



Lente - detail van een quilt van Elize Borsten-de Broekert

### *In dit nummer*

2

*Berichten van het bestuur - Statuten wijziging op ALV*

3

*Enge en leuke beesten in Suriname*

4

*5 dagen Belgische Kempen \*\*\*\*M Hotel in Genk*

5

*Het Dordrechts Museum "Water en licht" - Leef 3.nu*

6

*Nieuws van de reiscommissie - Garnizoen in Amersfoort*

7

*Berichten van het bestuur (Vervolg van pagina 2) - Voeding en wij...*

8

*Uitnodiging ALV op 21 mei - Gekregen van een Joods meisje*



## Berichten van het bestuur



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

### ***De wereld is veranderd.***

Vorige keer vertelde ik het een en ander over mijn reis in Australië waar ik erg van heb mogen genieten en genoten heb van alles wat ieder voor mij gedaan heeft daar. Het was wel schokkend als je zoon belt een paar dagen voor mijn vertrek naar huis. Je kunt niet terug vliegen via je geplande vlucht. Eerst schrik je want je hebt je ingesteld om terug te gaan. Dan kwam er van alles bij mij binnen, wat gebeurt er allemaal. In wat voor wereld leven we nu. Je zoekt direct naar mogelijkheden maar je kunt niks anders dan rustig blijven. Twee dagen later werd mijn vlucht gecancelled. Gelukkig werd er een vlucht gevonden, maar 10 dagen later. Mijn zoon nam vijf dagen vrij en kwam om samen de bonus

dagen door te brengen. En zo vloog ik 16 maart via Amerika weer naar huis. Het was een lange vlucht. Maar dan kom je thuis en lees je wat er gebeurt en ik dacht wat staat er allemaal te gebeuren. Wat een vreselijke dingen gebeuren er.

Maar ik was blij om weer thuis te zijn. Dan speelt de commercie gelijk in op de nood waar we in komen. Zo kreeg ik een telefoontje dat ging over mijn zonnepanelen en een heel verhaal. Lieve mensen ga er niet op in, het zijn malafide bedrijven. Ze bieden je een soort batterij aan waar zij de opslag van beheren. Maar je moet er wel een heel bedrag voor betalen. Het voelde voor mij niet goed. Dus let op trap er niet in.

***Kijk voor het vervolg op pagina 7***

## ***Statutenwijziging op de ALV van 21 mei***

De huidige statuten van onze vereniging zijn bijna 20 jaar oud en dateren van juli 2007. Sindsdien is de wereld om ons heen veranderd en veranderde ook onze vereniging. Dit echter zonder dat het officiële fundament n.l. de statuten mee veranderden. Daarom is binnen de provincie Utrecht besloten om er naar te streven gezamenlijk tot een ontwerp voor nieuwe statuten (van de verenigingen en van de provinciale bond) te komen en deze tegelijkertijd bij één notaris vast te laten stellen. KBO Amersfoort-Nijkerk heeft zich bij dit streven aangesloten.

Invalshoek bij het ontwerp van de nieuwe statuten is het volgende. We hebben gezien dat in de afgelopen twintig jaar de landelijke structuur wijzigde en tenslotte helemaal verdween. Ook de provinciale structuur paste zich aan. De inhoud van de huidige statuten is sterk verbonden (o.m. verplichting tot lidmaatschap) met deze landelijke/provinciale structuur en diende dus aan de gewijzigde situatie aangepast te worden.

Daarnaast hebben we te maken met wijzigingen in de wetgeving en wel met name de Wet Bestuur en Toezicht Rechtspersonen (WBTR) die op 1 juli 2021 is ingegaan. We hadden 5 jaar de tijd om onze statuten aan deze wet aan te passen dus begint de tijd te dringen. Samen met de zusterorganisaties in de provincie Utrecht is gekomen tot een concept dat voldoet aan deze nieuwe regelgeving. Dit eiste de nodige specialistische kennis die tenslotte niet overal (en ook bij ons niet) aanwezig is.

De meest zichtbare verandering van de statutenwijziging zal de, reeds eerder aangekondigde, naamswijziging van onze vereniging zijn. Naamswijziging naar Senioren Amersfoort-Nijkerk (SAN) sluit naar onze mening aan bij de ontwikkelingen die ons ledenbestand de laatste jaren heeft doorgemaakt.

