varen op de Nederrijn. Koffie met gebak in Lexmond. Broodjeslunch met soep en kroket in Kerkdriel.

Varen van Wijk bij Duurstede – Rhenen vv.

Kosten € 74,50 p.p.

1 juli

Vertrek eerste opstapplaats Stastokerf 08.30 uur.

Dagtocht Heerlijk fruit. Koffie met gebak in Kinderdijk. Pannenkoekenlunch in Brielle. Rondleiding/rondrit Pluktreintje in

Brielle. Kosten € 56,00 p.p.

9 september

Vertrek eerste opstapplaats Stastokerf 10.00 uur.

Dagtocht Op Safari Beekse Bergen. Koffietafel 11 met kroket in Gilze. Safari Beekse Bergen (incl. entree) in Hilvarenbeek.

Kosten € 67,50 p.p.

7 oktober

Vertrek eerste opstapplaats Stastokerf 09.00 uur.

Modeshow Vander Klooster in Boskoop.

Kosten € 25,00 p.p.

Kerstreis

Uiteraard krijgt u nog een globaal overzicht van de Kerstreis als alles georganiseerd is!

Ik hoop dat het voor iedereen een verrassing is met duidelijke inhoud!

Elly Hakstege

Belastingaangifte 2025

Belastingservice Ouderenbonden
Vanaf 1 maart regelen wij de aangifte voor u.

De Belastingservice is bestemd voor gepensioneerde leden.

Als inkomensgrens geldt: voor een alleenstaande € 40.000,- en voor gehuwden / samenwonenden € 60.000,- per jaar.

Heeft u van de Belastingdienst een aangiftebrief ontvangen om aangifte te doen over 2025 en wilt u gebruik maken van de Belastingservice ouderenbonden PCOB en UNIE KBO, dan kunt u zich vanaf 16 februari 2026 telefonisch aanmelden op:

telefoonnummer: 033-4806412

Heeft u al meer gebruik gemaakt van de belastingservice dan kunt u contact opnemen met uw "eigen" invuller/ster, zijn/haar naam staat op de "meegeefbrief" die bij u is achtergelaten.

De kosten bedragen € 15,- (een onkostenvergoeding voor reis-, kopieer- en printkosten).

De volgende gegevens zijn nodig voor de belastingaangifte 2025

- De aangiftebrief die u van de Belastingdienst heeft ontvangen om aangifte te doen.
- Alle jaaropgaven van inkomsten die u in 2025 heeft ontvangen van uzelf en van uw echtgenoot of partner, jaaropgaven van pensioenen, geen buitenlands pensioen, uitkeringen en bijverdiensten.
- De WOZ – beschikking van de gemeente met peildatum 1 januari 2024 en de jaaropgave van de hypotheekverstrekker (alleen als u over een eigen koopwoning beschikt).
- Afschriften van alle bankrekeningen. (spaar- en lopende betaalrekeningen).
- Het gaat om de saldo's op 1 januari 2025.
- Rekeningen van specifieke zorgkosten / ziektekosten die u zelf heeft moeten betalen. Reiskosten die u zelf heeft gemaakt i.v.m. zorgkosten.
- (Let op: maar niet de kosten die onder het eigen risico vallen).
- Bewijsstukken van gedane giften. De gift moet zijn gedaan aan een instelling die beschikt over een ANBI-verklaring van de Belastingdienst (Algemeen Nut Beogende Instelling).
- De voorschotbeschikking van huur en zorgtoeslag 2025 en 2026.
- De kopie / print van de aangifte 2024 (gemakkelijk om op terug te kijken).

Corrie Boon coördinator

Een andere app openen tijdens bellen

Tijdens het bellen een app openen? Dat kan gewoon. Handig als je iets wilt opzoeken of controleren.

De telefoon gaat, je neemt op en wilt daarna tijdens het gesprek iets anders doen. Een agenda openen, een telefoonnummer controleren of bijvoorbeeld een mail teruglezen.

Zet de telefoon dan op de luidspreker en open een andere app.



Bellen en app openen Android-telefoon

Zet de telefoon op luidspreker.

Zo kunt u doorpraten terwijl de telefoon niet meer aan uw oor zit.

Tik daarvoor op het pictogram van een luidspreker.

Tik op de starttoets (de middelste knop onderaan de telefoon) om het startscherm in beeld te krijgen.

Ontgrendel zo nodig de telefoon.

Tik op de gewenste app.

Wilt u terugkeren naar het gespreksvenster?

Tik dan boven in het scherm op het groene blokje met telefoonhoorn.

Hier kunt u het gesprek beëindigen door op het rode rondje met een telefoonhoorn te tikken.

Bellen en app openen iPhone

Zet de telefoon op luidspreker.

Zo kunt u doorpraten terwijl de telefoon niet meer aan uw oor zit.

Tik daarvoor op Audio > Luidspreker.

Veeg van onder naar boven op het scherm om het startscherm in beeld te krijgen.

Ontgrendel zo nodig de telefoon.

Tik op de gewenste app.

Wilt u terugkeren naar het gespreksvenster?

Tik dan boven in het scherm op de groene telefoonhoorn met de tijd ernaast.

Hier kunt u het gesprek beëindigen door op de rode telefoonhoorn te tikken.