In antwoord op vragen in hoeverre wij ons in onze activiteiten nog met de parochies en de kerk verbonden wisten, werd duidelijk dat dit in toenemende mate niet meer het geval was. Hoewel het voor sommigen die al langer lid zijn misschien een pijnlijk afscheid van het verleden zal zijn, leek ons dit een goede stap. Onze insteek daarbij is dat voortaan uit haar naam blijkt dat onze vereniging ook in de toekomst voor alle senioren in Amersfoort en Nijkerk zal openstaan. Wel hebben wij er voor gekozen om de doelstellingen van de vereniging te handhaven maar de grondslag van de vereniging algemener te maken en de uitgangspunten zodanig te formuleren dat de vereniging toegankelijk is voor ouderen met een diverse achtergrond. De algemeen op rechtstatelijke grond geaccepteerde waarden en normen zijn daarbij uitgangspunt.

**Een concept van de nieuwe statuten zal op de ALV van 21 mei aanstaande ter behandeling aanwezig zijn. Wij kunnen ons goed voorstellen dat u ter voorbereiding van de vergadering dit concept wilt lezen. Indien u zich bij het secretariaat (secretariaat@kboamersfoort.nl of tel. 06-579 236 07) aanmeldt voor de vergadering kunt u aangeven of u er prijs op stelt dat het concept van de statuten aan u wordt toegestuurd.**

Bij voorkeur zal dit per mail gebeuren maar toezending per post is bij uitzondering mogelijk. Het kost het secretariaat namelijk veel werk en de verzendkosten per post zijn hoog. Het concept van de statuten zal vanaf eind april ook op de sociëteit ter inzage liggen.

*Namens het bestuur,  
Martin Palte (penningmeester)*

## 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:  
Janny Duffels, 033-4755907  
Redactie NIEUWS&INFO:  
Margreeth Sjamaar  
Elize Borsten - de Broekert  
redactie-info@kboamersfoort.nl  
Productie NIEUWS&INFO:  
Remmelt van Heerde  
Reiscommissie Elly en Joke  
Joke Pot 033 4570160

**ALV**  
**21 mei**  
**in de soos**  
*Zie de achterpagina*

# Enge en leuke beesten in Suriname



De eerste avond dat ik naar bed ging in Paramaribo deed ik de badkamerdeur open en zag daar een levensgrote zwarte kakkerlak in de wasbak en verderop nog een. Nu was mijn eerste reactie: Agnes roepen!!!!

Maar neeeeeee, toch maar niet, ze zouden me uitlachen, die Nederlandse die bang is voor een kakkerlak, dus een spuitbus ter hand genomen, van een afstand gespoten en de deur dicht. Even later weer gekeken en ja daar waren ze allebei dood en nog een derde die er bij was gekomen. Brrr. Ik heb het opgeruimd en dat was dat. Toen ik mijn 'heldendaad' wilde vertellen werd er nauwelijks op gereageerd, ach ja die beesten zijn deel van hun dagelijks leven, niks bijzonders. Daarna heb ik ze althans daar in huis niet meer gezien, maar in het binnenland in dat houten huisje kropen ze door de grote kieren naar binnen.

Inmiddels was mijn angst wel wat afgenomen en heb ze met de bezem naar buiten gejaagd, terug door die kieren, toen alle matjes die er op de grond lagen gebruikt om de grootste kieren te dichten.



's Nachts uit angst voor beesten wel de dikke klamboe helemaal over mijn bed, maar het was zo verschrikkelijk benauwd en heet, dat ik die angst maar overboord heb gezet en de klamboe helemaal opgeslagen om tenminste een beetje lucht te hebben. Omdat het zo had geregend waren er meer insecten dan ik het vorig jaar had gezien. Bij een van de huisjes zat er een vuistgrote spin bij een raam, gelukkig wel buiten, maar ik was wel blij dat het niet aan mijn huis zat. Ik heb ook niet overal heel goed gekeken en dacht: Wat niet weet wat niet deert. De mensen in dat huisje hebben een foto genomen van de spin. Ook vleermuizen fladderden daar steeds om je oren, maar dat vond ik niet erg evenals de kikkers die soms onder de tafels zaten, maar de enorme sprinkhaan die Eliza, een van de meisjes uit de groep over haar arm liet lopen en in haar nek, kon mij toch niet zo bekoren en bleef ik liever op een afstand evenals anderen. Eliza zette de sprinkhaan op een stoel en daar bleef hij zitten. Later was hij weg, maar 's avonds was er ineens paniek aan een tafel, daar was hij weer opgedoken. Iemand heeft hem toen naar buiten gebracht.

Over de hagedissen heb ik het al gehad, daar waren zulke mooie bij met allemaal kleuren en aan de kant van de weg zagen we een hele rode, die had Agnes ook nog nooit gezien.

Na die ene keer heb ik niet meer in mijn kamer (in Paramaribo) gespoten omdat er ook vaak tijtjaks zaten aan de muur en die zijn wel leuk. Ik had af en toe zo'n kleine medebewoner in mijn slaapkamer.

Om hem op de foto te krijgen viel niet mee omdat hij wegschoot als ik bewoog. Maar het is toch gelukt. Er zijn zelfs nog kleinere hagedisjes die soms tussen het fruit zitten om de fruitvliegjes op te eten.



Toen ik in het binnenland op het galerijtje van mijn huis zat en het vreselijk had geregend, kwamen er allemaal dieren voorbij, grote gekleurde hagedissen, enorme kikkers, kleine kikkers en een heel leuk hagedisje met hoge voorpootjes en het kopje rechtop trippelde langs. later heb ik meer van die beestjes gezien. Heel erg leuk. In huis in Paramaribo zaten we 's avonds TV te kijken (er is daar ook altijd een half uurtje het Nederlandse journaal) toen kwam er een enorm insect de kamer invliegen door de open deuren. Maar niemand zei iets, dat is daar gewoon, ik wilde niks zeggen maar heb toch wel met enige argwaan de verrichtingen van het beest gade geslagen, maar hij kwam gelukkig niet in mijn buurt. Waar hij gebleven is weet ik niet want ik heb hem niet weer gezien.

*Margreeth Sjamaar*

### Nieuw lid

Mevr. P.T. de Vries

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

### Overleden

Dhr. W.G. Verschuur  
Mevr. T.A.M. Westgeest  
Mevr. E. van Ee-van der Biezen  
Mevr. G.M. Glas-Couenberg  
Dhr. R. Benschop

*Wij wensen de familie, vrienden en kennissen veel sterkte.*

### Verhuisd

Mevr. A. van Doornen

*Nieuws van de reiscommissie*  
**5 dagen Belgische Kempen**  
**\*\*\*M Hotel in Genk**  
**Maandag 12 oktober t/m vrijdag 16 oktober**



**Ontdek de charme van de Belgische Kempen. Een regio waar rust, natuur en Vlaamse gastvrijheid samenkomen.**

Dit uitgestrekte landschap, gelegen in het noordoosten van België, staat om zijn groene bossen, uitgestrekte heidevelden en schilderachtige dorpjes. Of u nu op zoek bent naar ontspanning, avontuur of cultuur, de Kempen bieden voor ieder wat wils. Niet zo ver van huis en toch kunt u tal van nieuwe ontdekkingen doen.

Cultuurliefhebbers kunnen genieten van charmante stadjes, lokale ambachten en gezellige markten. Proef zeker ook van de streekproducten en laat u verwennen in een van de vele restaurants en cafés waar gastvrijheid centraal staat.

Kortom, de Belgische Kempen zijn de perfecte bestemming voor wie even wil ontsnappen aan de drukte en wil genieten van natuur, rust en authentieke beleving. Ga mee en geniet van het Bourgondische leven bij onze zuiderburen.

**U verblijft in het luxe M-Hotel in de bruisende stad Genk.**

Het hotel heeft vier sterren, dus u mag wat verwachten. De kamers zijn stijlvol ingericht en voorzien van alle comfort zoals heerlijke boxspringbedden, gratis koffie en thee faciliteiten en een aparte badkamer met douche en toilet. Het hotel heeft een gezellige bar, een terras met uitzicht op het Molenvijverpark en een prima keuken die u met een prima verzorging in de watten zullen leggen. U zult zich hier helemaal thuis voelen.