Kijk op Amersfoort

Dit aanzicht op het St. Pietersgasthuis en het St. Aegtenklooster werd in 1759 getekend door Paulus van Liender. Hij was decorschilder, tekenleraar en etser. Links zien we de kapel van het St. Pietersgasthuis, dat dan 'oudeliedenhuys' is. Op de hoek van de Westsingel en de Kleine Spui staat stadsherberg 'De Vergulde Turfton'. Alle turf die werd ingevoerd in de stad werd daar gemeten en verkocht. Midden op de voorgrond de Croontjesbrug met in de verte de Koppelpoort. Rechts op 't Zand een hoog gebouw, overgebleven van het voormalige St. Aegtenklooster. Het linkerdeel is het notarishuis, waar in de 18e eeuw notaris en stadshistoriëschrijver Abraham van Bommel woonde en tot voor kort notaris Van Daatselaar. Dit huis werd in 1780 drastisch verbouwd en er ging een verdieping van af.

Het gedeelte rechts met het torentje is de St. Aegtenkapel, de voormalige kerk van het klooster. In 1579, direct na de Reformatie, bezocht de schout het klooster en deelde de zusters mee, dat ze zich voortaan niet meer aan hun geloften hoefden te houden, dat ze gewoon de stad in mochten en ook zouden mogen trouwen. Zulke onzin hadden ze nog nooit gehoord! Er mochten geen nieuwe zusters meer intreden, maar ze mochten er wel tot hun dood blijven wonen. De laatste zuster overleed pas in 1637. De kapel bij het klooster mocht niet langer als kerk gebruikt worden en kreeg in de loop der tijd steeds andere bestemmingen, zoals turfschuur, zijdeweaverij, militair tehuis en veilinghuis. In de 20e eeuw was het gebouw zwaar verwaarloosd en werd het in de jaren '70 gerestaureerd. Nu wordt de kapel gebruikt als tentoonstellingsruimte en er worden regelmatig muziekkuitvoeringen gegeven. Op de tekening is rechts in de kademuur duidelijk de overkluisde waterloop te zien, bedoeld om met een bootje goederen in het klooster af te leveren. In de kelder van het notarishuis is deze waterloop nog steeds zichtbaar.

Wim Sweers †



Audrey Hepburn

Mijn fascinatie met Audrey Hepburn begon bij het tijdschrift de Margriet. Mijn moeder had een abonnement. Een foto van Audrey besloeg de hele voorpagina. Onze pianoleraar Willem Goedhart, die net op het punt stond om te vertrekken, zag het blad op tafel liggen en riep: "Oh kijk, dat is Audrey Hepburn, die ken ik heel goed!" Ik heb haar jaren begeleid op piano tijdens haar balletlessen. Willem trok zijn jas weer uit en begon uitgebreid over Audrey te vertellen. Dat ze zo lief was. Dat haar moeder barones van Heemstra was en haar vader Brits. Dat haar ouders gescheiden waren.

In de Margriet stond dat ze op weg was een talentvolle filmster te worden. Ik heb veel films van haar gezien en vind haar een geweldige actrice. Ze was ook ambassadrice van Unicef. In 1954 was ze in Den Haag. Ze signeerde in de Bijenkorf haar foto's. Die kon je dan kopen ten bate van een goed doel.

Ik zat op de MMS in Den Haag. Noortje, een meisje uit mijn klas, wist te vertellen dat Audrey net getrouwd was met Mel Ferrer en dat ze in Hotel Des Indes logeerde. Noortjes vader zat in de organisatie van Unicef en kende hun programma. Noortje stelde voor om naar Des Indes te gaan en ze te zien. Ik was een groot fan van Audrey en vond het een fantastisch idee. We moesten dan wel spijbelen van school.

Daar stonden we dan tussen een groepje belangstellenden. Een fotograaf met een enorme camera begon een praatje met ons. Hij had een leuk idee: Wij leuke jonge meisjes moesten als het echtpaar naar buiten kwam Audrey omhelzen. Noortje was helemaal voor, maar ik twijfelde. En die fotograaf weer "ik maak dan een leuke foto voor de krant" en hij hield maar niet op ons aan te moedigen. Noortje werd steeds enthousiaster maar ik zei dat ik het raar vond. Daar kwam het stel de hoteltrappen af. Audrey stevig aan de arm van haar Mel. Noortje nam een aanloop en vloog haar om de hals. Audrey schrok enorm en Mel was zwaar geïrriteerd.

De volgende dag kwam de schooldirecteur met in zijn hand het Haagsche Nieuwsblad met een enorme foto met onderschrift: Een onbehouden bakvis stoorde het echtpaar bij het verlaten van Hotel Des Indes. Hij zei dat hij zich schaamde voor zijn leerling. Bovendien was ze aan het spijbelen. Noortje moest huilen en ik was blij dat ik het niet gedaan had. Wij vertelden de directeur hoe opdringerig de fotograaf was geweest. Het was ook een vreselijke foto met Noortje om de nek van Audrey.

Mijn man Bob heeft de foto nog eens gezien bij een of ander programma op tv. Hij dacht bij Van Kooten & De Bie. Wij hebben geprobeerd de foto te achterhalen, maar dat is nooit gelukt.

Elize Borsten-de Broekert



Thuis bioscoop

In het verleden heb ik vaak films gedraaid hier thuis met o.a. films van Audrey Hepburn en taartjes eten. Door de corona is het gestopt. We kunnen dat nog een keer herhalen met de film Roman Holiday.

Op dinsdag 24 februari om 14.00 uur.

Er kunnen 6 mensen komen. Graag opgeven bij Margreeth, Tel. 033 4723570 of email margreeth.sjamaar@hetnet.nl
Margreeth Sjamaar

Uiterste datum kopij inleveren in 2026 en verschijningsdatum

nummer	kopij	verschijning
2602 - maart 2026	9 februari	26 februari
2603 - april 2026	9 maart	26 maart
2604 - mei 2026	4 april	23 april

*U kunt de vorige edities
van ons blad bekijken op
www.de-senior.nl*