We maken met de touringcar leuke en erg afwisselende uitstapjes met afwisselend mooie natuur, leuke historische steden met een rijk verleden en verrassende bezoekjes.

**In het programma hebben we gepland:**

- *bezoek aan De Korhaan in Hechtel, een distilleerderij uit 1833 met verrassende likeur en advocaat*
- *bezoek aan Diest, bekend als de "Oranjestad" vanwege de band met ons koningshuis van Oranje-Nassau*
- *pauze in het bedevaartsoord Scherpenheuvel*
- *bezoek aan de modestad Hasselt*
- *boottocht vanuit Hasselt of boottocht op de Maasplassen*

- *bezoek aan de weekmarkt in Genk*
- *gelegenheid voor het kopen van lekkere, echte Belgische bonbons*
- *bezoek aan landcommanderij Alden Biesen, Vlaanderens mooiste kasteeldomein*
- *op de laatste dag een bezoek aan de Abdij De Achelse Kluis en een winkelpauze in Valkenswaard*

**Prijs:**

€ 585,-- pp inclusief onderstaande verzorging.  
Toeslag 1-persoonskamer € 99,-- pp.

**Verzorging:**

- *verblijf op basis van halfpension met ontbijtbuffet en*
- *'s avonds 3-gangen diner*
- *gratis koffie en thee op de kamer*
- *op de heenreis koffie met gebak en een koffietafel*
- *op de terugreis een 3-gangen afscheidsdiner*
- *vervoer per luxe touringcar van Eemland Reizen naar de excursies*

**Niet inbegrepen:**

- uitgaven van persoonlijke aard zoals entrees van bezienswaardigheden, boottocht, consumpties e.d.  
*Elly Hakstege*



*Op donderdag 28 mei gaan we naar*  
**Het Dordrechts Museum**  
**"Water en licht"**



**Het Dordrechts Museum heeft unieke werken van J.M.W. Turner uit het Yale Center in Amerika. Turner schilderde de schoonheid en de dreiging van water. Hij was zeer onder de indruk van onze Albert Cuijp.**

Naast de werken van Turner is er ook een moderne vertolking van de schoonheid en dreiging van de natuur door een jonge kunstenaar met dynamische lichtinstallaties.

Als het mogelijk is, (lopen, taxi, bus?) gaan we eerst naar de Merwedekade, met uitzicht op het brede water, waar drie rivieren samen komen. We gaan terug door de oude stad naar het museum.

We nemen de trein van 10.10 uur en zijn om 11.36 uur in Dordt.  
(éénmaal overstappen op hetzelfde perron en één overstap in Rotterdam)

**Laat me weten als je mee wilt.**

Email: [svanderglas1234@gmail.com](mailto:svanderglas1234@gmail.com) of tel. 06-83 033 166

*Sietske van der Glas.*



Petra Bergstra

rubriek van  
**Leef3.nu**

*Bij Leef3.nu staat u centraal,  
zodat u prettig,  
veilig en zelfstandig kunt leven.*

Naarmate u ouder wordt, wilt u de dagelijkse handelingen zo lang mogelijk zelfstandig blijven doen. Onze activiteiten dragen hieraan bij.

#### **Steunkousen Hulp**

U leert onder begeleiding van een professional van Medipoint hoe u met het juiste hulpmiddel uw steunkousen gemakkelijker zelf aan- en uittrekt. Ook als u minder kracht heeft of minder soepel beweegt.

#### **Op eigen kracht - Slimme hulpmiddelen demonstratie**

Ontdek praktische hulpmiddelen die alledaagse handelingen makkelijker maken. De professionals van Medipoint laten u zien hoe ze werken en u kunt de hulpmiddelen zelf uitproberen. Zo ervaart u direct welke oplossingen uw zelfstandigheid kunnen ondersteunen.

#### **Leefconsulent Petra:**

"Ik zie regelmatig dat leden verrast zijn door nieuwe mogelijkheden waar ze eerder niet aan hadden gedacht. Het is mooi om te zien hoe vanzelfsprekende handelingen met kleine hulpmiddelen weer gemakkelijker kunnen worden uitgevoerd."

**Deelname aan deze bijeenkomsten is gratis voor leden van Leef3.nu en voor mensen die wijkverpleging ontvangen van Beweging 3.0.**

#### **Aanmelden**

Bezoek [www.leef3.nu](http://www.leef3.nu) en klik op 'Activiteiten' en kijk onder 'Steunkousen hulp' of 'Op eigen kracht'.





## Nieuws van de reiscommissie (Joke en Elly)

**Op woensdag 20 mei is er een fantastische dag voor u georganiseerd!**



We hopen vooral ook op een zonnige dag omdat we dan helemaal volop kunnen genieten van de mooie natuur vanaf de boot over de Nederrijn en wel 3,5 uur lang!

**We beginnen al met koffie en gebak in Huis Het Bosch te Lexmond.**

Vervolgens rijden we een mooie route naar **Wijk bij Duurstede** waar we aan boord gaan. Wanneer de boot vaart, worden we verwend met een heerlijke broodjeslunch met soep en een kroket.

U kunt zo genieten van alles om u heen, zelfs bij de **sluis van Amerongen** kunt u ervaren wat schutten betekent. We zullen een hoogteverschil meemaken van twee meter.

We varen langs **Elst** en bij het mooie plaatsje Rhenen draait de boot weer om, om dezelfde route van de andere kant te bekijken!

We verwachten rond 18.00 uur weer in Amersfoort terug te zijn. Kosten voor deze dag € 74,50 pp.

Te voldoen op rek:

NL 47 INGB 0007316757 t.n.v. KBO Amersfoort-Nijkerk.

**Betaling minimaal 7 dagen vóór vertrek.**

### Opstapschema:

08.30 uur Holkerweg (Stastokerf), 08.40 uur Klokhuis, 08.50 uur Otto Scheltusflat, 09.00 uur Centraal Station touringcarplaats. *Elly Hakstege*



## Op 18 juni vertelt Jan Carel van Dijk in de soos over **Garnizoenen in Amersfoort**



Deze middag neemt Jan Carel ons mee in de geschiedenis van de kazernes in Amersfoort. Hij maakt er een interessante middag van met veel beelden van de kazernes.

**Dit mag u niet missen - meld u aan**

Opgeven bij Ruby Davies: bij voorkeur per email [secretariaat@kboamersfoort.nl](mailto:secretariaat@kboamersfoort.nl) of 06-57923007. Uw bijdrage is € 5,- per persoon over te maken op rekening NL47 INGB 000 73 167 57 t.n.v. KBO Amersfoort.

*Jan van der Lee*



# Berichten van het bestuur

Vervolg van pagina 2

Ik heb ook het werk voor onze organisatie weer opgepakt. We zijn de jaarvergadering aan het voorbereiden en wil u vragen om deze middag vrij te plannen. Iedereen is van harte welkom. Er staan belangrijke beslissingen op de agenda waarvan de wijziging van de statuten. En hoe we hebben gezocht naar een geschikte naam voor Amersfoort. U vindt hier meer over op pagina 2 van deze NIEUWS&INFO.

Wij hopen op een volle zaal en er staat koffie en thee met wat lekkers voor u klaar. Na de vergadering hopen we gezellig met elkaar het glas te heffen.

## Hou dus 21 mei vrij.

Het is in ons aller belang. Om alles goed te organiseren zijn we dringend op zoek naar een aantal mensen die zich willen

inzetten voor onze afdeling in Amersfoort.

Het is heel hard nodig voor de toekomst. Wij zijn een van de grootste afdelingen in de provincie. Laat uw talent eens zien en help ons daarmee. Een sterker bestuur is heel hard nodig. Ik spreek dit uit met een oprechte zorg, zonder vrijwilligers kunnen we niets. Al helpt u maar een paar keer per jaar, het kan u leven rijker maken. Neem met een van het bestuursleden contact op.

Ans Huijbregts-Krijnen

We worden niet wijs door de herinnering aan ons verleden, maar door de verantwoordelijkheid voor de toekomst.



18 maart was de laatste dag van onze vegetarische Vierdaagse die we opgestart zijn in navolging van de Bijbelse Daniël. Het was een leerzame ervaring en we hebben veel recepten uitgewisseld. Zodoende kwamen we op het idee om een nieuwe rubriek te starten in de Nieuws&Info.

## We, dat zijn Sjef van der Linden en Margreeth Sjamaar, allebei enthousiaste hobby koks.

Onze gedachte is, een eenvoudig recept dat iedereen kan maken, maar wat ook goed is voor onze gezondheid. Om te beginnen tomaten. Tomaten zijn altijd een goed idee wanneer je gezond wilt eten. Ze leveren veel vitamines en ze zorgen ervoor dat er geen slecht cholesterol aan de vaatwanden blijft plakken. Je kunt ze rauw eten, maar ook gekookt of gebakken leveren ze veel gezonde stoffen. Ze kunnen sommige ziekten voorkomen en kunnen een rol spelen bij het verlagen van je bloeddruk. Het beste is om iedere dag 110-150 gram tomaten te eten. Je kunt nooit alle ziektes voorkomen, maar je kunt er zelf wel een grote bijdrage aan leveren. Probeer ook de verschillende soorten af te wisselen.

## Voeding en wij...

# Tomaten in het zonnetje

### Green Fried Tomatoes.

Laat ik me eerst even voorstellen: ik ben Sjef van der Linden en sinds anderhalf jaar lid van de KBO en vrijwilliger rond het verzorgen van het ONS magazine. Een van mijn grootste hobby's is koken. Ik heb daarom niet getwijfeld om te reageren op de oproep van Margreeth Sjamaar om 10 dagen achtereen het Daniël Dieet te volgen: vegetarisch, geen vleesvervangers, ook geen gebak of andere schuldige lekkere dingen. We hebben het in de Vastentijd uitgevoerd, wat ik ook wel passend vond. Ik heb Margreeth die week ontmoet in de Soos en zo kwamen we op het idee om samen een gezond eten rubriek te starten.

Sommigen van ons herinneren zich misschien nog wel de film Green Fried Tomatoes, een romantische komedie uit 1991 met de actrices Kathy Bates en Jessica Tandy in de hoofdrol. Het speelt zich af in het diepe Zuiden van de Verenigde Staten rond The Whistle Stop Cafe. Daar wordt het gerecht gefrituurde groene tomaten geserveerd. Met name in het Zuiden van de VS is dat een erg populair gerecht. Wij eten hier in Europa geen groene tomaten, omdat er in groene tomaten de gifstof tomatine zit, dat kan leiden tot misselijkheid en buikkrampen. Tomatine verdwijnt na de rijping. Tomaten zijn familie van de aardappelen en daar zit de gifstof ook in, maar dat verdwijnt door het kookproces. In gefrituurde aardappelen zoals friet, zit het weer wel...

Ik heb een aangepast, eenvoudig en smakelijk gezond bijgerecht bedacht gebaseerd op de film:

### Red fried tomatoes.

Ingrediënten voor 2 personen:

- 2 grote tomaten
- bakje cherrytomaatjes
- 1 gele paprika
- 1 blok halloumi (dat is een mediterrane kaas die je moet bakken, met een ziltige smaak. Ongebakken is het niet te eten, het is dan een soort kauwgom. Het is te vinden in het kaasschap van de supermarkt)
- bosje basilicum
- oregano
- bosui
- snackkommertjes

### Werkwijze:

- Snijd de tomaten in blokjes en halveer de cherry tomaatjes.
- Snijd de paprika in smalle reepjes.
- Bak de tomaten en de paprika in olie op hoog vuur, zodat het vocht verdampt en de groente wat kleur krijgt. Zet weg en laat afkoelen.
- Snijd de halloumi in stukjes, dep het droog en bak dit op middelhoog vuur tot het goudbruin wordt. Houd het in de gaten, want het kan ineens snel gaan. Zet weg en laat het afkoelen.
- Snijd de bosui in ringetjes, halveer de snackkommer in de lente en snijd het vervolgens in blokjes.
- Meng de ingrediënten in een slakom en bestrooi het met oregano.

Veel succes en eet smakelijk, Sjef en Margreeth

# *Uitnodiging*

## *Algemene Leden Vergadering*

### *KBO Amersfoort/Nijkerk*

*Donderdag 21 mei om 14.00 uur in Amersfortia - Scheltussingel*

U krijgt bij binnenkomst het jaarverslag, de agenda en de notulen aangereikt.  
Nadat iedereen is voorzien van koffie of thee zal de vergadering aanvangen.

Vanwege de verwachte lengte van de vergadering i.v.m. de statutenwijziging komt er geen activiteit, alleen lekkers bij de koffie en thee en een gratis drankje.

De papieren met de statutenwijziging liggen ter inzage in de Sociëteit en kunnen ook per mail opgevraagd worden.

#### Agenda

1. *Opening door de voorzitter*
2. *Herdenking van de overledenen*
3. *Notulen vorige vergadering*
4. *Jaarverslag*
5. *Financiën*
6. *Statutenwijziging*
7. *Afscheid Denktank*
8. *Rondvraag*

*Jaarrekening, kascommissie, decharge bestuur, nieuwe kascommissie, begroting 2025-2026, vaststelling contributie 2026*

*Het bestuur rekent op uw komst.*

Graag opgeven bij Ruby Davies. Bij voorkeur per email: [secretariaat@kboamersfoort.nl](mailto:secretariaat@kboamersfoort.nl) of tel. 06-579 236 07.

*Ans Huijbregts, Martin Palte, Margreeth Sjamaar, Jan van der Lee.*

## *Gekregen van een Joods meisje*

In de vakanties logeerde ik vaak bij mijn grootouders in Utrecht. Het was oorlog toen ik daar logeerde. Ik speelde vaak met Margot, die daar ondergedoken zat. Als de bel ging en mijn oma wist zeker dat het een bekende was, moest Margot toch achter de piano. Ik herinner me niet meer hoe mijn oma dat aan mij uitlegde. Margot was tien jaar en ik zes. Toen de logeerpartij was afgelopen, kreeg ik van Margot een serviesje mee naar huis. Vergulde kopjes en schoteltjes, ik was er weg van. Mijn moeder zei me niet te praten over het serviesje omdat Margot ondergedoken zat bij mijn grootouders omdat ze Joods was. Helaas ben ik een enorme flapuit en ik fluisterde mijn beste vriendin in het oor: "Gekregen van een Joods meisje."

Op een dag gaat de bel. Ik doe open en zie op de stoep drie mannen staan. Twee in uniform en in het midden een met een witte regenjas. Ik voelde onraad en dacht meteen aan Margot, het Joodse meisje achter de piano. Ik stond verstijfd van schrik in de gang. Nu wordt mijn vader doodgeschoten door mijn schuld, dacht ik. Mijn vader werd meegevoerd. Mijn moeder troostte mij, maar van haar uitleg begreep ik niets. Pas veel later begreep ik dat mijn vader was meegenomen omdat hij zich niet wilde aansluiten bij de Artsenkamer. Hij had pleisters over het bordje 'arts' geplakt en was enige tijd geen arts.

De dag van zijn thuiskomst was geweldig. Zijn hoofd was kaal en omdat hij op te kleine klompen had moeten lopen, had hij striemen op zijn voeten.

Mijn zusjes en ik hingen aan zijn lijf. Hij heeft enige maanden in Kamp Amersfoort en in Vught gezeten. Het enige wat hij er in mijn herinnering over verteld heeft, was dat hij vaak moest zeggen: "Ich bin dumm und dämlich" (ik ben dom en suf).

Op latere leeftijd had ik veel meer willen weten over die periode van zijn leven. Het is er nooit van gekomen omdat mijn vader op jonge leeftijd is overleden.

Dit verhaal heeft een prachtig vervolg...

*Elize Borsten-de Broekert*



Uiterste datum kopij inleveren en verschijningsdatum in 2026

nummer	kopij	verschijning
2605 - juni	4 mei	21 mei
2606 - juli/augustus	8 juni	25 juni
2607 - september	10 augustus	27 augustus

*U kunt de vorige edities  
van ons blad bekijken op*

*[www.de-senior.nl](http://www.de-senior.nl)*